

DOI: 10.13288/j.11-2166/r.2019.16.001

学术探讨

脾胃病与情志的相关性初探

夏梦幻, 刘文平, 王庆其*

(上海中医药大学基础医学院, 上海市蔡伦路 1200 号, 201203)

摘要 情志因素作为病因或诱因参与并影响脾胃病发病及预后, 研究情志与脾胃的关系、探析脾胃心身问题对诊治脾胃心身疾病十分必要。从中医心身关系、脾胃对情志刺激的易感性、情志与脾胃病的关系以及情志相关性脾胃病的辨治四个层面对脾胃心身问题展开讨论, 以期为脾胃心身关系研究及情志相关性脾胃病的临床诊治提供参考。

关键词 脾胃病; 七情; 五神; 心身疾病

1 中医形神合一理念下的心身关系

中医理念的核心之一是形神一体, 心身关系的本质是形神关系^[1]。形神一体的基本要素包括统帅一身的“心神”、五脏形系统、五脏神系统及七情。《素问·阴阳应象大论篇》曰“人有五脏化五气, 以生喜、怒、悲、忧、恐。”中医学中五脏乃形神合一的功能整体, 精神心理活动是在五脏功能基础上产生的, 情志活动包括七情(喜、怒、忧、思、悲、恐、惊)与五神(神、魂、魄、意、志)^[2]。情志属于狭义之“神”的范畴, 情志发生涉及情绪体验及心理认知活动^[3], 是基于个体的心身状态, 对内外刺激产生的生理以及心理反应。随着医学模式的转化, 世界卫生组织提出健康包括躯体、心理的健康以及良好的社会适应能力^[4]。从中医角度解读, 心身健康是指五脏、五神、七情三者在心神统帅下的内在协调以及该整体与社会、自然和谐统一的完满状态。

因此, 中医视角下的心身关系指的是五神、七情活动与脏腑功能的关系, 三者两两相关, 相互影响。七情、五神依赖于五脏活动而生, 情志活动是脏腑之气在精神心理层面的延伸, 情志与脏腑的健康与疾病息息相关。从现代心理学角度, 七情偏向于精神情感层面, 五神偏向于心理认知层面^[5], 故情志异常基本包括精神情绪失调、心理认知障碍以及两者并见三大类别。情志致病多肇端于七情刺

激, 七情是五脏之气的一部分, 七情过用, 五脏之气失和而发病; 七情亦是五神活动的延伸^[6], 七情刺激, 五神失守, 出现认知心理异常。五神不和又可引发五脏之形气血失调, 同时脏腑功能紊乱, 也会引发情志失调。

综上, 中医学自古重视形神合一的整体观, 这为心身医学提供了丰富的理论支持。“心”与“身”是一个整体的两个方面, 任何一方不可独立于另一方存在。同样探讨脾胃心身问题, 包含了七情、五神及脾胃脏腑功能三个部分, 必须在形神整体观视角下具体分析。

2 脾胃为心身相关较敏感的脏腑

情志与各脏腑形体活动均有关联, 但与脾胃系统关系最为密切。张介宾曰“脾胃之伤于情志者, 较之饮食寒暑为更多也”^[7];《推求师意·郁病》^[8]云“脾胃居中, 心肺在上, 肾肝在下, 凡六淫、七情、劳役妄动, 一有不平, 则中气不得其和而先郁”。脾胃对情志刺激有较强的易感性, 我们归纳有以下 5 个原因。

1) 能量化源, 根于中土。《灵枢·平人绝谷》曰“神者, 水谷之精气也”;《灵枢·营卫生会》云“血者, 神气也”。五脏之形、五脏之神均赖脾胃中土以养。情志活动是五脏气血在心理精神层面的功能表现, 其能量来源同样是脾胃运化的水谷精微。精神消长一定程度反映中气的虚实, 脾胃气血的盈亏影响着情志的盛衰。

