

治疗抑郁症应重视温通阳气和温补阳气

张晓雪

(山西中医学院, 山西 太原 030024)

摘要:笔者多年从事抑郁症诊治,发现抑郁症患者有畏寒者占到五分之二以上,舌体淡而胖大,有齿痕,舌苔腻者占到一半以上,其中,相当一部分病人还有肢冷,提示肝脾之阳气失于宣达和肝之阳气虚弱是抑郁症中常见的病机,临证治疗抑郁症时注重温通阳气或温补阳气的运用,取得了较好疗效。

关键词:抑郁症;温通阳气;温补阳气

中图分类号: R749.41

文献标识码: A

文章编号: 1673-7717(2007)02-0272-02

Paying Attention to Invigorating Yangqi or Warmly Nourishing Yangqi in Treatment of Tristimania

ZHANG Xiao-xue

(Shanxi College of TCM, Taiyuan 030024 Shanxi China)

Abstract The author of this thesis has engaged the diagnosis and treatment of tristimania for years. She took part in the "National 973 project"—clinically epidemiological study of syndromic essentials of tristimania (project number 2003CB517101). In this study, it is discovered that the patients presented aversion to cold account for over 2/5, and these patients manifested as pale, swollen tongue, teeth marked and greasy coating account for over 1/2, and considerable patients exhibit cold limbs. The above mentioned symptoms indicate that the common pathogenesis is dysfunction of

有机会(2)、有机会(一般)(3)、多数有机会(4)、完全有机会(5)。

24 您对自己的住房条件满意吗? 很不满意(1)、不满意(2)、既非满意也非不满意(3)、满意(4)、很满意(5)。

下面的问题是关于近一周来与疾病有关的症状与治疗方面的情况。

25 您感到一侧(或单个)肢体不听使唤、活动困难吗? 根本没有(5)、很轻(4)、中等(3)、较重(2)、严重(1)。

26 您是否有不能讲话或讲话不清而难以与他人进行语言交流的情况? 根本没有(5)、很轻(4)、中等(3)、较重(2)、严重(1)。

27 您感到一侧肢体或单个肢体发麻吗? 根本没有(5)、很少有(4)、有(一般)(3)、比较厉害(2)、很厉害(1)。

28 您有头晕眼花的感觉吗? 根本没有(5)、很少有(4)、有(一般)(3)、比较厉害(2)、很厉害(1)。

29 您是否有一侧肢体或单个肢体强硬、屈伸困难? 根本没有(5)、很轻(4)、中等(3)、较重(2)、严重(1)。

30 您觉得患侧肢体疼痛吗? 根本没有(5)、很轻(4)、中等程度(3)、较重(2)、严重(1)。

31 您有吞咽困难或吞咽时呛咳的情况吗? 根本没有(5)、

很少有(4)、有(一般)(3)、比较厉害(2)、很厉害(1)。

32 您是否有情绪激动、容易生气的情况? 没有(5)、偶尔有(4)、时有时无(3)、经常有(2)、总是有(1)。

33 您有大便秘结吗? 根本没有(5)、很轻(4)、中等(3)、较重(2)、严重(1)。

34 您是否有不能自己控制大便或小便的情况? 根本没有(5)、很少有(4)、有(一般)(3)、经常有(2)、时时有(1)。

35 您有腰酸腿软的感觉吗? 根本没有(5)、很轻(4)、中等(3)、较重(2)、严重(1)。

36 您对目前的治疗效果满意吗? 极不满意(1)、很不满意(2)、满意(一般)(3)、很满意(4)、极满意(5)。

总 1 如果您给自己目前的健康状况评一个总分,您能评多少分(满分为 100 分)? _____ 分。

总 2 如果您给自己目前的生存质量评一个总分,您给评多少分(满分为 100 分)? _____ 分。

请问您填写此表花了多长时间? _____ 分钟。

请问您填写此表的方式是: ☐ 完全自填; ☐ 部分他人帮助; ☐ 由他人代填。

请问您对本量表有何意见或建议?

感谢您的帮助! 真诚祝您早日康复!

