



•综合医学•

浅谈对情志致病与情志治病认识

余莹¹ 刘国纯²

(1.湘潭医卫职业技术学院 湖南湘潭 401112;2.湘潭县人民医院 湖南湘潭 411228)

摘要:情志致病主要由情志不节和情志太过引起,致病机理为伤气、伤血、伤脏、伤神,防治情志病主要方法有:保持心神宁静、锻炼品格意志、顺意法、语言疏导法、转移情志法、以情胜情法。

关键词:情志;致病因素;发病机理;防治

中图分类号: R256.12

文献标识码: A

文章编号: 1009-5187 (2018) 08-284-02

当今社会竞争压力不断增加,人们对精神生活追求亦不断提高,社会精神心理问题日益凸显,医学模式也由生物医学模式转变为生物—心理—社会医学模式以及生物—心理—社会—环境的后现代医学模式。近年研究发现,情志内伤与许多疾病的发生密切相关,因情绪调节不良所引发的心身疾病及心理疾患发病率逐年升高[1]。情绪的好坏对疾病的发生、发展和转归有极其重要的影响[2],情志自古以来就被中医作为重要的致病因素,临床运用得当亦能作为治病的方法。

1. 情志的含义

情志主要是指七情和五志,其中七情是指怒、喜、悲、忧、思、思及惊七种情绪;而喜、怒、忧、思、恐简称为五志。情志主要是人们在对外界所发生的事情及现状所表现出的反应,是一种精神活动[3]。

2. 引发情志致病的因素

当人们处于正常状况下时,不会引发情志病,只有长期强烈的情志刺激超出人体生理活动调节的范围时,才会导致机体气机紊乱、五脏六腑气血功能失调、阴阳失常而引发情志病。中医认为导致情志病的原因主要有情志不节与情志太过。

2.1 情志不节

《灵枢·百病始生篇》云“夫百病之始生也,皆生于风雨寒暑,清湿喜怒。喜怒不节则伤脏,风雨则伤上,清湿则伤下”。《灵枢·玉版》云“病之生时,有喜怒不测,饮食不节”。这里的不测可有二义,一有猝然、不料之意,隐含着一种随机性;二有不当之意,不当发而发。不节则纯属发而无制,这就极易引发情志太过。

2.2 情志太过

情志太过又可分为“暴”、“过”、“久”、“多”四种情况。首先是发生突然,如暴怒、暴喜、暴忧,如《素问·通评虚实》曰“闭塞隔绝,上下不通,则暴忧之病也”,可概括为“暴”。其次是程度剧烈,如大怒、盛怒、大惊、悲哀太过等,如《素问·生气通天论》曰“大怒则形气绝,而血菀于上,使人薄厥。”《中藏经》有“思虑过度则伤心……喜怒悲愁过度则伤肺”,可概括为“过”。再者是时间持久,如《灵枢·本神》有“脾忧愁而不解则伤意,肺喜乐无极则伤魄,肾盛怒而不止则伤志,恐惧而不解则伤精”,其中的不解、不止、无解,就体现了情志久羁不释成为致伤藏神的病因,可概括为“久”。还有就是反复刺激,如《黄帝内经素问·血气形志篇》“形数惊恐,经络不通,病生于不仁”的论述,其中的“数惊恐”,就是描述情志因素惊恐反复刺激的情况。可概括为“多”[4]。

3. 情志致病的机理

3.1 伤气

3.1.1 扰乱气机

情志是人体接受内外环境的刺激而引起的生理机能复杂性反应,异常情志刺激会扰乱脏腑的气机,使升降失常,出入序乱,继而引起疾病的发生。如《素问·举痛论》言“怒则气上,喜则气缓,悲则气消,恐则气下”,“惊则气乱”,“思则气结”。

3.1.2 耗伤元气

人体的生命依赖气而生存不息,若元气耗损则出入废,升降息,

神机化灭,气立孤危,情志刺激容易伤精耗气而致疾病。如《脾胃论·脾胃虚实传变论》言“饮食失节,寒温不适,脾胃乃伤,此因喜、怒、忧、恐耗损元气,资助心火,火与元气不两立,火胜则乘其土位,此所以病也”。

3.2 伤血

情志刺激容易使气血逆乱,血液妄行而病,如《素问·生气通天论》曰“大怒则形气厥,而血菀于上,使人薄厥”。情志刺激也可以使气血瘀滞而病,例如郁怒伤肝,肝气郁结,疏泄失职,气滞血瘀而见症瘕积聚等,《灵枢·百病始生》曰“卒然外中于寒,若内伤于忧怒,则气上逆,气上逆则六输不通,温气不行,凝血蕴里不散,津液澹渗,着而不去,而积皆成矣”。情志过度刺激可耗损人体精血致血虚而病,过喜伤心,使心血耗损;大怒伤肝,肝不藏血,肝血亏虚;忧思伤脾,脾失健运,生血不足;悲哀伤肺,肺气消耗,气不生血;惊恐伤肾,消耗肾精,精血同源,精血两伤。

