

DOI: 10.13288/j.11-2166/r.2020.10.009

袁今奇治疗抑郁症经验

甘霞, 杨军用, 邹楠, 王新莉, 杨百京* 指导: 袁今奇

石河子大学医学院第一附属医院, 新疆维吾尔自治区石河子市北二路 107 号, 832008

摘要 总结袁今奇治疗抑郁症的经验。认为抑郁症的发生与禀赋不足、体质差及情志内伤密切相关。提出辨体质, 论病机; 抓主症, 权化瘀, 兼辨气、火、痰、虚, 自拟当归活血解郁汤、柴胡调气解郁汤、栀子泻火解郁汤及瓜蒌化痰解郁汤; 崇尚移精变气法, 重视色诊、脉诊及问诊; 配用宁心安神、血肉有情之品、移情解郁及芳香安神四类药物治疗, 常可提高疗效。

关键词 抑郁症; 郁证; 名医经验; 袁今奇

袁今奇 (1942—), 男, 石河子大学医学院第一附属医院教授, 主任医师。首届全国名中医, 2014 年被评为全国名老中医药专家传承工作室指导老师, 第六批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师, 2018 年被评为全国名中医传承工作室指导老师, 新疆生产建设兵团首批名老中医。从事中医医疗、教育、科研工作 56 年, 擅长治疗心脑血管病、慢性肝病及各科疑难病症, 对抑郁症的治疗积累了丰富的临床经验。

抑郁症是情感性障碍的主要类型, 以显著而持久的心境低落为特征。临床表现为情趣丧失、精力减退、多疑焦虑、易怒欲哭、失眠多梦, 甚则出现自杀行为, 可反复发作。抑郁症属中医学“郁病”范畴。《灵枢·本神》曰“愁忧者, 气闭塞而不行”, 《素问·本病论篇》曰“人忧愁思虑即伤心”“人或悲怒, 气逆上而不下, 即伤肝也”, 以上列举了郁之病因、病机及病位。《素问·六元正纪大论篇》曰“郁之甚者, ……木郁达之, 火郁发之, 土郁夺之, 金郁泄之, 水郁折之”, 指出了五行之郁的治则。《金匱要略·妇人杂病脉证并治》曰“妇人脏躁, 喜悲伤欲哭, 象如神灵所作, 数欠伸, 甘麦大枣汤主之”, 所提方药沿用至今。《丹溪心法·六郁》论及气、血、痰、火、湿、食六郁, 创六郁汤、越鞠丸等方剂。袁老师认为, 抑郁症的发生与禀赋不足、体质差及情志内伤等密切相关。他提出辨体质, 论病机; 重主症, 权化瘀, 辨气火痰虚; 崇尚移精变气, 重视色诊、脉

诊及问诊; 配用灵异药物^[1]治疗, 可以提高临床疗效。现将袁老师治疗抑郁症的经验介绍如下。

1 辨体质, 论病机, 不固肝气郁结

体质在发病学中占有重要地位, 辨体-辨病-辨证诊疗模式同样可应用于抑郁症的诊治^[2]。9 种体质中除平和质外, 其余 8 种皆可在情志内伤和先天因素基础上而罹患本病, 只是在病机和证候方面有所差异。气郁质常为此病的多发体质, 其他体质在一定条件下, 或因脏腑功能变化, 或因病机转归 (气、火、痰、瘀), 或由实转虚 (阴虚、阳虚、气虚、血虚), 或虚实互见, 皆可引发本病, 从而出现各种证候。袁老师强调, 肝气郁结多为初起病机, 首见于气郁质, 症见精神抑郁, 情绪不宁, 胁肋胀痛, 不思饮食, 大便不调, 苔薄脉弦。初病在气, 久延血分, 血行瘀阻, 多见于瘀血质, 症见抑郁烦躁, 头痛健忘, 失眠多梦, 或肢体疼痛, 痛有定处, 或身体某处有发冷、发热感, 舌质紫暗或兼有瘀点、瘀斑, 脉弦紧或涩。气郁日久, 可以化火, 多见于特禀质; 症见急躁易怒, 胸胁胀满, 口干而苦, 或兼头痛目赤, 便干尿黄, 舌红苔黄, 脉弦数。肝郁可致脾虚, 脾失运化, 聚湿生痰, 痰气交阻, 多见于痰湿质, 症见精神萎顿, 胸中塞闷, 或咽中如物梗阻, 咳吐痰涎, 舌苔白腻, 脉弦滑。郁证久之, 变化多端, 可致气虚阳弱, 也可热伤阴血, 从而出现诸多虚候。如气虚质可见神思迟钝, 心悸气短, 善悲易哭, 倦怠乏力, 食少腹胀, 舌质淡胖, 脉沉细或细弱之郁证; 阳虚质可见情绪抑郁, 面色^㿔白, 形寒肢冷, 嗜卧少动, 纳差便溏,