参考文献

- [1] 胡学军,张伯礼,蔡光先.中风病患者生存质量量表的研制与考评[J].中医药学报,2006,24(9):1638-1640
- [2] 张立力,张振书,严金海.生存质量研究与医学模式的转变[J].医学与哲学,1998,19(7):368-369

收稿日期: 2006-09-20

基金项目: 国家重点基础研究发展计划(973计划)课题(2003CB517101)

作者简介: 张晓雪(1962-),女,吉林辽源人,副教授、副主任医师,硕士,研究方向: 中医脑病。

Yang qi of liver and spleen and Yang deficiency of liver. If the clinically therapeutic methods are focused on invigorating Yang qi or warmly nourishing Yang qi, the effect of treatment should be good.

Key words tristania; invigorating yangqi; warmly nourishing Yangqi

抑郁症是一种常见的障碍性情感疾病。是以显著而持久的心境低落为主要特征的综合征。近十几年来, 抑郁症的发病率逐年增加并且发病年龄日趋年轻化, 本病在 20 世纪后期已成为危害人类身心健康、严重影响生活质量的常见病, 因而是当今医学界研究的重要课题之一。笔者多年从事抑郁症诊治, 2005 年参与了国家 973 计划课题——抑郁症证候要素研究, 发现抑郁症患者有畏寒者占到 25% 以上, 舌体淡而胖大, 有齿痕, 舌苔腻者占到一半以上, 其中, 相当一部分病人还有肢冷, 提示肝脾之阳气失于宣达和肝之阳气虚弱是抑郁症中常见的病机, 兹初步探讨如下。

1 病因病机

从外因来看, 情志内伤是抑郁症发病的主要病因, 而在七情中又是以属阴性的郁怒、忧愁、思虑、悲哀和恐惧为主; 除情志内伤外, 劳逸失调也是导致抑郁症很常见的病因, 临床调查发现, 抑郁症中脑力劳动者发病率较高, 尤其是文化素养高, 脑力工作强度较大之人易发, 这些人并没有明显的情志刺激。从内因来看, 临床调查发现, 抑郁症患者的体质以气虚阳弱者多见, 平素脾气偏弱更易患本证, 黑龙江中医药大学黄炳山教授等运用 Dy 量表对病人进行气质分析测定, 表明以太阴之人最多见。太阴之人禀性柔弱, 耐心细致, 缺乏主动, 其情绪特点是不易流露情感而内省深刻, 易孤独悲观, 忧愁寡欢^[1]。

本属太阴气虚阳弱之体, 加之劳神太过, 强力过度, “劳则气耗”, 病初轻则脾之阳气升达失常, 肝之舒畅条达之性受到抑制, 而生抑郁之证, 表现为精神抑郁, 情绪低落, 兴趣丧失, 无愉快感, 多疑, 意志减退, 喜太息, 注意力不集中, 睡眠障碍, 多有轻度畏寒, 但不伴肢冷。此时治疗应舒肝解郁, 温通肝脾之阳气, 常用逍遥散加味治疗, 药用柴胡、白芍、当归、茯苓、白术、桂枝、合欢花、旋覆花、乌药、厚朴、羌活、防风等。肝脾之气机郁滞日久, 则会导致肝脾之气阳消沉, 《中医证候鉴别诊断学》中有“阳虚虚损多得之忧愁思虑以伤脾, 或劳役不节以伤力”。肝脾之阳气虚弱, 以致其功能渐衰, 病人表现为: 情志上忧郁善恐, 怏怏不乐, 压抑消沉, 兴趣减弱都较前期明显加重; 感觉上神疲肢倦, 精力减退, 精神运动性迟滞, 畏寒怯冷, 甚至肢冷; 性功能上性欲缺乏, 男子阳痿, 下阴湿冷, 女子月事后期或闭经, 带下清冷, 此外, 面色无华, 舌体淡而胖大, 舌苔腻。《谦斋医学讲稿·论肝病》“……正常的肝气和肝阳是使肝脏生发和条畅的一种能力, 故称做‘用’。……或表现为懈怠、忧郁、胆怯、头痛麻木、四肢不温等, 便是肝气虚和肝阳虚的证候”。《中医证候鉴别诊断学》中有“肝阳虚证见于懈怠病者, 以肝病为本, 以兼见脾胃气虚症状为标。作为本病的表现, 则因阳气虚衰, 肝用不强, 气不帅血, 肝血失调, 而有爪甲枯淡, 筋寒挛缩, 不能握固耐劳, 目昏, 胆怯, 惊惕, 忧郁, 意志消沉, 囊冷阴湿, 怯于人事等症状。作为标病的表现, 则因肝阳虚而木不疏土, 而有腹满不欲食, 四肢倦呆, 少气懒言