* 通讯作者: Nang_qin_qi@sina.com

2) 五神之中, 皆蕴脾“意”; 七情发生, 皆有脾“思”。《灵枢·本神》曰“心有所忆谓之意”; 《素问·遗篇刺法论篇》云“脾为谏议之官, 知周出焉”; 《备急千金要方·脾脏脉论第一》^[4]曰“脾主意。脾脏者, 意之舍。意者存忆之志也, 为谏议大夫, 并四脏之所受”。心为君主之官, 脾为谏议之官, 脾将心任物的内容转化为意识, 协调情志活动的产生^[4]。可见心神乃认知的肇始, 脾意乃认知活动的中间环节, 同时也是情志变化的枢纽。此外, 五神之中唯有“思”同时兼有认知与情感两个部分。“思”包括思考、忧思两层含义, 情志活动是在思的基础上产生, 属认知活动的情感体验, 任何情志活动都有脾意、脾思的参与^[1]。

3) 七情气道, 权在中气。七情的产生以五脏化五气作为前提, 喜、怒、思、恐、惊五种情绪皆可牵动脏腑气机。《素问·举痛论篇》有“喜则气缓, 怒则气上, 悲则气消, 恐则气下, 思则气结, 惊则气乱”之记载, 提示中焦乃一身之气运行的枢纽, 任何气机变化均可影响中焦气机的升降, 同时中气调和也佐证了情志气道的平衡通达。

4) 心脾相关, 肝脾相连。五脏藏精内舍五神, 五脏共同参与精神心理活动的发生, 其中心、肝与精神心理活动关系最密。心主神明, 一切精神心理活动均由心神主宰; 肝主疏泄情志, 一切情志活动均赖肝气疏导。此外, 神者, 血气也, 心主血脉, 肝主藏血, 心肝两脏对维持精神活动起着重要作用。然中焦受气取汁, 化生血液上济于心, 心与脾紧密相关, 肝与脾胃亦紧密相连。《灵枢·病传》曰“病先发于肝, 三日而之脾, 五日而之胃”, “见肝之病, 知肝传脾, 当先实脾”, 因此, 情志病最常伤及心、肝、脾三脏^[2]。

5) 怒思忧三郁, 均伤脾胃。七情致脾胃病, 主要以怒、思最多见^[3]。张介宾指出怒郁横逆犯脾、思郁郁结在中、忧郁心脾两伤, 即怒郁、思郁、忧郁均容易伤及脾胃。现代医学研究发现, 消化系统最易受精神、心理应激及其他内外因素刺激, 消化系统心身疾病的病种和发病率居所有心身疾病之首^[4]。究其原因, 包括有以下几点^[5-8]: (1) 消化系统大多受自主神经支配, 最易受心理因素影响。(2) 情绪活动通过干扰“皮质-内脏神经”影响胃肠道生理功能。(3) 参与疼痛调控的大脑皮质区域同时调控情绪反应, 精神因素通过影响内脏痛神经调控机制参与内脏高敏感状态的形

成。(4) 精神因素显著影响人的摄食种类及饮食习惯, 且精神应激直接影响免疫系统, 引发肠道微生态改变。(5) 在神经通路与血液循环中承载“脑-肠对话”调控物质, 疾病状态下精神-神经免疫-胃肠道功能发生网络式相互影响的恶性循环。精神心理障碍与胃肠道症状, 甚至胃肠道以外的不同部位症状相互叠加, 互为因果。

总之, 从中医学角度而言, 脾胃运化水谷精微, 化生血液, 为情志活动提供能量来源。脾藏意, 在志为思, 意主情志转变, 情志传递皆由“思”而发。脾胃居中焦, 权衡一身之气血, 脾胃升降平衡, 则情志气道平衡适度, 反之情志不调, 脾胃升降先损, 怒、忧、思三郁最易伤及心、肝、脾三脏。从现代医学角度, 自主神经系统与内分泌系统是消化系统的两大调节体系, 这两大体系的中枢与情感中枢的皮质下整合中心处于同一解剖部位, 中医学与现代医学从不同角度皆阐释了脾胃对情志刺激有较强的易感性。

