

论 坛

心身医学研究——当今中医发展的重要方向

杜 文 东^{*}

主题词 心身医学

1 医学模式的转变对中医的影响

医学模式面临新的转变,是现代医学发展潮流的主要特征。人类经历了漫长的自然哲学医学模式之后,在16世纪中叶,产生了生物医学模式。近百年来,生物医学模式的迅猛发展和巨大成功,极大地促进了医学科学的发展,使生物致病因素引起的传染病、寄生虫病及营养缺乏性疾病逐渐得到有效的控制,不再成为威胁人类健康的首要因素。然而,进入现代社会,生物医学模式逐渐暴露出其认识健康与疾病规律的局限性。现代社会精神与物质文明的迅猛发展,使得人们处于节奏快速、竞争激烈和应激频繁的状态之中,心身承受着巨大的压力,持续的紧张与适应不良导致冠心病、高血压(脑血管意外)等心身疾病发病率迅速上升,成为人们非正常死亡的主要原因。研究表明,这类机能性疾病的主要诱因是心理、社会因素,人是具有自然与社会双重属性的统一体,心身交互影响,密不可分。生物医学模式仅着眼于躯体变化,无视心理对躯体的能动作用,割裂了人性的统一,因而其对健康与疾病的认识也只能是片面的,在这种形势下,更为完善的医学模式——生物—心理—社会医学模式便应运而生。

科学的发展,人类社会环境的变化及其努力适应现代社会节奏所表现出来的心身特征,医学自身发展的特点,这一切决定了医学模式的转变。人们从更为全面的角度看待健康和疾病的规律,这种客观的现实,是任何一种医学都不能超然事外的。中医与西医体系迥异,但它们所服务的对象、研究的客体都是共同的,与祖先们相比,无论躯体,还是心理特点,社会适应性都有了诸多变化,其健康与疾病的规律也有了诸多更新。如果囿于传统医学体系的思维,忽视社会发展带来的服务对象的诸多变化,以生物医学的固有方法要求病人削足适履,则势必凿枘不入,难以对病人进行全面的帮助。

医学模式的转变和心身医学的应运而生是大势所趋,不论哪种医学体系都必须正视这一形势。中医在当今也应不失时机地借鉴、吸收、融汇心身医学的观念、方法和技术,对自身进行调整、充实,才能适应医学发展的潮流,保持正常的发展势头。

2 中西医学与心身医学

心身医学认为,人是一个具有生物躯体与心理活动的统一体,在这个生命体系中,心理与生理功能是相互依存不可分割的。心身医学从临床角度研究心理因素与健康、疾病的关系,并以心身疾病——一类心理社会因素作为主要诱因引起躯体损害的疾病作为主要研究对象。

心身医学的概念对西医的影响首当其冲。在科学的事实面前,西医不仅迅速接受了这一现实,并且很快便有所建树。例如,长期从事冠心病研究的美国华盛顿大学医学院弗瑞德曼教授,经数年钻研,确认了存在“冠心病易患行为模式”,简称“A型行为”。1978年美国权威的心肺血液研究所证实“A型行为”是引起冠心病的危险因素之一,并且是独立于其它危险因素的一个主要危险因素。据此采取行为矫正和躯体治疗相结合的方法,使冠心病病人得到了较为彻底的缓解。这一出色的工作把心身疾病病因及治疗手段的研究推向了高潮。目前,心身疾病的诊疗已成为国外发达国家临床医疗的主要内容,其手段、技术正日臻完善。

西医在适应医学模式转变方面表现出的现实性和灵活性给人以启迪,然而,从理论上说,中医本身就具备心身医学思想。受自然哲学的医学模式影响,世界许多民族早期形成的医学体系都具有心身医学的性质,如古希腊希波克拉底“知道什么人患病,比知道人患了什么病更为重要”的医学思想,阿维森纳在《医典》中将情绪作为致病因素的认识,都是心身医学的宏观体现。特别是体系较为完备的中医学始终保持了从心身关系角度认识健康与疾病的特点,尤其是在心理病因学说和心身疾病治疗上的建树,都很有特色。中医的心身观与心身医学在性质上是相同的,只是程度、系统性和可操作性上存在差异,这对中医与心身医学的融汇奠定了基础。中医研究心身医学并最终融汇为已用,必须采

^{*} 南京中医药大学,南京市汉中路282号(210029)

收稿日期:1996-12-02

取客观、求实的科学态度,既不能因为中医理论中有心身统一思想便认为接受心身医学是顺理成章的,也不能因为心身医学体系中的许多方面在中医里尚基本是空白而认为两者无法沟通。一方面要看到,中医虽然早就对心身关系有宏观上的认识,但在其后来的发展,特别是近代发展中,受到生物医学模式的影响并以其作为临床主要的指导思想;中医心身关系的理论在临床上可操作性不强,阻碍了中医心身医学思想进一步的发展。另一方面也必须认识到,中医心身观的临床实践形式虽然不同于心身医学的微观方法,但其特色与效果却不容低估,如中医望、闻、问、切等许多诊疗实施都把握住了病人的心理规律,起到了心理治疗(类似于精神支持疗法等)的作用;再者,中医对心身疾病的治疗积累了丰富的经验,具有很好的疗效,通过使躯体症状迅速缓解,达到心身的相对平衡。总而言之,认清中医理论体系的优势及心身医学的长处,以我为主,兼收并蓄地去融汇心身医学的理论与方法,就能够充实与完善中医的理论与实践,使其有一个较大的提高,从多元的角度认识健康与疾病的规律,以便更全面地帮助现代社会中的患者。

