

主编 何裕民  
叶锦先

# 身心医学 概论

上海中医学院出版社

# 心身医学概论

主 编：何裕民 叶锦先

副主编：施 毅 马朋人 金德初

审 阅：严世芸 刘增垣

上海中医学院出版社

|             |      |     |     |     |     |
|-------------|------|-----|-----|-----|-----|
| 主<br>副<br>编 | 编:   | 何裕民 | 叶锦先 |     |     |
|             | 主 编: | 施 毅 | 马朋人 | 金德初 |     |
|             | 委:   | 王国强 | 孙荣金 | 李 雁 | 任允铎 |
|             |      | 宋乃光 | 何星海 | 张 晔 | 陈永灿 |
|             |      | 闵范忠 | 杨光华 | 杨连生 | 余 真 |
|             |      | 祈 涛 | 武 岩 | 柴可夫 | 袁世华 |
|             |      | 赵明杰 | 高钦颖 | 陈巽昭 |     |
| 其他编写人员:     |      | 李彦华 | 李 宁 | 沈士明 | 陈炳泉 |
|             |      | 郭 华 | 谢 强 | 程润泉 |     |

## 心 身 医 学 概 论

何裕民 叶锦先 主编

上海中医学院出版社出版发行

(上海零陵路530号)

新华书店上海发行所经销

上海译文印刷厂印刷

开本850×1168 1/32 印张12.75 字数314千字

1990年5月第1版 1990年5月第1次印刷

印数 1—5,500

ISBN 7-81010-091-2/R·90

定价: 5.30元

## 编写说明

心身医学，作为医学的一门分支学科，近年来得到了迅速发展。特别当人们竭力主张必须摒弃传统的生物医学模式之后，心身医学思想、理论和方法的实际意义和科学价值日趋突出。因此，不仅医学研究人员应具备这方面的知识，临床工作者和医学院校的学生也必须掌握这方面的理论和常识。经十多所中医院校和医学院校及医学研究机构的有关人员协商，决定合作编写是书，以弥补国内这一方面的缺憾，并从1986年初开始着手这方面的工作。

由于心身医学涉及心和身，社会和个体等多方面，它与传统的生物医学相比，有着较多的特殊性和复杂性，因此，尽管近五十多年来现代医学在这方面的研究取得了大量的成就和进展，然而，仍在较多方面留有不足和空白。注重心身问题，是中医学的一贯传统。在这一方面，历代医家积累了丰富的理论认识 and 实践经验。这些，大多在当今的医疗实践中仍有着现实的指导意义。为此，本书在编写过程中确立了以下这一基本原则：立足严谨和实用的角度，融贯中西医有关认识，努力构筑起具有中国特色的心身医学学科体系。因此，本书一方面系统整理中医学中有关心身医学的认识和方法，并努力加以提炼升华；另一方面又较全面地介绍了现代有关心身医学的基本知识和研究进展；在一些重要问题上还结合了我们近年来的研究所得和体会；同时力图将这三方面有机地加以融汇贯通。正因为这样，编写本书的难度很大。幸运的是，我们的工作一开始就得到了医学界许多著名老前辈和心身医学领域一些专家教授及所在单位领导的积极支持和帮助。上海中医学院专家委员会主

任袁沛然教授和上海中医学院副院长严世芸副教授早在1980年时，就具体指导了当时的硕士研究生何裕民（本书主编之一）从事这一领域的课题研究，并在此书的整个编写过程中不断给予帮助；中医界著名前辈董建华教授、姜春华教授等也曾给予积极鼓励，董老并为本书写了序言；大连理论医学研究所所长刘增垣主任医师一直支持这项工作，严世芸副教授和他还分别审阅了部分书稿；国内精神医学领域的著名专家，福建省神经精神病防治院的彭有方教授和上海精神卫生中心的蔡能主任医师也都给予本工作以积极的支持；当本书统稿会议在福州召开时，福建中医学院杜建院长和张安桢副院长多次莅临会议指导；此外，上海中医学院的顾瑞生和俞民生副教授亦对本工作给予了较多的帮助。对于这些支持和帮助，我们由衷地表示感谢。