3 情志与脾胃病的关系

中医学中脾胃病的命名均以“症状”表达, 中医学脾胃病包括西医所说的功能性以及器质性两类消化系统疾病, 以有无情志参与及有无器质性病变, 可将脾胃病分为四种, 包括情志因素引起的脾胃症、情志参与且合并器质性病变的脾胃病、单纯器质性脾胃病、器质性脾胃病伴情志病。除了单纯器质性脾胃病以外, 其余三种均有情志因素参与。该类病症包括形的紊乱(躯体的)、神的异常(心理的)、七情的失调(精神的)三个方面, 且情志活动同脾胃症状相互影响, 两者是一组辩证关系。脾胃病发于情志内伤者, 此属“因郁致病”; 脾胃病导致情志失调者, 此属“因病致郁”, 情志失调与脾胃病互为因果, 相互作用, 此属“病郁同存”。

随着现代社会心理应激源的不断增多, 情志病因越发突出, 情志性脾胃病在所有脾胃病中占据高位, 同时由脾胃病引发的心理问题也越发常见。因而我们当从心与身的辩证角度看待情志与脾胃病的关系, 以此识别脾胃系心身疾病以及脾胃病伴随的精神心理问题。此外, 在临床中患者常以具体又庞杂的脾胃系躯体症状就诊, 心理及精神问题常常以躯体化形式表达。对于现有医学知识不可解释的躯体症状, 患者又常常受排斥并被带上“精神心理障碍”的标签, 因此, 识别脾胃躯体症状隐匿的精神心理问题以及改变患者对脾胃心身病症的认知

对疾病预后尤为关键。

4 情志相关性脾胃病的辨治探析

社会心理因素在消化系统疾病中的发生、发展、转归中起重要作用的躯体疾病称作消化系统的心身病症^[14]。其中有器质性病变者属于“消化心身病”，如消化性溃疡、溃疡性结肠炎等；无器质性改变而仅是器官功能障碍者属于“消化心身症”，如肠易激综合征、习惯性便秘等。从中医学角度，消化心身病症是指由情志因素导致的各类脾胃病症，即“情志相关性脾胃病”。具体涉及情绪障碍相关性脾胃病和认知偏差相关性脾胃病^[15] 17-18。前者主张从阴阳分类^[17]，由抑郁情绪引起的以情绪低落、思维迟缓、意志活动减退等为特点的属于“阴证”；由焦虑情绪引起的以烦躁易激、运动性不安、自主神经功能亢进等为特点的属于“阳证”。抑郁情绪所引发的脾胃症状多有早饱、嗳气、便秘或腹泻等胃肠功能下降的表现；焦虑情绪合并的脾胃症状常见口干口苦、吞咽困难、反酸烧心、腹痛腹胀等胃肠功能亢进的表现。此外，因患者认知偏差使得脾胃症状具有过分夸大或无中生有等特征，如患者对幽门螺旋杆菌（Hp）感染、萎缩性和肠腺化生等癌变的恐惧，不断自我暗示使得病感被放大，或自我感觉的严重程度超过实际检查报告的描述，甚至不符合医学常理。

叶天士《临证指南医案》曰“因情志不遂，郁而成病，郁则气滞，气滞久则必化火热。热郁则津液耗而不流，升降之机失度，初伤气分，久延血分，延及郁劳沉痾。”^[18]脾胃心身病症，是“情郁”导致脏腑气血失调，进而出现“形郁”的躯体表现。基于上述情志相关性脾胃病的分类，根据情绪障碍和认知偏差的不同，我们认为，发于抑郁情绪者可采取宣阳开郁法，自拟宣阳化痰开郁汤方，药物有柴胡、桂枝、郁金、石菖蒲、制半夏、枳壳、茯苓神等；发于焦虑情绪者治宜清火消虑，具体又有泻心火、泻肝火、泻相火之别，尤其针对围绝经期妇女焦虑易激惹的特点，自拟知柏更年静汤，药物有知母、黄柏、地骨皮、制龟甲、煅龙牡、甘菊花、郁金、玫瑰花等；发于认知偏差者可从心肾论治，《不居集·各名家治虚损法》曰：“思郁伤者，是神气受困，七情之火，交煎真阴，不久告匮，岂药石之所能疗哉？惟早适其志为第一义，此病起于肾，关于心”^[19]。心主任物，肾藏精主志，心肾与人的认知活动最为密切，故自拟养心

