

理论研究

温阳法治疗抑郁症的探讨

赵 杰

(山西省山阴县中医院, 山西省山阴县车站路, 036002)

摘要 抑郁症的发病, 内因为阳气不足, 外因为劳倦内伤、七情。采用温阳法, 温通阳气是治疗抑郁症的关键所在。

关键词 抑郁症/中医药疗法; @ 温阳法

Exploration on Treating Depression with Yang-Warming Method

Zhao Jie

(Chinese Medicine Hospital of Shanyi County, Add.: Station Road, Shanyin County, Shanxi Province, Postal code: 036002)

Abstract Since depression is caused by inadequate yang qi as the internal factors, by overfatigue, seven sever emotions as external causal factors, the key to treatment is warming and dredging yang qi with yang-warming method.

Key Words Depression/ Chinese Medical Therapy; @ Yang-warming Method

抑郁症是一组以情感障碍为突出表现的心理疾病, 以情绪低落为主症, 是由于大脑内的生物胺相对或绝对不足, 导致心理功能的全面抑制, 在思维、行动、心理动力、人格和自我意识上表现出精神活动全面低下的状态。传统中医采用辨证分型的方法治疗, 分为肝气郁结、郁久化火、气滞血瘀、心脾两虚、阳虚火旺等证型施治, 有较好的疗效。笔者经过多年的探索, 应用温阳法对抑郁症进行辨证治疗, 取得了一些可喜的进展。现探讨如下。

1 病因病机

抑郁症的外因为“劳”和“郁”, “劳”即劳心、操劳、房劳, “郁”即肝郁, 即负性生活事件刺激。同一人群处于同样的环境中, 同样的生活事件, 有的人患上抑郁症, 有的人则不患抑郁症, 原因就在于他们的正气有强弱之区别。中医认为, 心主神明, 肾为先天之本, 脾为后天之本, 人体的正气主要来源于脾肾两脏的阳气, 由于脾肾阳气不足, 不能温心阳, 养心神, 导致心主神明的能力下降, 成为抑郁症发病的主要内在因素, 而生活中的操劳、劳心、房劳以及负性生活事件的刺激进一步耗伤人体的阳气, 导致体内阳气不足。《内经》云“阳气者, 精则养神”。阳气不能处于“精”的状态, 导致神失所养, 形成抑郁症。而抑郁症的“懒”“呆”“变”“忧”“虑”特征症状以及纳呆、消瘦、性欲低下和众多的躯体不适和萌生“生不如死”的消极自杀念头和行动, 同样符合中医阳气不足的诊断, 因此, 中医认为抑郁症的病因为: 心脾肾阳气不足为本, 劳伤七情为标。

2 治疗方法

根据患者体质、诱因、年龄、性别、文化素养, 以及

不同的发病阶段, 中医将抑郁症分为多种证型。我们通过分析病机, 抓主症为心脾肾阳气不足拟定基本方: 炙甘草 30g, 砂仁 20g, 牡蛎 30g, 海蛤粉 20g, 桂枝 30g, 白芍 15g, 附子 30g(先下), 淫羊藿 30g, 仙鹤草 30g。主方方义: 该方由郑钦安《医法圆通》之补坎益离丹和《医理真传》之潜阳丹化裁而来。补坎益离丹全方为: 桂枝、附子、海蛤粉、生姜、炙甘草。郑氏云: “方用桂枝、附子大辛大热为君, 以补坎中其阳, 复取蛤粉之咸以补肾, 肾得补而阳有所依, 又加姜草调中, 最能交通上下, 中也者, 调和上下之枢机也, 此方药品虽少而三气同调”。“潜阳丹一方乃纳气归肾之方也, 砂仁辛温, 能宣中宫一切阴邪, 又能纳气归肾, 附子辛热, 能补坎中真阳, 真阳为君火之种, 补真火即是补君火也, 况龟甲一物坚硬得水之精气而生, 有通阳助阳之力, 甘草补中有引火归根之妙, 故曰潜阳。”方中龟甲物贵易以牡蛎。仙鹤草, 民间有脱力草之称, 对于无外邪之神倦乏力、情绪低落之症有明显作用。淫羊藿辛甘温, 归肝肾经, 有引微阳入阴之效, 诸药合用, 复肾阳以暖心阳, 运中枢以调上下, 脾阳复化源有滋, 同时收纳微阳于肾, 伏虚火于中, 切合抑郁症之病机。临床应用本方能迅速改善失眠, 解除倦怠乏力, 精神不振, 反应迟钝, 记忆力减退等症, 诚为治疗抑郁症的基本方。

化裁: 1) 有明显烦躁、易怒、易激或伴有焦虑不安者加栀子、淡豆豉、黄连、阿胶取栀子豉汤合黄连阿胶汤之意。2) 以悲伤、暗泣以及月经期前后明显加重者加百合及李东垣温肺汤(白芍、干姜、五味子、细辛、肉桂、陈皮、半夏、杏仁), 以温肺肃肺。3) 更年期、老年期抑郁症加乌梅、当归、花椒、熟地黄增加温补肝阳之作

用。4)对于其他一些证,结合舌苔脉象,随证予以治疗。如兼纳呆、失眠、舌苔腻、脉滑者可以予苍术 30g、厚朴 6g、陈皮 10g、半夏 15g、秫米 50g 以运脾化湿,燥湿化痰,使中阳运转正常。心阳自能归于肾中,则失眠自愈。

3 体会

3.1 抑郁症临床主要表现为悲哀的心境,情绪低落,思维缓慢,兴趣索然;消极悲观的自我概念,自责,自我评价过低;回避他人的期望,独处,不愿见人,不愿和他人交流;睡眠和食欲、性欲的丧失。这些属于衰退性心理功能障碍,在中医症状分类上属于阳虚的范畴。

