

引用:王福民,晁宇翔.从“阳虚致郁”浅析抑郁症[J].湖南中医杂志,2020,36(9):118-119.

从“阳虚致郁”浅析抑郁症

王福民,晁宇翔

(成都中医药大学,四川 成都,610075)

[摘要] 从“阳虚致郁”的观点出发,阐释了阳虚致郁的理论基础及重要病机,认为阳气虚衰是主要病机,督脉失养是发病关键。探讨了运用“温阳通督”法针刺治疗抑郁症的基本思路和治法,以期“温阳通督”法针刺治疗抑郁症提供探索方向。

[关键词] 抑郁症;阳虚;温阳通督

[中图分类号] R277.794 **[文献标识码]** A **DOI:** 10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2020.09.051

抑郁症是现代社会常见的情感性障碍,以持续的心境低落、快感缺乏为特征,常常伴有睡眠异常、食欲减退、性欲减退等症状。本病属中医学“郁证”范畴,其基本病机为气机郁滞导致肝失疏泄,脾失健运,心失所养,脏腑阴阳气血失调,治疗着重于疏肝健脾、疏肝理气。近年来从“温阳”角度论治抑郁症的理论逐渐增多^[1]。张景岳曰:“天之大宝,只此一丸红日;人之大宝,只此一息真阳”,阳气为一身之本,维系五脏六腑之正常功能,故本文试从“阳虚致郁”论述抑郁症的治疗,为临床提供理论依据。

1 阳虚致郁的中医古籍理论

抑郁症散见于中医学“郁证”“脏躁”“百合病”“梅核气”等相关描述中。余金珊^[2]的研究发现中医典籍里有较多关于阳虚致郁的描述。《素问·生气通天论》曰:“阳气者,精则养神,柔则养筋”;《素问·脉解》云:“所谓欲独闭户牖而处者,阴阳相薄也,阳尽而阴盛,故欲独闭户牖而居”。说明在《内经》中已经认识到抑郁与阴阳的密切联系。《灵枢·行针》曰:“多阳者多喜,多阴者多怒”;《素问·宣明五气》曰:“阳入之阴则静,阴出之阳则怒”。从生理角度阐释了阴阳与情志的关系。《灵枢·百病始生》载:“喜怒不节则伤脏,脏伤则病起于阴也”。从病理角度解释了阴阳失衡对情绪的影响。《素问·五常政大论》曰:“生而不长,成实而稚,遇化已老,阳气屈伏,蛰虫早藏……其病昏惑悲忘”,说明阳气虚弱可导致情志失调。明代张景岳《景岳全书·郁证》云:“又若忧郁病者,则全属大虚,本无邪实,此多以衣食之累,利害之牵,及悲忧惊恐面致郁者……凡此之辈,皆阳消证也,尚何邪实”,又云“此其戚戚悠悠,精气渐有消索,神志不振,心脾日以耗伤”,更支持了“阳虚致郁”的病机。

2 阳虚致郁的重要病机

2.1 阳气虚衰 《素问·生气通天论》云:“阳气者,若天与日,失其所则折寿而不彰”“阳气者,精则养神,柔则养筋”,人体的神,赖阳气以温养,才能保持正常的思维意识活动。

阳气充盛,则脏腑和、气血通、津液化,身体健康,精神正常^[3]。若阳虚,不能温煦运达气血和蒸腾津液,濡养脏腑、经络、筋骨、皮毛,则表现为神情淡漠、反应迟钝、嗜卧懒动、倦怠乏力等症状。

“阳化气,阴成形”,阳气通过推动气化进行机体代谢,阴气则化生有形物质。气机失去调节,气行不畅则会导致气郁、血瘀;阳虚者,阴必胜,阴胜则有形之物生,诸如痰凝、水湿等,二者又相互影响,加重症状。故阳虚者出现肝气不舒、心失所养、脾失健运等证。

综上,郁证症状主要表现为“虚”和“郁”。“虚”指阳气的不足,不能温养脏腑;“郁”则因阳气不足,推动无力而导致气、血、津液凝滞,运行不畅。可见,郁证的根本原因在于阳气虚衰。余天泰^[4]认为现代人造成“阳常不足,阴常有余”的原因有体质因素、寒邪作祟、嗜食生冷、工作烦劳、房事太过、作息无常、恣用苦寒、滥用激素和抗生素等,从而导致了现代人体质阳虚居多,同时抑郁症发病率升高,这佐证了“阳虚致郁”的病机。

2.2 督脉失养 《难经·二十八难》云:“督脉者,起于下极之俞,并于脊里,上至风府,入属于脑。”督脉为奇经八脉之一,源于胞中,下出于会阴,向后循行于脊背,上达项后风府,进入脑内,上行巅顶,沿前额下行鼻柱。督脉行于人体背面,总督一身之阳,作为阳经之海,其循行过程中联络全身所有的阳经,有溢蓄、渗灌和调节全身阳经气血的作用,可温通经脉、温煦脏腑。督脉通畅,则全身经络之阳气可正常运行。人体元阳亏虚,阳气虚衰,不能温养督脉,督脉失养而导致“精明之府”失养,故出现情绪低落、思维迟钝、抑郁内向、不喜交流。督脉与诸多经脉交会,内联脏腑,循脊入脑,因而督脉的经穴可用于治疗脑部疾患,具有补益脑髓、醒脑开窍、息风止痉、安神定志的作用。

3 采用“温阳通督”治疗抑郁症

余金珊^[2]从腧穴的归经、频次分析,统计出对抑郁症的

引用:黄鹏,李家煊,邱华,牙程玉,毛德文. 从肝肾阴虚论治自身免疫性肝病[J]. 湖南中医杂志,2020,36(9):119-121.