基金项目: 国家中医药管理局全国名中医传承工作室建设项目

* 通讯作者: 252767237@qq.com, 13899509916

舌淡胖嫩，脉沉细弱之郁证；阴虚质可见焦虑不安，心烦易惊，紧张多疑，少寐健忘，烦热多汗，舌红少津，脉弦细等阴血不足之郁证。

上述各证候之间，在病机上有内在联系，可以相互转化或同时并见，严重时还可出现心神失养、神窍迷蒙之候。认识这些关系及其变化，对临床诊治殊属重要。

2 抓主症，权化瘀，辨治气火痰虚

抓主症为中医学诊断病证的特点之一。袁老师诊治抑郁症十分重视血瘀证的辨析，他认为，本病初因气郁，后及血瘀。凡来诊者，或因诊治延误，或服他药未果，病发久之，则瘀血萌生而形成血瘀证，治之当以活血化瘀为主。王清任《医林改错·血府逐瘀汤所治症目》^[4]中强调“瞥闷，即小事不能开展，即是血瘀”“急躁，平素和平，有病急躁，是血瘀”“俗言肝气病，无故爱生气，是血府血瘀”，此说对抑郁症的诊治具有重要指导意义。现代药理实验^[5]表明，活血化瘀药能促进机体代谢，提高大脑皮质的兴奋性及抑制过程，临床配合各类解郁方药，能够显著改善抑郁状态。

抓血瘀主证，权化瘀治疗，辨治气、火、痰、虚，是提高本病治疗效果的基本方法之一。袁老师采用自拟解郁方数首，每多效验^[6]。当归活血解郁汤：主治血郁证，药用当归 15 g，丹参 15 g，川芎 12 g，桃仁 12 g，红花 10 g，水蛭 5 g，郁金 15 g，制香附 12 g，佛手 12 g，桂枝 10 g，大黄 6~15 g，鬼箭羽 12 g，琥珀末 6 g（冲），忘忧草 30 g，金戒指 1 枚（包煎）。柴胡调气解郁汤：主治气郁证，药用醋柴胡 12 g，郁金 15 g，制香附 12 g，佛手 12 g，麸炒白芍 12 g，丹参 12 g，川芎 12 g，麸炒枳壳 10 g，青皮 10 g，合欢皮 15 g，茯神 15 g，桂枝 6 g，玫瑰花 10 g，忘忧草 30 g，金戒指 1 枚（包煎）。栀子泻火解郁汤：主治火郁证，药用炒栀子 10 g，醋柴胡 10 g，夏枯草 10 g，龙胆 10 g，牡丹皮 10 g，寒水石 15 g，百合 30 g，生地黄 15 g，丹参 15 g，水牛角 10 g，制香附 12 g，炙甘草 10 g，莲子心 10 g，忘忧草 30 g，金戒指 1 枚（包煎）。瓜蒌化痰解郁汤：主治痰郁证，药用瓜蒌皮 15 g，炒枳实 12 g，石菖蒲 12 g，郁金 15 g，丹参 15 g，清半夏 10 g，陈皮 10 g，炒厚朴 10 g，炒苍术 12 g，竹茹 6 g，胆南星 6 g，青礞石 6~15 g，茯神 15 g，忘忧草 30 g，金戒指 1 枚（包煎）。郁证日久，或因虚性体质而郁，当虚证显现时宜选用补益之品。气

