

李浚川 等编著

情志医学

中医古籍出版社

情 志 医 学

主 编 李浚川

副主编 李湘云 刘导民

中医古籍出版社

(京)新登字027号

责任编辑 吴炳银

封面设计 子平

情志医学

李浚川

中医古籍出版社出版

(100700北京东直门内北新仓16号)

新华书店北京科技发行所发行

河北省定兴县印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 9.75印张 219千字

1994年2月第1版 1994年2月第1次印刷

印数 0001~4000册

ISBN 7-80013-473-3/R·470

定价: 5.20元



前 言

情志是重要致病因素之一。早在二千多年前《黄帝内经》已对情志的致病性有了充分的认识。《素问·调经论》云：“邪之生也，或生于阴，或生于阳，生于阳者，得之风雨寒暑，生于阴者，得之饮食居处，阴阳喜怒”。其中“阴阳喜怒”就是各种情志的概括，特别是把“喜怒”与“饮食居处”（生活、环境）并列，足见古人已注意到了社会、心理的致病因素。从后世“三因”学说而论，除六淫外因外，而内因纯为情志所伤，其不内外因也多少关系到社会和生活、环境、劳动条件等方面。这与现在提出的社会——心理——生物医学模式有着十分接近的地方。关于情志病的病机、病证理论和诊察、防治、护理方法等，也多有论述。同时还强调“外内相得，无以形先”（《素问·宝命全形论》）。也就是说，要保持形神统一，切勿只重形体而忽视了精神，否则“精神弛坏，荣泣卫除，故神去之而病不愈也”（《素问·汤液醪醴论》）。于此可见，祖国医学对心身健康的重视之一斑。尔后历代医家在长期医疗实践中对情志医学也作了很大的发展，纵然未形成独立的学科，但也给我们留下了丰富的理论和经验遗产，我们现在完全有基础、有条件，而且也应该进行系统整理，使之成为一门专门学科——情志医学。

其次，我们在教学实践中也发现不少情志病证混杂在临

床各学科中，其病因病机理论和诊治方法未能突出情志疾病的特点，如《金匱要略》中的内科病有“百合病”、“奔豚气”、“惊悸”；妇科病有“脏躁”、“咽中如有炙脔”及“阴吹”等，都不能单纯按内科或妇科理论作出圆满的解释，也不能单纯用内科或妇科辨证施治方法进行治疗，必须配合心理疗法方能取得满意的效果。从这一点上看，将有关情志病证的理论和诊治方法从所在学科中分离出来，成为一门专门学科，也是完全必要的，而且也是可行的。

另外，正由于情志医学具有独特的理论体系和其特殊的防治方法，决非一般辨证施治理论和针灸、药物治疗手段所可取代，这就更有必要进行专门的深入研究，使之更加发挥其特点和优势，为防治疾病，保障心身健康作出应有的贡献。基于上述理由，就是我们尝试编撰这本《情志医学》的出发点。

本书费时近两年，三易其稿，查阅书刊、杂志近百种，成书约二十万言。内容包括情志医学的源流、基本理论及有关情志病证的辨证施治，既保持和重视了中医的特色，也适当吸收了新的研究成果，基本能反映这门新学科的完整性、系统性、科学性和其实用性。

尽管我们作了必要的努力，但毕竟是初步尝试，尚不可能面面俱到，完美无缺，加之水平所限，疏漏之处，在所难免，恳请广大读者不吝指正。

李浚川

1992年7月

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 情志医学的发展概况	(1)
第二节 情志医学的研究对象和任务	(7)
一、情志医学的研究对象	(7)
二、情志医学的研究内容	(7)
三、情志医学的任务和实践意义	(10)
第三节 情志与个性	(11)
一、个性的形成	(11)
二、个性的特征	(12)
三、个性的品质	(14)
第四节 个性、体质类型	(16)
一、阴阳五态人	(17)
二、阴阳二十五人	(19)
三、形体、脏象类型	(21)
第五节 社会因素与情志关系	(23)
一、社会状况	(23)
二、社会交往	(25)
三、生活境遇	(27)
四、劳动状况	(29)
第二章 情志与发病	(33)
第一节 情志活动的内容和特点	(33)
一、情志活动的内容	(34)