3.2 从心理学理论上讲,情感是人对客观事物所持态度的内心体验反映。人的主观状态的阳阴盛衰,决定了他认识事物的态度,以及客观事物在内心引起的体验是正性的还是负性的,从这一方面也可以说明情感障碍疾病之抑郁症是阳气虚所致。

3.3 《内经》认为“心为君主之官,神明出焉”,《灵枢·本神篇》说:“两精相搏谓之神,随神往来者谓之魂,并精而出入者谓之魄,所以任物者谓之心。”说明尽管中医主张七情伤五脏,五脏主五志,但归根到底都出自心神。心阳不足,神明失主是其他四脏受损的根本。

3.4 按照中医整体观的观点 心阳属于君火,《素问》有君火以明,相火以位之说。君火属心,心居上位以统阳,是阳气之“用”,相火乃肾中真火,居下统阴,是阳气之“体”,心阳与肾阳是一而二,二而一的关系,是“体”和“用”的关系。同时心阳下承肾水,肾水上滋心阳,构成“心肾相交”的局面,是维持人体生活、睡眠节律以及神志、情绪正常的重要条件。脾居中州,脾阳的运化正常,也保证了心肾二脏阳气的上下往来。脾阳的运化亦需要心肾二阳的往来熏蒸,才能腐熟水谷,化生中气,所以生理上心脾肾三脏阳气正常运行,共同协调。五脏六腑的阳气运行,以维持人生理、心理的正常。在病理情况下,七情内伤,伤及心阳,心阳虚损,不能下归与肾而上浮,首先导致失眠,而顽固的、无诱因的失眠通常是抑郁症的最早临床表现。心阳虚,则脾阳受损,运化无力,从而出现少气懒言、纳呆、倦怠等症状。饮食劳倦,损伤脾阳,出现运化失常,痰湿痞满,阻滞了心肾相交,心阳不得下沉而上浮则失眠、心烦,临床上常用温胆汤合平胃散治疗收到效果,即是消除了中州的痰湿痞满,而恢复了心肾相交的局面。同样劳倦、房室损及肾阳,不能收纳下降之心阳,造成心火亢于上、肾阳竭于下,出现不寐、心烦、惊悸、阳痿等临床表现,治之以交泰丸、以及郑钦安之潜阳丹或封髓丹(炙甘草、砂仁、黄柏)每每收效。及致三脏阳气受损

形成抑郁症,则以潜阳丹合补坎益离丹化裁,温通心脾肾三脏阳气,而恢复心肾相交脾运中州的局面,以使五脏安和。

3.5 人体五脏运行中,心火下降,肾水上承,脾土中运,肺金右降,肝木左升形成一个圆运动,才能保持人体生理的平衡,任何病都是五脏圆运动功能障碍的表现,抑郁症亦不例外。在抑郁症的发病中,肺的肃降、肝的升发功能的障碍也起着重要的作用。肺主肃降,主治节,是由肺中阳气所主,我们在临床上观察到一些女性抑郁症患者在月经期前后有加重的趋势,常表现出悲不自胜,暗泣流泪。而月经周期的同而复始,对于女性来讲就是其生理周期的节点,这一生理周期的调节有赖于肺阳的肃降来调节,笔者根据“肺主治节”这一生理特点,对女性抑郁症在月经期前后加重的患者予以温肺阳肃肺金药物治疗,常能收到很好效果。常用方有百合洗方以及李东垣温肺汤[白芍 10g,干姜 6g,五味子 10g,细辛 6g(先下),肉桂 6g,陈皮 6g,杏仁 6g,半夏 10g]化裁配合基本方。

在肝的生理功能方面,《内经》有“肝为罢极之本”之说,笔者理解“罢极之本”是就肝的生理功能而言的,而不是病理上“运动过劳筋必极”(张介宾《内经图翼》)。人体生理发展到了一定极点,向另一个生理期转变时,这一转变的完成由肝阳来调节。如少年期向青春转化,成年期向老年期过度。临床上也可以见到更年期抑郁症以及老年抑郁症患者常有肝阳不足的临床表现,治疗上予以乌梅丸酸甘化阴、辛甘化阳,与基本方同用效果显著。

(2008-06-23 收稿)

《中国现代医生》杂志征订启示

《中国现代医生》杂志是卫生部主管、中国医学科学院主办的国家级医疗卫生期刊,中国核心期刊(遴选)数据库、中国期刊全文数据库、中文科技期刊数据库全文收录期刊,解放军医学图书馆 CMCC/CMCI,国内统一刊号:CN11-5603/R,国际刊号:ISSN1673-9701,邮发代号:80-611,全国各地邮局均可订阅,脱订者可直接通过发行部订阅。每月出版 3 期,每期定价 10 元,全年 360 元。国内外公开发行,主要登载国内外医疗、教学、科研和管理工作者在医药科研领域中所取得的新理论、新成果、新经验、新技术、新方法。主要栏目设有:专家述评、论著、综述、基础医学、药物研究、临床研究、药物与临床、中医中药、临床护理、医院管理、误诊误治、个案报道、预防医学、健康研究、医学教育、检验与临床、临床麻醉、病理研究等。凭订阅单复印件投稿,同等条件优先录用。欢迎各医药单位、院校、厂家刊登产品和广告。地址:北京市朝阳区甘露园南里一区 33 号 A 座 165 室《中国现代医生》杂志社发行部。邮编:100123。电话:010-51398202。传真:010-51398202。联系人:郑盼。联系信箱:zgxdys100@163.com。网址:www.zgxdys.com。