益肾定志汤治疗认知偏差性脾胃病，药物有太子参、山茱萸、枸杞子、熟地黄、石菖蒲、远志、柏子仁等。

此外，情志性脾胃病涉及精神、心理、躯体三个方面，治疗当心身同调，药物与心理治疗并重。中医有情志相胜法、移情易性法、移精变气法等^[20]。现代心理学有认知疗法、睡眠疗法、行为疗法、合理情绪疗法、认知领悟疗法等^[21]。形神一体，调形与安神的疗效可以互为补充。和谐良好的医患关系则是诊治脾胃心身疾病的基础，我们提出心理治疗三原则^[22]，即倾听的原则、帮助的原则、肯定的原则，以此减轻患者焦虑、抑郁情绪，纠正认知偏差，树立抗病信心。

5 小结

心身关系是基于中医形神一体理念下研究七情、五神与脏腑之间的关系，分别对应现代心理学精神体验、心理认知和躯体活动，而“形”和“神”的辩证关系则是研究心身问题的核心。情志和脾胃分别代表“心”和“身”两个方面，二者辩证统一，情志同脾胃也是中医心身关系中关联密切的一组，脾胃症状是情志内伤在躯体反应上的最主要表现。目前不论中医或现代医学均证实了脾胃对情志刺激有很强的易感性，消化系统是心身相关最敏感的靶器官，这为探讨脾胃系心身问题提供了病因学支持。

病理上情志与脾胃病依然是辩证关系，二者互为因果。张介宾对情志之郁和脏腑疾病的分类，基本包括因郁致病、因病致郁、病郁同存三大类。依照以上方法，情志与脾胃的病理关系也包括情志性脾胃病、脾胃病导致的情志不调以及脾胃与情志共病。理解脾胃与情志的辩证关系，有利于识别脾胃病心身症状的结构和关联。我们将消化心身病症归属于中医学“情志相关性脾胃病”的范畴，并依据情志内容的不同侧重，将其分为抑郁相关性、焦虑相关性、认知偏差相关性脾胃病。治疗上分别采取宣阳开郁法、清火消虑法、养心定志法，统筹躯体、心理（认知）、精神（七情）三个维度，期望为脾胃心身关系研究及情志相关性脾胃病的诊治开拓新的路径。

参考文献

- [1] 王庆其.《黄帝内经》的核心理念 [J]. 中医药文化, 2018, 13(6): 33-38.
- [2] 张冰, 杜渐. 张景岳中医情志思想探析 [J]. 中国中医基