3.3 伤脏

情志作为内伤的主要致病因素之一,可以直接伤及脏腑而导致疾病的发生,情志有喜怒忧思悲恐惊之别,五脏有心肝脾肺肾之异,情志伤脏的方式也各不相同。《素问·阴阳应象大论》曰“人有五脏化五气,以生喜怒悲忧恐”,“肝在志为怒”、“怒伤肝”,“心在志为喜”、“喜伤心”,“脾在志为思”、“思伤脾”,“肺在志为忧”、“忧伤肺”,“肾在志为恐”、“恐伤肾”。喜为心志,若暴喜过度则可使血气涣散,不能上奉心神,以至神不守舍,出现失神、狂乱等症候;怒为肝志,若大怒不止,则肝气上逆,血随气逆而上溢,则面赤,吐血、呕血,甚则昏厥卒倒;悲为肺志,悲哀太过则肺气抑郁,甚则耗气伤阴,致形瘁气乏;思为脾志,思虑过度使脾气郁结,运化无能,则饮食不思,消化不良,腹胀便溏;恐为肾志,大惊卒恐,则精气内损,肾气受伤,气陷于下。

3.4 伤神

清·周学海曰“神有五,神也,魂也,魄也,意与智也,志也”,五神乃精神活动的主体,五神与五志同出五脏,为心神所主,情志异常容易直接伤神而致病。如《灵枢·本神》曰“是故怵惕思虑者伤神,神伤则恐惧,流淫而不止。因悲哀动中者,竭绝而失生;喜乐者,神惮散而不藏;忧愁者,气闭塞而不行;盛怒者,迷惑而不治;恐惧者,神荡惮而不收”。《灵枢·本神》曰“怵惕思虑者伤神,神伤则破胭脱肉,毛悴色天;忧愁而不解则伤意,意伤则四肢不举;悲哀动中则伤魂,魂伤则阴缩而挛筋,而胁骨不举;喜乐无极则伤魄,魄伤则皮革焦;怒而不止则伤志,志伤则腰脊不可以俯仰屈伸;恐惧不解则伤精,精伤则骨酸痿厥。”

4. 情志防治疾病的方法

4.1 预防方法

4.1.1 保持心神宁静

《素问·生气通天论》中提到:“清静则肉腠闭拒,虽有大风苛毒,弗之能害。”《素问·上古天真论》中说:“恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来?”《素问·至真要大论》中提到:“清静则生化治,动则起苛疾。”都提到了清静养神能够使机体保持正常的生理功能,降低疾病的发生率[5]。因此在日常生活中,我们应当心无杂



念、心平气和、心胸豁达、乐观愉悦,以有助于维持身体的健康。

4.1.2 锻炼品格意志

《灵枢经·本脏》中提到:“志意者,所以御精神,收魂魄,适寒温,和喜怒者也。”说明意志具有调和情志、统帅精神、抗邪防病的作用。因此,树立正确的人生观,锻炼坚强的品格意志,坚定我们信念和理想,有所追求,对生活充满信心,不容易被困难和失败打倒,是保持健康重要精神支柱。

4.2 治疗方法

4.2.1 顺意法

所谓顺意法,就是指顺心、满足患者的某些意愿以解决其致病心理的一种精神情志疗法。《内经》指出:“数问其情,以从其意。”“伺之所欲”。明代虞抟在《医学正传》中以乳岩治疗为例指出:“须情思如意,则可愈。”由于“意有未遂,所求不得”是导致形神病变常见的原因,也是促使病症发展的重要因素,因此,顺从、满足患者的某些意愿是调治这类身心疾病的求本之治,也是中医精神情志治疗学中的重要疗法[6]。

4.2.2 语言疏导法

是指运用语言,对患者进行开通疏导,善诱说理,以消除其致病心因,纠正其不良精神情志活动而达到治愈或缓解病症的一类情志疗法。《灵枢·师传》曰:“告之以其败,语之以其善,导之以其两便,开之以其所苦,虽有无道之人,恶有不听者乎?”赵晴初在《存存斋医话稿续集》指出:“无情之草木不能治有情之病,以难治之人,难治之病,须凭三寸之舌以治之。”伊朗有位医学家认为:“医生有三种武器,语言、植物(药物)和刀。”把语言作为情志治病的重要治法。所以,以同情的态度,设身处地,针对不同的情绪原因,言之以情,晓之以理,说理透彻,言语中肯,使其心悦诚服,得到同情宽慰,往往不用药物,便能起到“虽未服药,已觉沉痾去体”之功[7]。