虚配人参、黄芪、炙甘草、浮小麦、大枣等，阳虚配淫羊藿、益智仁、补骨脂、肉苁蓉、鹿角等，阴虚配龟板、鳖甲、知母、百合、生地黄等，血虚配当归、阿胶、制何首乌、龙眼肉、紫河车等。郁证治疗，常难短期内告功，治宜守方择药，变法在己。

3 尊经旨，调情志，崇倡移精变气

情志之病，不宜单独依靠药物治疗。运用某种方法转移患者的精神，改变其气血紊乱的病理状态，从而达到治愈疾病的目的，称谓“移精变气”。《素问·移精变气论篇》曰“余闻古之治病，惟其移精变气，可祝由而已，……往古人居禽兽之间，动作以避寒，阴居以避暑，内无眷慕之累，外无伸宦之形，此恬淡之世，邪不能深入也。故毒药不能治其内，针石不能治其外，故可移精祝由而已。”历代《黄帝内经》注家认为“移为移易，变为变改，皆使邪不伤正，精神复强而内守也”“导引之谓移，振作之谓变”“祝由者，祝说病由。言病有所偏，则气血有所病，治以所胜，和以所生”^[7]。袁老师尊经旨，根据五行生克理论，运用相胜的情志治疗，可以收到药物不易达及的效果。如喜伤心，恐胜喜；怒伤肝，悲胜怒；思伤脾，怒胜思；悲伤肺，喜胜悲；恐伤肾，思胜恐。此皆以情治情，以志克伤，多可帮助解除抑郁之证。《临证指南医案·卷六·郁》曰“盖郁证全在病者能移情易性，医者构思灵巧”^[8]，可见情志治疗的重要性。移精变气理论的应用包括精神疗法、克制疗法、暗示疗法、宣泄疗法及转移疗法等，配合药物治疗常可收到理想的效果。

诊治抑郁症患者，还应强调色诊、脉诊及问诊的重要性。袁老师认为，“抑郁状态常能显于气色，可辨气、血、痰、火、虚之候。两手脉沉便知是气，两手脉涩是为血瘀，两手脉滑数变化可诊痰火之进退”“仔细问诊，可悉病源，使情志释放，有益于心理调节”。他诊治每一位郁证患者，无论初诊、复诊，不畏费时多少，尽力说服、启发和疏导。

4 巧配伍，增疗效，选用灵异药物

灵异药是指具有灵、情、易、怪一类的中药，临床应用取其灵性、形质及功效，而非仅取四气五味，常与辨体、辨证方药合用，以增其效。灵异药大致可分为宁心安神、血肉有情、移情解郁及芳香安神四类。灵异药的临床应用由来已久，治疗抑郁症选配此类药物，常可提高疗效。《黄帝内经》十三方中^[9]载有生铁落治怒狂，血余炭治失血性尸

厥，麻雀卵、鲍鱼治血枯精亏，马膏壮阳除阴治转筋及卒口僻，小金丹中辰砂、雄黄、雌黄、紫金（金箔）经制作后能避瘟安神。《备急千金要方》论治症证，用鳖甲、鬼箭羽、獭肝、狼毒等。《太平惠民和剂局方》中治中风、客忤用麝香、安息香、琥珀、辰砂、玳瑁。《寓意草》治邪祟、惊痫用人参、龙齿、犀角、羚羊角。《临证指南医案》郁证卷，常配郁金、茯神、琥珀、阿胶、犀角、鸡子黄等，以解郁、补虚、安神。

袁老师根据抑郁症的证候特点，常选配下列药物：1) 宁心安神类药物含有灵感性，用于心神不宁、情志迷惘、失眠多梦之证；药如人参、灵芝、珍珠、茯神、金箔、灵磁石、辰砂等。2) 血肉有情之品系血肉类及骨、贝壳类，用于虚性体质之郁，以及郁久所致阴阳气血亏虚之证；药如紫河车、猪心、羊肉、阿胶、龟甲、鳖甲、鹿角等；骨、贝壳类具有镇静安神、平肝潜阳之功，常用龙骨、龙齿、牡蛎、石决明、紫贝齿、珍珠母等。3) 移情解郁药多取其药味名称及功效，可以帮助移情解郁和疏导情志，常配用于气郁、血瘀、火盛、痰结及食积之证。气郁以郁金、佛手、玫瑰花、合欢花、忘忧草等，血瘀配琥珀、血竭、鬼箭羽、五灵脂等，火盛选龙胆、知母、寒水石、水牛角等，痰结用胆南星、天竺黄、金礞石、竹沥等，食积多伍以神曲、鸡内金。4) 芳香安神类药物气味特殊，多具芳香开窍、解毒安神之功，可选配麝香、阿魏、安息香、苏合香、牛黄、熊胆、马宝、狗宝、龙脑片等。以上四类，可单用或酌情综合选用，若配伍精当，恰到好处，可冀良效。