等症状。懈怠病久延不愈, 易入损途, 故治之宜早, 法宜温阳补肝为主, 益气扶脾为辅。……”。肝阳虚弱, 肝气的激动力不足, 疏泄无力, 不能条达气机, 抑郁诸证势必加重, 此时非温通、温补不能宣达。笔者在临床上常用自拟的温阳抗郁方(补骨脂、肉桂、淫羊藿、黄芪、茯苓、甘草、柴胡、乌药、白芍、厚朴、桃仁等)加减治疗抑郁症病程较长, 表现为肝阳虚者, 收到较好疗效。

抑郁症患者很多舌苔腻, 概由“阳微, 阴浊乃踞”, 阴邪内结, 多缘阳虚, 如“痰饮日多, 气隧日结”在于“阳微不主流行”, 治疗上“若投破气开降, 最伤阳气”, 所以叶天士主张“欲驱阴浊, 急急通阳”。其病理特点是阳虚阴寒之邪凝结, 乃虚中夹实, 因此当既用温热直接通阳, 有正复邪自去之意; 又以祛痰间接通阳, 有邪祛正自安之意^[2]。

2 病案举例

陈某, 女, 43 岁, 大学教师。2003 年 12 月 27 日初诊。主因严重的心情压抑 2 年余, 加重 2 月就诊。患者平素性格内向, 做事严谨认真, 不易流露情感而内省深刻, 易于忧愁, 悲观。近 5 年来工作忙碌, 诸事顺利。2001 年冬天, 没有情志刺激即出现心情压抑, 无愉快感, 情绪低落, 兴趣丧失, 注意力不集中, 睡眠障碍, 意志减退。没有到医院诊治。2002 年春夏, 上述症状减轻。至冬天则又加重, 仍未加诊治。持续至 2003 年冬上述症状明显加重, 遂来医院就诊。除上述症状外, 还有神疲肢倦, 精力减退, 反应慢, 记忆力较前减弱, 常丢三落四, 伴明显畏寒怯冷, 双足下肢冷, 口淡不渴, 月事后期量少, 带下清冷, 面色无华, 舌体淡而胖大, 舌苔白腻, 脉沉弱。治以温阳抗郁方加减, 服药 30 余剂, 上述症状明显减轻。之后减轻工作压力和注重心理调节, 近 2 年多未发。

孙某, 女, 24 岁, 大学毕业待岗。2003 年 11 月 26 日初诊。主因严重的精神抑郁, 悲观恐惧, 早醒 4 月余就诊。患者平素性格内向, 争强好胜, 学习成绩一贯优秀, 但思想单纯, 与人交往能力较差。2003 年因找工作不顺利而致精神抑郁, 自我评价过低, 自责内疚, 情绪低落, 兴趣丧失, 意志减退, 不愿外出见人, 常暗自落泪。今来诊见病人面色黯淡, 表情淡漠, 病人言语低弱而少, 自述畏寒怯冷, 口淡不渴, 每日凌晨 4 时左右即醒来, 这时心情最差, 悲观恐惧, 有时出现自杀念头, 查其舌淡胖大, 苔白润, 脉濡弱。治以逍遥散加减治疗, 药用柴胡、白芍、当归、茯苓、白术、补骨脂、桂枝、合欢花、旋覆花、乌药、厚朴、防风等。服药 24 剂, 加之每周 2 次心理治疗, 上述症状明显减轻。后应聘工作成功, 2 年来未发。

参考文献

- [1] 黄炳山. 肝郁气滞证及其实质的研究[J]. 黑龙江中医药, 1989, 54(5): 1-5
- [2] 陈芳. 《临证指南医案》通阳法治则浅识[J]. 中医药学刊, 2003, 21(8): 1289-1300