二、情志活动的特点	(40)
三、情志的性质特点	(47)
四、情志的致病特点	(50)
第二节 情志活动对人体的影响	(55)
一、情志与时空	(55)
二、情志与音乐	(59)
三、情志对人体的影响	(62)
四、情志致病的条件	(67)
第三节 情志疾病的病机	(71)
一、内伤脏腑	(71)
二、滞阻气机	(79)
三、伤耗精血	(81)
四、伤形体与经络	(81)
第四节 情志与睡梦	(82)
一、睡眠机理的探讨	(83)
二、睡眠障碍	(84)
三、梦幻	(88)
第三章 情志疾病的诊察	(92)
第一节 诊察方法	(92)
一、调查原因	(92)
二、了解心态	(94)
三、医生的态度	(97)
第二节 诊察手段	(99)
一、传统诊察手段	(99)
二、现代诊察手段	(104)
三、诊断形式	(112)

第四章 情志病症的治疗	(113)
第一节 情志病症的治疗原则	(114)
一、调心.....	(114)
二、静神.....	(115)
三、畅情.....	(116)
第二节 调治情志病症应注意的环节	(117)
一、体察患者的思想情感.....	(118)
二、分析病理症结所在.....	(118)
三、掌握情志病症的发展趋势.....	(119)
四、采用综合的调治方法.....	(120)
五、顺应四时变化而调治.....	(120)
六、重视给药的心理.....	(121)
第三节 中医学的基本心理疗法	(122)
一、畅情疗法.....	(122)
二、抑情疗法.....	(129)
三、气功静默疗法.....	(139)
四、修身养性疗法.....	(142)
第四节 情志病症的中药和针灸治疗	(148)
一、情志病症的中药治疗.....	(148)
二、情志病症的针灸治疗.....	(148)
第五节 情志病症的心理护理及其它	(162)
一、情志病症的心理护理原则.....	(162)
二、心理护理的方法.....	(166)
三、其它护理.....	(171)
第五章 情志病证	(177)
第一节 心系病证	(177)

一、心悸·····	(177)
二、不寐·····	(180)
三、心痛·····	(184)
四、癫狂·····	(188)
五、癲病·····	(194)
六、百合病·····	(197)
第二节 肝胆病证·····	(200)
一、中风·····	(200)
二、鼓胀·····	(205)
三、胁痛·····	(208)
四、眩晕·····	(211)
第三节 脾胃病证·····	(215)
一、胃痛·····	(215)
二、噎膈·····	(218)
三、泄泻·····	(222)
四、呕吐·····	(224)
五、呃逆·····	(228)
第四节 肾系病证·····	(231)
一、癰闭·····	(231)
二、遗精·····	(234)
三、阳痿·····	(238)
第五节 气血津液病证·····	(242)
一、奔豚气·····	(242)
二、郁证·····	(245)
三、脏躁·····	(250)
四、厥证·····	(253)

五、痰证·····	(257)
第六章 心理卫生·····	(263)
第一节 心理卫生的内容和意义·····	(263)
一、心理卫生的意义·····	(263)
二、心理健康的标志·····	(264)
第二节 保持心理卫生的方法·····	(267)
一、适起居·····	(267)
二、节欲念·····	(271)
三、顺自然·····	(273)
四、自我调解·····	(276)
第三节 各年龄时期的心理卫生·····	(278)
一、胎儿时期·····	(278)
二、婴幼儿时期·····	(280)
三、青少年时期的心理卫生·····	(283)
四、中年时期的心理卫生·····	(286)
五、更年期的心理卫生·····	(287)
六、老年期的心理卫生·····	(288)
〔附〕方药名称索引·····	(294)