5 医案举隅

患者，女性，61 岁，2014 年 7 月 9 日初诊。主诉：精神抑郁、头痛、失眠 2 年余，加重 6 个月。患者有抑郁症家族史，平素性格内向，于 2012 年初开始出现抑郁、厌食、便溏、多汗、头痛、失眠，偶见心烦躁怒。曾在多家医院诊治，经各项理化检查均未发现明显异常。后经某医院心理科诊为“抑郁症-中度焦虑发作”，先后服用黛力新、喜普妙、奥氮平片、阿普唑仑片等治疗，病情时有缓解，但抑郁、焦虑、恐惧、汗出、便溏及头痛、失眠未能控制，近改为每日早服盐酸舍曲林片 2 片（每片 50 mg）、晚服阿戈美拉汀片 1 片（每片 25 mg），焦虑有所好转，抑郁仍存，睡眠有改善，但晨起头昏加重。刻诊：神志清楚，精神抑郁，善叹息，疑虑

多汗，形寒乏力，食少便溏，头痛健忘，失眠多梦，常觉下肢疼痛，痛有定处；舌质淡胖，边有瘀斑，苔薄微腻，脉弦紧。西医诊断：抑郁症；中医诊断：郁病（气郁血瘀，阳气不振）；体质诊断：气郁质，瘀血质，阳虚质。治宜化瘀解郁，兼以益气温阳；方用自拟当归活血解郁汤化裁，处方：当归 15 g，丹参 15 g，川芎 12 g，红花 10 g，水蛭 5 g，郁金 15 g，制香附 12 g，佛手 12 g，玫瑰花 10 g，生晒参 15 g，补骨脂 12 g，鹿角片 15 g，淫羊藿 10 g，忘忧草 30 g，金戒指 1 枚（包煎），琥珀末 6 g（冲服）。14 剂，每日 1 剂，水煎分 3 次服。

2014 年 7 月 24 日二诊：精神转安，已无厌食，仍感头痛。原服西药不变，剂量同前。嘱于前方增全蝎 5 g，连服 30 剂。

2014 年 8 月 23 日三诊：气色转佳，未见叹息，食欲渐增，汗出锐减，肢体转温，大便每日 2 次，睡眠好转，近半月来未见头痛及下肢疼痛。诸症显有起色，考虑抗抑郁西药有依赖性，患者已将其减半量服用。守初诊方去川芎、香附，增鬼箭羽 15 g、石菖蒲 10 g，余药不变，继服 30 剂。

2014 年 9 月 24 日四诊：精神明显好转，可见笑容，已能正常料理家务，坚持上午参加集体活动，睡眠可达 6 h；舌边瘀斑转淡，脉弦稍紧。嘱以三诊方生晒参减为 10 g，加灵芝 15 g，继服 2 个月，其间如有变化可随症加减，并嘱其家属，注重情志疏导，巩固疗效。

2014 年 11 月 24 日五诊：迭进化瘀解郁、益气温阳之品已 4 月余，患者精神较为振作，饮食及二便正常，睡眠安好，现已停服西药 1 个月，未见不良反应。继以四诊方去金戒指，改为颗粒剂冲服，每日或隔日 1 剂，坚持常服，以善其后。

