

· 临证心得 ·

调摄心神法在月经病中的运用

陈晓晖 孔祥亮 何新慧*

上海中医药大学基础医学院, 上海市浦东新区蔡伦路 1200 号, 201203

* 通讯作者: hexinhui2003@yahoo.com.cn, (021)51323014

[摘要] 月经病是临床常见妇科疾病, 治疗多从肝、脾、肾入手。从心的角度, 强调心在月经病中的重要性, 并提出调摄心神法在月经病中的运用, 从脏腑、月经周期不同阶段探讨调摄心神的方法及方药, 以期治疗月经病开辟新的思路。

[关键词] 月经病; 调摄心神; 调经止痛

月经病是妇科疾病中的高发病, 它是以月经周期、经期或经量发生异常, 或以伴随月经周期出现的各种症状为特征, 或在绝经前后出现一系列症状的疾病^[1]。其病机多以肝郁、肾虚、脾虚为主, 临床治疗多从疏肝、补肾、健脾进行。然而月经以血为物质基础, 《素问·五脏生成》云: “诸血者, 皆属于心”。《女科经纶》引虞天民云: “妇人百病皆自心生。”在临床月经病中, 以心神失调而导致的症状亦占有较大比例。因此, 月经病亦与心密切相关。

月经病从病机上分为虚实两方面, 虚证多由气血不足所致, 实证多由寒、热、痰、郁、瘀所致, 一方面, 无论是虚证的气血不足还是实证的邪气内扰, 在导致月经病的同时亦可造成心神失养或心神不安的症状; 另一方面, 心神失养本身也会影响心主血的功能, 造成月经病的发生。因此, 我们提出从心论治, 将调摄心神法运用于月经病的治疗中。

1 调摄心神的调经作用

心为君主之官, 主明则下安。在月经病中, 若心神不宁, 不但影响神明本身, 出现情志精神症状, 亦能影响脏腑气血, 继而影响月经的正常生成、疏泄。调摄心神的作用主要在于以下三个方面。

1.1 “静以生水”

“静以生水”来源于周敦颐的《太极图说》, 云“无极而太极, 太极动而生阳, 动极而静, 静则生阴”。夏桂成教授则将“静以生水”的概念运用于妇科月经病的周期治疗, 他认为, 滋阴需在“静”的前提下, 用阴药滋阴就是“静能生水”的方法, 而心神的安定又是“静能生水”的主要意义^[2]。

在月经病中, 经血的不足常导致各种症状, 如月经量少、月经后期甚至闭经。调摄心神有助于经血的生成。“静以生水”的机理主要有两方面, 一方面

是去除扰心之邪, 使神静则阴生; 另一方面是使阳潜入于阴, 使阴生而不竭。阴以静为主, 动则耗阴, 如若心火扰心, 痰热蒙心, 使心神不宁, 动则伤阴, 必定影响经血生成。正如《证治准绳·杂病·诸见血症》云: “神静则阴生, 形役则阳亢, 阳亢则阴必衰”。从脏腑角度而言, “静以生水”的意义主要是心肾水火之间平衡的关系, 心肾水火关系密切, 心静则肾亦能静, 肾静方能使天癸、癸水得以提高, 继而使经血充足。正如《慎斋遗书》所说: “欲补肾者先宁心, 使心得降, 肾始实”, 即所谓的“心宁则肾自实”。

1.2 安神止痛

调摄心神有助于缓解疼痛。疼痛实为一种生理心理活动, 心绪失调, 七情异常, 贯穿于痛证的始终, 而心神则成为疼痛不可或缺的中心环节^[3]。对于疼痛的病机, 《素问·至真要大论》云: “诸痛痒疮, 皆属于心”, 王冰对其注为: “心寂则痛微, 心躁则痛甚”。因此, 疼痛和心密切相关。在临床用药方面, 相当一部分止痛药归于心经^[4], 这亦说明从心论治疼痛的重要性。在月经病中, 痛经的发病率较高, 治疗上可采用调摄心神法, 以达止痛目的。