从肝肾阴虚论治自身免疫性肝病

黄 鹏¹,李家煊¹,邱 华²,牙程玉¹,毛德文²

(1. 广西中医药大学,广西 南宁,530001;

2. 广西中医药大学第一附属医院,广西 南宁,530023)

[摘要] 基于“阳常有余,阴常不足”的理论,强调“肝肾阴虚”是自身免疫性肝病(AILD)发病的关键病机,从本病的病因病机、临床症状等方面论述“肝肾阴虚”与AILD之间的关系,并提出以滋补肝肾之阴为基本治则,注重疏肝、柔肝、平肝、健脾,兼顾清热利湿、活血化瘀等治法,同时临证用药又不拘泥于此,重视审因求证,辨证施治,随症加减。

[关键词] 自身免疫性肝病;肝肾阴虚;滋肾养肝;滋阴潜阳

[中图分类号] R259.748 **[文献标识码]** A **DOI:** 10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2020.09.052

自身免疫性肝病(AILD)是由异常自身免疫介导的肝脏和胆道炎症性损伤,包括自身免疫性肝炎、原发性胆汁性胆管炎、原发性硬化性胆管炎和IgG4相关硬化性胆管炎等,以上疾病中任意两者同时出现则称为重叠综合征,其中以自身免疫性肝炎-原发性胆汁性胆管炎重叠综合征最为常见^[1]。AILD的发病机制目前尚不清楚,可能与遗传易感基因、免疫紊乱和环境因素有关^[2-3]。目前西医治疗本病多以糖皮质激素、免疫抑制剂和熊去氧胆酸为主,但临床长期应用会导致诸多毒副作用,疗效不理想。

“体阴而用阳”是肝脏的生理特征之一。肝藏血,为血海之脏,血属阴,故言肝脏之体为阴;肝主司疏泄,为风木之脏,内寄相火,易动风化火,故谓肝脏之用为阳。《临证指南

医案·肝风》云:“肝为风木之脏,因有相火内寄,体阴用阳,其性刚,主动主升,全赖肾水以涵之,血液以濡之。”肝的病理特点为肝脏阴阳制约关系的失衡,表现为肝阳、肝气常有余,肝阴、肝血常不足。导致肝阴、肝血不足的原因有三种:一是肝体阴用阳,肝阴赖肾阴的滋养,肾水充足,则肝阴旺盛,肾水亏虚,易引起肝阴虚;二是风、阳、火等使肝病发生病理变化,如肝郁日久化热,热盛则损耗肝阴,使肝阴不足;三是用药不当,如疏肝理气药多辛温香燥,长期使用易耗伤肝阴^[4]。以上因素导致了无论肝病为何证,多存在不同程度的肝阴不足的表现,正如《陈良夫专辑》言:“在一切肝病中,如肝气、肝火、肝风、肝阳,皆和肝体不足、肝用太过有关。”

基金项目:第二批国家中医临床研究基地(国中医药科技函[2018]131号);广西重点研发计划项目(2017AB45166);中国博士后科学基金面上资助项目(2019M6533112);第二批广西高层次骨干人才培养139计划(桂卫科教发[2018]22号)

第一作者:黄鹏,男,2018级硕士研究生,研究方向:中医药防治慢性肝病

通讯作者:邱华,男,医学博士,副主任医师,副教授,硕士研究生导师,研究方向:中医药防治慢性肝病, E-mail: qihua8899@163.com

治疗所选经脉,排名前三位的分别为胆经、督脉和脾经,腧穴使用频次(频次>3)排名前7位的依次为:日月、神道、天井、支正、心俞、照海、商丘。通过对高频经脉和高频腧穴的阴阳属性分析,阳经的腧穴使用频次更高。手三阳经中,手太阳小肠经的支正、手少阳三焦经的天井较为常用;足三阳经中,足少阳胆经日月、悬钟、丘墟,足太阳膀胱经的心俞,足阳明胃经的足三里较为常用。督脉中可提振阳气、宣畅经络的穴位较多,有百会、神道、大椎、至阳、命门等。头为诸阳之会,手足三阳经均会聚于头;脑为髓海之所在,五脏之精气,皆上注于脑,故从督脉治疗抑郁症首选穴位即百会,针刺百会可通达阴阳、醒脑开窍、通督定志,实为通督温阳之要穴。神道穴为督脉阳气在此循其固有通道而上行。大椎穴为手足三阳、督脉之会,督脉为诸阳之海,统摄全身阳气,而太阳主开,少阳主枢,阳明主里,故本穴可清阳明之

里,启太阳之开,和解少阳,驱邪外出。命门穴是命门之气输注、聚集于体表的一个区域,可培元补肾,调节命门之火。临床应用中,通督手法有针刺、推拿、拔罐、灸法等,均能畅通督脉气血,温通阳气,达到“温阳通督”的目的。

参考文献

- [1] 赵杰. 抑郁症中医温阳法治疗新探究[C]//2012年中医神志病重点专科建设与发展、临床诊疗标准化及专业教材建设研讨会论文集. 太原:山西省中西医结合医院,2012:86-89.
- [2] 余金珊. 从阳论治抑郁症中医康复的文献研究[D]. 福州:福建中医药大学,2017.
- [3] 肖榕,吴林,陈炜,等. 基于扶阳思想郁病的次第治疗[J]. 中医临床杂志,2018,30(7):1187-1190.
- [4] 余天泰. 论“阳常不足,阴常有余”[J]. 中医药通报,2008,7(6):14-16. (收稿日期:2019-11-07)