在中医发展的历史上,有过无数次对因社会发展变化所产生的新医学理论从认识、接纳到融汇的成功实例,如伤寒学派、金元四大家的学术思想、温病学派等,这使中医能不断适应社会现实,焕发出强劲的生命力。当前,中医在自身的发展中应充分重视新型医学模式的确立这一事实,认真以心身医学的研究、融汇作为重要的发展方向,在解决心身疾病的防治这一新课题中创立自身的特色与优势,这是十分必要和完全可能的。

3 创建中医心身医学研究模式

中医研究心身医学的目的,应是消化、吸收其科学的成分,最终将其融汇于自己的理论体系之中,为我所用。这样,中医研究心身医学就必须创建符合自身理论特色的模式。

中医的心身医学研究,首先要注意探讨中国人身心疾病产生的基础。心身医学服务的对象都生活在一定的社会环境之中。个体对社会适应及与之相应的心理状态,决定于社会的发展程度与文化影响,而心理、社会因素对躯体的作用及相互作用,更有其跨文化的差异。在我国,心身医学的服务对象是中国人,中国人的民族性格、行为模式与健康、疾病的内在联系必然有其独特性。中国传统文化的积淀既塑造了国民优良的个性素质,也形成了一些负性的心理定势,如儒家学说对中国人的民族性格有很大影响,宋、明程朱理学的

“存天理、灭人欲”的行为准则成为影响后人行为的尺度和准绳,“温良恭俭让”的自我压抑成为一种规范的时尚,人们不得不削足适履以求中庸,由此产生的心理压抑与困扰成为国人心身重负的传统特征。而现代社会中,传统文化与现代文明的碰撞更使国民产生新的心理适应问题,这些心理、社会因素直接影响当代中国人的健康,同时也是导致心身疾病的主要诱因,是必须认真加以研究的。

中医研究心身疾病,还必须注重途径与方法。两种理论体系迥然有别,只有以中医的理论体系为主,确立研究方向与方法,才能达到融汇提高,为我所用的目的;而不应简单地以心身医学的理论去诠释或硬套中医的概念,那样只能将方向搞偏而一无所获,甚至迷失自我。例如,中医对疾病的认识,主要是以“证”来概括的,有别于心身医学“病”的概念,我们的研究,只能以“证”为基点,研究其心身的实质与量化的内涵。从心身医学的角度来认识,许多“证”都有心身两方面的病理性质,从病人主诉到“证”所表现出来的异常症候群,都是心身问题混杂出现的。中医临床上许多“证”所表现的躯体损害,也都是心理、社会病因的伴随或后继表现。研究总结出其规律,探索“证”的心身矫治手段,才是既保持中医体系,又拓宽中医理论与实践视野的正确方向。已有许多学者在这方面作了大量工作,如对“肝郁证”的个性特征实验研究;“肾”的心身实质的认识等都取得了一定的进展。此外,对中医“七情学说”的致病机理及对心身疾病形成的作用;中医“整体观念”中心理因素的地位;“辨证论治”的心身诊疗方法等都已开展了研究工作。只要坚持以中医理论体系为主,借鉴微观的实验与分析手段,大胆实践,不断总结,就一定能创建中医的心身医学研究模式。从而对中医本身的发展和世界医学科学作出应有的贡献。

· 征 文 ·

由中国中医药学会主办,安徽省中医药学会、安徽省老子研究会传统医学专业委员会承办的首届中国“道教与传统医学”学术研讨会将于1997年10月中旬在安徽涡阳召开。

征文内容:道教学术思想对中医理论体系形成和发展的影响;道家、道教人物对医学的贡献;医家、医著中和道教学术思想研究;有关养生、气功、服食、内丹、方药、药膳、仙道、房中术等探讨;儒、释、道等古代哲学与医学相互关联的研究;《正统道藏》所列医学、养生气功类专著的理论 and 临床;其它中医文化与道文化相关的探讨。

征文要求:论文字数宜4千字以下,并附300字的内容提要。信封下注明“老子”字样,请于1997年8月31日前寄安徽省合肥市六安路205号省中医药学会 肖金收,邮编:230061。入选者酌收版面费:1千字内50元,1千~2千字100元,2千~4千字150元。并邀请参加学术研讨会。作者寄稿同时将版面费按上址寄出。未录用者原数退回。入选论文将由中国中医药学会颁发论文证书及中医继续教育证书,编入《中国道教医学研究》出版。