调摄心神而止痛的机理主要在于心主神明的功能。疼痛作为一种知觉体验, 与心神关系密切, 心神失调往往会影响到对疼痛的敏感性, 也就是影响疼痛的阈值。在心神不宁的状态下, 易导致疼痛敏感性的升高; 而在失神的状态下, 则会导致疼痛敏感性的降低, 甚至完全失去痛感^[5]。

调摄心神止痛是通过宁心安神而实现的, 或通过养心达到安神, 或通过重镇达到安神。历代文献中也有不少用酸枣仁、夜交藤、磁石、琥珀等作为止痛药的记载。如《名医别录》中描述酸枣仁主治烦心不得眠, 脐上下痛; 《本草纲目》磁石丸中以磁石为主

药,治疗子宫不收,痛不可忍等。

1.3 舒畅情志

调摄心神,安神定志有助于情志舒畅。《类经》云:“心为五脏六腑之大主,而总统魂魄,……此所以五志惟心所使也。”一方面,心为君主之官,五志直接为心所使;另一方面,心作为五脏六腑之大主,直接主管人体对客观事物的认知,决定其对外的反应。情志与五脏气血密切相关,这种联系是通过心神的调节来实现的^[6],即通过调心可有助于调脏腑、调气血,继而达到畅情志的作用。调摄心神,舒畅情志一方面作为对症治疗,治疗与月经周期相关的情志变化类疾病,如经行烦躁、绝经前后诸症等,这类病症主要是由于心神不内守而表现出烦躁、抑郁等与情志相关的病证;另一方面,调摄心神亦作为对因治疗,情志不遂是导致月经病的一类重要病因,可造成月经周期的异常甚至闭经等。治疗上既可调摄心神,安定情志,又可结合心理疏导进行治疗。因此,临床对于情志相关的月经病除从肝入手,亦不可忽视调摄心神对舒畅情志的关键作用。

调摄心神而舒畅情志是通过平心调神实现的,一方面,要去除扰心之邪,或热或痰;另一方面,需动静相合,既养心体安心神,又强心气畅血脉,使心神保持生理性的兴奋。

2 调摄心神的具体治法用药

心神的安定与脏腑、气血密切相关,阴阳气血的失调必导致心神不宁,或虚、或郁、或痰、或瘀。因此,调摄心神不仅从心出发,临床具体运用需统观五脏,辨清虚实,合理用药。

2.1 心肝同治

在月经病中,心肝与情志病变密切相关,如绝经前后诸症、经前紧张等症。同是畅情志,从心论治和从肝论治各有偏重,临床治疗应分清轻重。情志异常或由于肝失疏泄,肝气郁结,或由于心神失养,心神不安,前者多伴有肝经气机阻滞抑郁不舒的症状,如乳胀、两胁胀、善叹息等,治疗多从气分入手,选用疏肝理气之品,诸如香附、郁金等;后者常伴有心胸部或脑部精神症状,如胸闷、心悸、健忘、失眠等,治疗以静心神为主,或用酸枣仁、柏子仁等补养心神之品,或用龙骨、牡蛎等重镇安神之品。

2.2 心脾同养

心脾的共同作用在于对气血的生成方面,因此,对于经血不足或气不统血引起的月经病如月经量少、月经后期、崩漏等多可心脾同治。心主血脉,脾为气血生化之源,心脾同治有着益气健脾、养血安神

之用,起到相须为用的效果。心脾导致的月经病多为虚证,治疗以补益为主,但对于两脏,方法又有区别。从脾论治以补中焦脾气为主,通过补气生血,所谓“有形之血不能自生,生于无形之气”,药用党参、白术、黄芪等;从心论治则多气血同补,动静相配,药用黄芪、桂枝、酸枣仁、龙眼肉等。