- 基础医学杂志, 2015, 21(9): 1072-1073.
- ⑧ 邢玉瑞. 中医情志概念研究 [J]. 中华中医药杂志, 2015, 30(7): 2278-2280.
- ⑨ 朱素蓉, 王娟娟, 卢伟. 再谈健康定义的演变及认识 [J]. 中国卫生资源, 2018, 21(2): 180-184.
- ⑩ 贾宏晓, 唐永怡, 张继志. 中医“五神藏”理论的认知心理学内涵及其精神科临床应用 [J]. 北京中医药大学学报, 2000, 23(S1): 1-3, 19.
- ⑪ 王长峰. 七情五志与五神的关系探讨 [J]. 内蒙古中医药, 2013, 32(11): 133.
- ⑫ 张景岳. 景岳全书 [M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2017: 202.
- ⑬ 戴思恭. 推求师意 [M]. 南京: 江苏科学技术出版社, 1984: 44.
- ⑭ 孙思邈. 备急千金要方 [M]. 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 1991: 224.
- ⑮ 王熙婷, 王佰庆, 王彩霞. 从先秦人文思想论“脾为谏议之官” [J]. 中华中医药杂志, 2017, 32(6): 2427-2430.
- ⑯ 邓月娥, 纪立金. 情志与脾胃的相关性探析 [J]. 福建中医学院学报, 2003, 13(3): 29-31.
- ⑰ 蒋健. 郁证发微(二十五): 郁证暖气论 [J]. 上海中医药杂志, 2017, 51(8): 5-9.
- ⑱ 陈正, 王庆其. 心理因素与胃脘病的关系 [J]. 中医文献杂志, 2005, 23(1): 20-22.
- ⑲ 陈胜良. 中国消化心身健康问题处置理论和实践 [M]. 北京: 中华医学电子音像出版社, 2016: 94.
- ⑳ 陈胜良. 中国消化心身健康问题处置专家意见 [M]. 北京: 中华医学电子音像出版社, 2015.
- ㉑ 刘增垣, 何裕民. 心身医学 [M]. 上海: 上海科技教育出版社, 2000: 80-81.
- ㉒ 王庆其. 中医郁证之抑郁症辨治心验 [J]. 上海中医药大学学报, 2018, 32(3): 17-21.
- ㉓ 叶天士. 临证指南医案 [M]. 北京: 华夏出版社, 1995: 306.
- ㉔ 吴澄. 不居集 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1998: 17-22.
- ㉕ 阮鹏, 伍兴阶, 祁红, 等. 灾后群众情志特点与中医情志疗法干预 [J]. 中华中医药杂志, 2014, 29(10): 3279-3282.
- ㉖ 王长虹, 丛中. 临床心理治疗学 [M]. 北京: 人民军医出版社, 2012: 69-183.
- ㉗ 王庆其. 中医论郁证及郁证治疗 [N]. 中国中医药报, 2018-03-29(04).

Preliminary Study on Relationship between the Emotional Problems and Diseases of Spleen and Stomach

XIA Menghuan, LIU Wenping, WANG Qingqi

(College of Preclinical Medicine, Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai 201203)

ABSTRACT Emotional factors, as etiology or inducement, participate in and influence the onset and prognosis of spleen and stomach diseases. It is necessary to study the relationship between emotion and spleen-stomach, and explore the psychosomatic problems of spleen and stomach for the diagnosis and treatment of psychosomatic diseases of spleen and stomach. This paper discussed the relationship between the body and mind in traditional Chinese medicine, the susceptibility of spleen-stomach to emotional stimulation, the relationship between emotion and spleen-stomach diseases, and the differentiation and treatment of emotional related spleen-stomach diseases, hoping to provide references for the study on the relationship between psychosomatic and spleen-stomach, as well as clinical diagnosis and treatment of emotion-related spleen-stomach diseases.

Keywords spleen and stomach disease; seven emotions; five spirits; psychosomatic disease

(收稿日期: 2019-03-14; 修回日期: 2019-04-20)

编辑: 黄 健

欢迎邮购 《中医杂志》 过刊

1988、1989、2000、2001 年合订本, 每本 100 元, 2002 年合订本 105 元, 2003 年合订本 105 元, 2004 年合订本 115 元, 2005 年合订本 125 元, 2007—2010 年合订本每年 140 元。2011(缺 5、6 期)—2013 年每册 9.80 元, 2014(缺 21 期)—2017 年(缺 3、5、15、18 期) 每册 15 元, 2018 年每册 20 元(缺 5、7、9 期)。2011—2013 年合订本(每年 4 本), 每年 280 元, 2014、2015、2016、2017 年合订本(每年 4 本), 每年 400 元。2018 年合订本, 600 元(共 4 本)。《中医杂志》2006—2008 年增刊每册 40 元。以上免费邮寄, 如需挂号每件另加 3 元。

欲购者请汇款至北京市东直门内南小街 16 号, 收款人: 中医杂志社

或关注《中医杂志》官方微信 (zyzzgz) 购买。邮编: 100700, 电话: (010) 64089195。