第一章 绪 论

“情志医学”，也可称作“中医心理学”或“中医心身医学”。它的内容包括研究情志与心身健康的关系，情志疾病的病因、病机、病证及其诊察方法、防治、护理经验等。这在中医古典医籍里和历代医家的著述、医案中，有相当丰富的理论基础和实践经验。将其理论和经验进行系统整理，使之成为一门学科——情志医学，对充实中医教学内容和临床分科研究是完全必要的。

第一节 情志医学的发展概况

情志医学滥觞于远古时代的巫祝治病，《黄帝内经》就有这样的记述：“往古人居禽兽之间，动作以避寒，阴居以避暑，……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”。所谓“移精祝由”，就是用祝祷的方法，达到转移精神注意力治愈疾病的目的。这在当时生产力极度低下，人们智识未开的情况下，不失为一种可行的心理疗法。

巫祝治病的历史远比砭石、针刺、艾灸或药物治疗早得多。在有文字记载以前，就已有关巫医治病的传说。《山海经》记载：“大荒之中有灵山，巫咸、巫即、巫盼、巫彭、巫姑、巫真、巫礼、巫抵、巫谢、巫罗十巫，从此升降，百

药爰在”。不难看出，这神话般的十巫就是根据以前巫祝治病活动的史实传说下来的。所谓“百药爰在”，并不一定是药物治疗，主要是指祝由、符咒之类，或者用点单方配合治疗。随着时间的推移，巫祝治病经验也在不断改进，到殷商时代，就出现了龟甲或蓍草占卜形式。其后又以蓍草的奇、偶数画成八卦，通过卦爻来判断吉凶，分析和治疗疾病。河南安阳出土的殷墟甲骨文就有这方面的记载：“武丁疾身，御祭妣己及妣庚”。“武丁病齿，祭于父乙，以求赐愈”。“武丁病舌，祈于亡母庚”等卜辞。可见占卜治疗方法在当时的统治阶层中已很盛行。

《易经》是商周以来占卜经验的总结，书中《无妄·九五》爻词有“无妄之症，勿药有喜”。意思是占得“无妄”卦，兆示大吉大利，不须服药病也会好。又如《剥·六四》“剥床以肤，凶”；《豫·六五》“贞疾恒不死”；《艮·六二》“艮其腓，不拯其随，其心不快”；《咸·六二》“咸其腓，凶，居吉”等，都是直接用卦爻分析疾病和治疗疾病。春秋时期用《易经》卦爻占卜吉凶、分析、治疗疾病也很盛行，如医和诊治晋平公疾病时，就是根据所占“蛊”卦进行分析的。他对平公的近臣赵孟说：“蛊”就是“淫溺惑乱之所生也。于文，皿虫为蛊，谷之飞亦为蛊，在《周易》女惑男、风落山谓之蛊”（《左传·昭公元年》）。也就是说，晋侯的病与他平时奢侈淫佚的生活有关，就象器皿或谷物生了虫一样，本质已经腐朽，不可救药了。又就“蛊”的卦爻词解释说：蛊卦上三爻是“艮”卦，艮为山；下三爻是“巽”

注①《中国医学史》第五版高等医药院校教材第15页。

卦，巽为风为木，意味着急风吹落山木，根本已摇。而艮又为少男，巽为长女，是“女惑男”之象，说明病由惑乱女色所致。这虽然解释得极其牵强附会，但在当时完全可以取信于患者及其亲属、近臣等人，尽管治疗乏术，仍获得了“是良医也”的称许和“厚其礼而归之”。