2.3 心肾同调

心为火脏,肾为水脏,两者之间维持着阴阳水火的平衡。心火下降,则肾水不寒;肾水上济则心火不亢。若心肾之间的平衡关系受到破坏,则会导致水火不济,易导致月经病的发生。例如,若心火独亢于上,不能下交于肾水,则易导致心神受扰,出现精神情志症状;心火亢盛,灼伤营阴,阴虚火旺,则易引起迫血妄行的症状,诸如月经先期、经期延长等;心气不通,肾阴不足,则易导致月经后期甚至闭经等。从治疗上说,心肾之间重在调节其平衡关系,交通心肾,使水火既济。用药上多寒热并用,如黄连配肉桂,附子配白薇等。

3 调摄心神在月经周期中的运用

对于月经病而言,由于存在周期的特殊性,因此,在月经周期的不同阶段往往有着不同的病理变化,治疗上应考虑到不同时期的病理特点而选择不同的调摄心神方法。

3.1 行经期化瘀宁心安神

经期是新旧交替时期,是一个去陈生新的过程,这就要求祛瘀排经,只有除尽旧瘀,才能更好地生新。这一阶段,一方面需心神安定,心气下降,血脉通畅,月经方可如期而至。如《素问·评热病论》云:“月事不来者,胞脉闭也。胞脉者属心而络于胞中,今气上迫肺,心气不得下通,故月事不来也。”另一方面又不可通之太过,妇人以血为用,经期由于经血的下行排出,阴血处于不断消耗减少的过程,极易出现血不养心,心神不安的病理状态,因此,在治疗上既要通血脉以畅月经,又要养心血以安心神,而心神安定又可防止由于经期血脉过度疏泄而耗伤阴血。

行经期若出现病理变化易导致月经量少、月经量多、经期延长、痛经等。在用药方面,常选择既能养心安神又有活血通脉作用的药物,如丹参、合欢皮、琥珀等。若经期血分瘀滞,症见行经不畅,少腹冷,兼有血块,可配伍桂枝入血分,兼通心阳以安心神;若是经期血分不足,心之阴血亏虚,症见月经量少、色淡,又可配当归、鸡血藤、夜交藤等兼补心血,养心体以安心神;若经期气虚不摄血,气血两虚,心神失养,症见月经量多、乏力、失眠等,可配党参、黄

芪、酸枣仁、龙眼肉等益气养心安神。

3.2 经后期养血滋阴安神

经后期是阴尽阳生的时期。由于经血的消耗,病理上人体多处于阴、血、精不足的状态,因此,治疗当以滋阴养血,充实补充阴精为原则,恢复滋长阴分,而为新一轮的月经周期奠定物质基础。所谓“静能生水”,即强调静心安神对于滋养阴血、阴精的重要性。在此阶段,一方面常有阴血不足,另一方面阴虚又常伴有火旺,火旺则更伤阴,因此,在治疗上要根据辨证选择养血安神或是滋阴退虚热以安神。

经后期若出现病理变化易导致月经后期甚至闭经、月经量少等。由于此阶段强调“静能生水”,必要宁心安神。阴虚的恢复在于“静、降”,因此,用药方面以厚重镇降之品为优^[7]。对于需养阴血安神者,症见面色萎黄、腰膝酸软,或平素带下较少者,常选用厚味之品如熟地黄、制何首乌、黄精等,或质重血肉有情之品如紫河车、龟甲、鳖甲等,并配伍龙骨、牡蛎、磁石等沉降安神之品。对于需滋阴退虚热安神者,症见心烦、失眠、口渴、舌尖红等。一方面选用黄连、黄柏、地骨皮、栀子等清热药,另一方面需加入生地、黄、阿胶、白芍等滋阴生水药,并配伍莲子心、茯神、酸枣仁等养心安神之品。

3.3 经前期解郁清火安神

经前期是阳长至重的时期,一方面阴血由冲任二脉下注胞宫,血海充盈,而全身阴血相对不足;另一方面阴不足而阳有余,此期极易出现郁、火的病理状态。郁、火扰心,则导致心神不宁,症可见经前情志异常的症状。郁、火多与心、肝密切相关,且相生为患。久郁易化热化火,火盛则鼓动气血,气血充盛,又易产生流利不通的征象,因而生郁,郁、火之邪则扰乱经前期正常的气血运行。因此,对于经前期的治疗,当以疏肝解郁,清火安神为主。