4.2.3 转移情志法

转移情志法又称为移情法,通过改变心态环境,改变注意力,达到移情易性,从不良情绪的困扰中解脱出来的方法。《素问·移精变气论》认为:“古人治病,惟其移精变气”而已,移精,即转移病人的精神、思念和注意力;变气,是指通过注意力的转移,以改变和调整气机,从而达到治病的目的。正如清代名医吴师机在《理喻骈文》中所说:“七情之病也,看花解闷,听曲消愁,有胜于服药者矣。”

4.2.4 以情胜情法

所谓以情胜情法,就是根据五情相克的规律和七情互相制约的

关系,而形成的以一种情绪活动制约另一种不良情绪的独特方法。采取医之以笑,或激之以怒,惹之以哭,或行之以恐,以情制情,从而使七情之病不药而寥[8]。《程氏简易方论》指出:“大凡病原七情而起,仍需以七情胜服化制以调,昧者不悟,徒持医药,则轻者增重,重者乖危矣。”其方法在《素问·阴阳应象大论》提到:“怒伤肝,悲胜怒”;“喜伤心,恐胜喜”;“忧伤肺,喜胜忧”;“思伤脾,怒胜思”;“恐伤肾,思胜恐”。张子和在《儒门事亲·九气感疾更相为治衍二十六》中提到:“悲可由喜治,以谑浪褒狎之言娱之;怒可由悲治,以恻怛苦楚之言感之;思可由怒治,以污辱欺罔之言触之;喜可由恐治,以恐惧死亡之言怖之;恐可由思治,以虑彼忘此之言夺之。凡此五者,必诡诈谲怪无所不至,然后可以动人耳目,易人视听。”《医方考》也曾提到:“情志过于激烈,是药物不能治愈的,应该顺以胜情。”

古代情志致病与治病理论源远流长,强调身心合一,重视情志与疾病的关系,从情志导致疾病的病因病机、治疗方法等都有独特的记载和论述,并形成了独特的情志医学体系,也是我们中医的优势和特色所在。现代社会,随着人类的生活方式、行为习惯、心理状态的巨大改变,情志导致和影响的疾病越来越多,而中医情志致病和情志治病的丰富理论和临床实践为我们现代心身疾病、心理疾患等情志病的诊治和预防带来了极大裨益。但是临床医生如何把情志疗法和方药结合运用到临床实践中仍是任重而道远。

参考文献:

- [1] 郝志,姜桂宁,王君.浅析朱丹溪对情志病的认识[J].山东中医杂志,2010,29(5):299-300.
- [2] 马月香.《黄帝内经》有关情志理论的科学内涵[J].中医药学报,2010,38(1):11-13.
- [3] 杨艳妮.《黄帝内经》防治情志病理理论探析[J].中医学报,2017,32(2):246-249.
- [4] 刘洋.中国中医科学院2007级博士研究生学位论文《黄帝内经》情志病因研究
- [5] 裴晓红,周莺,罗汀等.109例古代情志病证气郁化火证医案用药规律[J].江西中医药,2011,42(5):43-44.
- [6] 赵春妮.浅谈中医情志疗法[J].国医论坛,2005,20(2):31-17.
- [7] 心理调节方法.青岛大学学生工作部心灵驿站网页.
- [8] 张慧,柳红良等.古代情志致病理论在中医心身疾病诊治中的应用[J].中华中医药杂志,2015,30,3.

(上接第283页)

在协助医生治疗各种疾病的同时,也对管理人员的管理能力提出了更高的要求[3]。而如何做好对各类手术室腔镜器械的管理,尽可能的发挥器械的手术功能、确保手术顺利进行已成为临床关注的重点。

本研究中以精细化管理方式进行手术室器械管理,通过加强对管理人员技术及专业素养培训的重视可显著提高器械管理人员自身的精细化管理意识及管理水平,可为管理质量的提升提供有效保障;而通过器械细节管理、编码管理、统一存放等管理措施的实施还可显著提供管理的规范化与条理化,并可显著提高管理人员的责任意识及工作积极性,对减少因管理不到位而引发的器械零部件丢失等现象发生有重要帮助。

本次研究结果显示观察组的器械清洗消毒合格率、器械完好率均

明显高于对照组,且观察组器械准备差错率及器械零部件流失率均明显低于对照组,组间差异均有统计学意义($p < 0.05$);且观察组手术医生的满意度显著高于对照组($p < 0.05$)。表明以精细化管理方式对手术室腔镜器械进行管理可显著提高器械的管理质量,并可提高手术医生的满意度,值得推广应用。

参考文献:

- [1] 余健.手术室腔镜器械精细化管理对手术安全性和高效性的影响[J].医疗装备,2016,29(4):49-50.
- [2] 李燕,李娜.供应室一体化运作管理中加强手术室腔镜器械与管理的有效措施[J].航空航天医学杂志,2017,28(7):887-889.
- [3] 叶剑芳,方霞波.精细化管理在手术室腔镜设备器械管理中应用效果评价[J].中国现代医生,2014,52(12):119-121.