先秦诸子也极重视情志活动的研究。孟子将人的心理活动举例说：“今人乍见孺子将入于井，皆有怵惕惻隐之心”。因而推论，只要是人就有心理活动，倘“无惻隐之心，非人也；无辞让之心，非人也；无是非之心，非人也”（《孟子·公孙丑》）。至于养生防病，重视心身健康的有：老子主张“静”、“虚”、“无为”；庄子则认为“必静必清，无劳女形，无摇女精，乃可以长生”（《庄子·在宥》）。《吕氏春秋》更明确提出五种情志对人体的伤害，如谓“大喜、大怒、大忧、大恐、大哀五者接神则生害矣”（《尽数》）。再就对患者采用心理治疗的人和事来说，尤不鲜见。就连“不语怪力乱神”著称的孔子，也曾有过“子疾病，子路请祷”，“子曰，丘之祷久矣”（《论语·述而》）的记载。

《黄帝内经》集先秦医学之大成，其中情志医学从理论到实践都较以前成熟。在摄生方面，强调“恬淡虚无”，“精神内守”，“形与神俱”（《素问·上古天真论》）。还提出按季节调摄情志：“春三月……被（披）发缓形，以使志生”；“夏三月……使志无怒”；“秋三月……使志安宁”；“冬三月……使志若伏若匿，若有私意”（《素问·四气调神论》）。对情志失常的病理、病证方面的叙述尤为详尽，如“怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，……惊则气乱……思则气结”（《素问·举痛论》）。对各种情志产

生不同的病证则有“心忪惕思虑”，则“破腠脱肉，毛悴色夭”。“脾愁忧而不解”，则“四肢不举，毛悴色夭”。“肝悲哀动中”，则“人阴缩而挛筋，两胁不举……”。“肺喜乐无极”，则“皮革焦，毛悴色夭”。“肾盛怒不止”，则“喜忘其前言，腰脊不可以俯仰屈伸”（《灵枢·本神》）。此外，还记载了一些具体的病证名及其治疗、护理大法，如癫狂、癰疾、心悸、痿躄、厥、无言、哕、不眠等病都与情志关系密切。还论述情志失调与“女子不月”有关。在治疗方面有：“哕，以草刺鼻，嚏，嚏而已；无息而疾迎引之，立已；大惊之，亦可已”（《灵枢·杂病》）。这都是用转移患者精神的方法达到治疗的目的。尤其可贵的是，在护理方面强调医者要关心体贴病人，做好思想疏导工作，纠正其心理偏衡状况。指出“人之情莫不恶死而乐生，告之以其败，语之以其善，导之以其所便，开之以其所苦，虽有无道之人，恶有不听者乎”（《灵枢·师传》）。实践证明语言开导，精神安慰，是诊治、护理情志病证时所不可忽视的一个重要方面。

续此以往，东汉张机在《金匱要略》里载有“百合病”、“奔豚气”、“惊悸”、“脏躁”、“郁冒”、“阴吹”及“咽中如炙脔”（梅核气）等情志病证的辨证施治。其中百合地黄汤及其系列方有奔豚汤、桂枝去芍药加蜀漆牡蛎龙骨救逆汤、半夏厚朴汤、甘麦大枣汤等，都是实践证明有效的方剂，直到现在尚为临床医生加减应用。魏、晋时期嵇康崇尚老庄，讲求养生之道，认为“形恃神以立，神须形以存”。要求做到“修性以保神，安心以全身，爱无栖于情，喜不留于意，泊然无感”，才能使“体气和平”（《养生论》）。

并告诫人们对不正常的情志活动要防微杜渐，勿以“一怒不足以侵性，一哀不足以伤身，轻而肆之”。西晋王叔和则在《伤寒杂病论》的基础上有所发挥，特别在诊脉方面，认为“人病恐怖……脉形如循丝，累累然，其面白脱色”（《脉经·辨灾怪恐怖杂脉》）。葛洪的《肘后备急方》记载了“治卒发癫狂病方”，“治卒魔寐不寤方”，“治卒得惊邪恍惚方”等，进一步丰富了诊治情志病证的内容。