经前期若出现病理变化易导致经前期的烦躁、头痛或引起月经的先期等。症常见乳房胀、胸闷烦躁等,此阶段心神不宁多是由于火热之邪扰乱所致,因此,在用药上强调清热安神,常选用黄连、黄芩、栀子等清泻心肝之火,并配合香附、郁金、柴胡、钩藤等透散气血、疏肝解郁,使邪去则心神自安。

4 典型病例

患者,女,28岁,2011年10月14日初诊。患者备孕状态,要求中药调理,自诉月经量少1年余,每次月经时衍期1周左右,体瘦,精神不佳,时觉乏力,末次月经10月4日,量少,5天净。伴有脱发、寐不安、大便时秘。舌质暗、苔白,脉细。用药:生地、黄

15g,赤芍、白芍各10g,制何首乌15g,黄精15g,肉苁蓉10g,黄芪15g,炒白术10g,白扁豆10g,夜交藤30g,合欢皮15g,炒川芎10g,当归10g,制香附10g,淫羊藿10g,墨旱莲30g,女贞子15g,桑寄生15g,炙甘草6g,紫河车(颗粒)9g。7剂。2011年11月18日复诊。患者自查尿人绒毛膜促性腺激素(HCG)(+),服药后睡眠状态明显改善,身体较前轻快,乏力感减轻,纳可,二便调。前日感冒,鼻塞,舌质暗、苔薄腻,脉滑。治疗以疏风清热,调气安胎为法(选自何新慧教授门诊病案)。

按语:此患者主诉月经量少,因备孕状态,用药上需各方面兼顾。此方药物虽多,但亦体现出调摄心神法的应用。患者月经时有衍期,就诊时尚处于经后期,需养血滋阴安神,一方面用夜交藤、合欢皮宁心养血安神;另一方面,选取厚味之制何首乌、黄精等,加上血肉有情之紫河车体现其厚重沉降的特点,有利于阴血的恢复,并加入生地、白芍滋阴生水,共同体现“静以生水”的思路。患者月经量少,乃气血不足之症,因此,心脾同治,以黄芪、白术、白扁豆健脾益气,滋气血生化之源。由于患者临近月经中期即排卵期,所以配伍灵动气血之药如川芎、当归、香附,以使气血调畅,增加受孕几率。

5 小结

调摄心神具有生水、止痛、畅情志的作用,其使用应根据月经周期不同阶段的病理特点并结合临床辨证。对于虚者,宜养心安神,多从心、脾、肾以滋阴养血;对于实者,宜宁心安神,去除病邪,或火或郁,多从心、肝以清热解郁;对于虚实夹杂者,宜采用滋阴清火或滋水涵木之法。临证时以辨证论治为基础,合理采取调摄心神之法,对提高月经病临床疗效有着重要意义。

参考文献

- [1] 罗颂平. 中医妇科学[M]. 北京:高等教育出版社,2008:61.
- [2] 夏桂成. 用动静观指导滋阴补肾调治多囊卵巢综合征[J]. 江苏中医药,2006,27(3):12-13.
- [3] 张继伟,王瑾. 从《内经》心身理论谈疼痛的发生机制[J]. 山东中医药大学学报,2008,32(4):293-294.
- [4] 吴兵. 基于数据挖掘技术的痛证(疼痛)证型特点、证候要素及用药规律的研究[D]. 广州:暨南大学,2009.
- [5] 梁志刚,李瑞,邓成哲. 诸痛痒疮皆属于心新解[J]. 陕西中医,2010,31(10):1437-1438.
- [6] 岳广欣,黄后福,陈家旭,等. 七情发生与五脏功能调节[J]. 中华中医药杂志,2007,22(9):585-587.
- [7] 夏桂成. 实用中医妇科学[M]. 北京:中国中医药出版社,2009:34-35.

(收稿日期:2012-07-06;修回日期:2012-08-16)

[编辑:黄健]