2016 年岁末随访，病情稳定，未再复发。

按语：本例系年已花甲女性患者，有抑郁症家族史，平素性格内向，退休后多因子女琐事，常郁郁寡欢。三年前因精神抑郁、头痛、失眠等逐渐加重，确诊为“抑郁-焦虑症”，曾内服多种西药，其效不尽人意。袁老师根据初为气郁，迁延致瘀，病久必虚的证候演变规律，由四诊所悉，患者辨为气郁血瘀、阳气不振。治以化瘀解郁，益气温阳，用当归活血解郁汤化裁。方中当归、丹参、川芎、红花、水蛭养血活血，水蛭用于多种血瘀证，活血之力尤著且不伤正气；郁金、香附、佛手、玫瑰花理气解郁，气行则血行；生晒参、补骨脂、淫羊藿、鹿角片补益心气，温阳而不燥；忘忧草、金戒指、琥珀为灵异之品，排忧舒郁、化瘀安神。首诊即以

情志疏导, 树立信心。二诊精神已现好转, 食欲略增, 惟头痛如故, 于原方不变, 增全蝎熄风散结, 通络止痛。并嘱其子女多作喜悦告慰。三诊患者气色转佳, 肢体渐温, 头痛若失, 余症均告向安, 患者已将西药减半量服用, 治守初诊方去川芎、香附, 配鬼箭羽以强活血化瘀之能, 增石菖蒲和中化湿并醒窍宁神。令其不断释放情志之郁, 方可使药饵尽功。四诊患者精神振作, 睡眠明显好转, 能坚持锻炼, 舌质瘀斑转淡, 脉弦稍紧。治守三诊方, 生晒参减量, 配灵芝, 久服有益于抑郁解除。及至五诊, 患者已停服西药 1 个月, 病情稳定, 遂以四诊方去金戒指, 余改为免煎颗粒剂冲服, 坚持心身结合治疗, 以巩固疗效。随访多年, 未再复发。

参考文献

[1] 孔令后. 戴坚议灵异药治疗神思病 [J]. 中医杂志,

1998, 39(6): 379.

[2] 王琦. 王琦医学论文集 [M]. 北京: 中国大百科全书出版社, 1993: 125-127.

[3] 王清任. 医林改错 [M]. 北京: 人民军医出版社, 2007: 20-27.

[4] 郑飞, 张学娅, 许东云, 等. 活血化瘀类中药抗抑郁作用研究进展 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(9): 58-60.

[5] 袁今奇. 袁今奇医文集 [M]. 北京: 中医古籍出版社, 2018: 203-208.

[6] 程士德. 素问注释汇萃 [M]. 上册. 北京: 人民卫生出版社, 1984: 188-190.

[7] 叶天士. 临证指南医案 [M]. 上海: 上海人民卫生出版社, 1976: 406.

[8] 程士德, 孟景春, 李今庸, 等. 内经讲义 [M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1985: 206-210.

YUAN Jinqi's Experience in Treating Depression

GAN Xia, YANG Junyong, ZOU Nan, WANG Xinli, YANG Baijing

The First Affiliated Hospital of Medical College, Shihezi University, Xinjiang, 832008

ABSTRACT To summarize professor YUAN Jinqi's experience in treating depression. It is believed that the occurrence of depression is closely related to the deficiency of endowment, the poor physical condition and the internal injury of emotion. Distinguishing constitution and pathogenesis; grasping the major symptoms, removing blood stasis, and distinguishing *qi*, fire, phlegm, deficiency were put forward *Danggui Huoxue Jieyu Decoction* (当归活血解郁汤), *Chaihu Tiaoqi Jieyu Decoction* (柴胡调气解郁汤), *Zhizi Xiehuo Jieyu Decoction* (栀子泻火解郁汤) and *Gualou Huatan Jieyu Decoction* (瓜蒌化痰解郁汤) were drew up; the methods of changing essence into *qi*, paying attention to color, pulse diagnosis and inquiry were advocated; four types of medicine treatments were combined, such as calming the heart and tranquilizing the mind, medicine with affinity to flesh and blood, relieving depression, and aroma soothing the nerves, which often can improve the therapeutic efficacy.

Keywords depression; depression syndrome; experience of famous doctor; YUAN Jinqi

(收稿日期: 2019-06-06; 修回日期: 2019-11-26)

编辑: 贾维娜

欢迎邮购《中医杂志》过刊

2000、2001 年合订本, 每本 100 元, 2002、2003 年合订本每本 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, 全年 280 元, 2014、2015、2016、2017 年合订本(每年 4 本), 全年 400 元。2018、2019 年合订本(4 本), 600 元。《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。