南北朝时期陶弘景颇重视情志的调理，认为“多思则神殆，多念则志散，多欲则损志，多愁则心慑，多乐则意溢，多喜则忘错昏乱，多怒则百脉不定，多好则专迷不治，多恶则焦煎无欢”。“但当和心、少念、静虑，先去乱神犯性之事”，作为“畜神要求”（《养性延命录·序》）。唐孙思邈也认为养生之道，必须节制情欲，“常少思、少念、少欲……少恶行”，以为“养性之都契”（《千金要方·道林养性》）。说明情志活动关系心身健康，是不能等闲视之的。

宋金元时期，刘、张、李、朱四大医学流派都不同程度地对情志医学作出了贡献，如刘完素强调自然环境对人生理心理的影响，提出了“法象天地，理合自然”（《素问玄机原病式·序》）的命题。李杲则指出：“凡忿怒、悲、思、恐惧，皆伤元气”。要“安于淡薄，少思寡欲，省语以养气，不妄作劳以养形，虚心以维神”（《脾胃论·远欲》）。朱震亨认为“相火”多起于情志妄动，务必使五志之火“动皆中节”方不致为害（《格致余论·相火论》）。进一步阐明了节制情志是有益心身健康的。张子和则对《内经》情志学说作了较好的阐发，并理论联系实际加以运用。他根据“五志

相胜”理论提出“七情更相为治”的法则，如“悲可以治怒，以恻怛苦楚之言感之；喜可以治悲，以谑浪褒狎之言娱之；恐可以治喜，以恐惧死亡之言怖之；怒可以治思，以污辱欺罔之言触之；思可以治恐，以虑彼志此之言夺之”（《儒门事亲·九气感疾更相为治衍》）。这不仅仅是理论，而且付诸实践，有翔实的医案可证。

明清以来，情志医学更有明显的进展。张介宾正确解释了《内经》“移精变气”和“祝由”的医疗理论。李中梓著有《不失人情论》，告诫医者在诊治时，必须注意“病人之情”，“傍人之情”和“医者之情”。徐大椿指出：“世有书符请仙而求方，其所书之方，固有极浅、极陋、极不典而不能治病者。”但又有“以之治病而神效者……此其事甚奇，然亦有理焉。夫乩者机也。人心之感召，无所不通。”说明这是出于心理效应。即令治不好甚至出了乱子，也有“极高、极古、极奇、极稳”之术解脱之（《医学源流论·乩方论》），更彻底揭穿了巫术的骗人把戏。但正是由于能骗人，才能起到心理治疗作用。

历代医家对情志医学的重视，并留下了丰富的理论和经验遗产。当前正值医学模式由单纯生物医学模式向社会、心理、生物医学模式转变之际，更有必要对这些宝贵经验加以继承发扬，整理提高，发挥祖国医学的情志医学理论、经验特点和优势，使之更好地为我国社会主义现代化建设服务。

第二节 情志医学的研究对象和任务

一、情志医学的研究对象

情志医学是研究人的情志活动即心理活动对人体健康的影响。人既有复杂的生理活动，也有复杂的心理活动，喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七情，是人之所难免，适当的或有节制的情志活动不一定致人为病，当情志活动异常剧烈或一般情志刺激持续的时间过长时，就有害于人体，甚至发生一系列的病证。因此，作为医者不仅要从人的生理上解释人的健康与疾病，还要从心理上解释人的健康与疾病。在治疗时，不仅仅是辨证施治，遣方用药，还须采用精神治疗的方法。所以情志医学研究的对象是人，是研究人从健康到疾病、从疾病到康复整个过程的情志活动规律及其防治措施，其目的在于调动人的积极因素，发挥其战胜疾病的能动性，使生理和心理两方面都保持健康水平。

二、情志医学的研究内容

（一）精神意志的发展过程 中医认为情志活动生而有，不过它是由初级向高级逐步发展的。《灵枢·本神》云：“生之来谓之精，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，心有所忆谓之意，意之所存谓之智”。所谓“神”、“魂”、“魄”，就是人的精神作用，这些精神作用并不是凭空而来的，它是以“与