本书撰写分工如下：第一章，金德初、何裕民；第二章，何裕民、马朋人；第三章第一节，陈永灿，金德初；第二节，何裕民、何星海；第三节，孙荣金；第四节，赵明杰；第四章，施毅、任允铎；第五章第一、第二节，杨光华、何裕民；第三节，杨光华、谢强；第四节，宋乃光；第六章第一、第二节，袁世华、郭华；第三节，袁世华、施毅、郭华；第四节，金德初；第七章第一节，何裕民、闵范忠；第二节，李雁；第三节，李雁、施毅；第四节，李雁、祈涛；第五节，王国强、余真；第八章第一节前半部分，何星海、何裕民；后半部分，高钦颖、沈士明；第二节，武岩、李彦华；第三节，柴可夫、程润泉；第四、第五节，张晔、李宁；第九章，叶锦先、陈炳泉；其中第一节的十~十二系何星海所写。全书主要由何裕民统审定稿。金德初、施毅和何星海在定稿过程中也作了大量工作。此外，叶锦先、马朋人和张晔等也参加了部分统稿定稿工作。

1988年1月，在福州召开本书的定稿会议，除本书的主要

编写人员与会研讨外，我们还特邀了南京中医学院杜文东老师、天津中医学院朱广仁老师、河北中医学院刘美文、赵娣桃老师、扬州医学院王慧老师、辽宁中医学院王朝勋老师、福建中医学院陈少强、叶学锋老师和陕西科学技术出版社的张之明编辑等参加会议，他们就本书的修改提出了许多宝贵的意见，在此一并致以谢意。

本书的编写，无论从心身医学角度来看，还是从中西医结合来看，在方法、内容和形式上都属于一种新的探索。既然是一种探索，就必定会有它不成熟、不完备的地方，我们热切地希望中西医同道在使用此书的过程中，给予批评指正，以利于不断地提高和完善。

《心身医学概论》编写组

一九八八年三月

## 董 序

随着医学模式的转变，对于健康和疾病概念的内涵，也发生了相应的变化，一个人健康还是患有疾病，它包括生理的和心理的两方面的内容，因而研究心身医学的课题越来越被人们重视。

在中医文献资料中，虽然没有心身医学这个概念，但对人的生理活动与心理活动相互依存、相互作用的认识，对于生理活动与心理活动的结果能导致疾患或健康的认识，则很早就有记载，并且在长期临床实践中逐渐形成了一整套独特的理论体系。具体表现在这样三个方面：

一是形神相即的身心统一学说。中医学认为形（形态、形体、身体、体质）与神（神志、神明、神识），生理现象与心理现象是不可分割的统一体，它们是相互联系、相互作用、相互影响的。人的健康还是病变，乃是每一个体生理现象与心理现象共同活动的结果。因此，在诊断、治疗、护理和预防疾病时，既要看到人的生理功能，又要看到人的心理活动，尤其要从两者的相互作用中全面地完整地认识人的健康或疾病。这为心身医学的研究提供了重要的理论依据。

二是七情所伤的病因学说。中医学认为，喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七情，是引起疾病的重要原因之一。在正常范围内，七情对人体健康无多大影响，也不会引起什么病变。如《素问·气交变大论》所指出：“有喜有怒、有忧有丧，有泽有燥，此象之常也”。但是，若刺激过大过强，超过了正常的限度，超过了人体正常的耐受能力，或是刺激过久，长期持续不断地刺激，而个体本身又缺乏移情易性的能力，不会、不能

主动或被动地转移客观环境给人的不良刺激，这就可以导致阴阳失调、气血不和、经络阻塞、脏腑功能失常而发生种种病变。诚如清代著名中医学家高士宗在《医学真传》中所说：“喜、怒、忧、思、悲、恐、惊，谓之七情，七情通于五脏：喜通心，怒通肝，忧通肺，悲思通脾，恐通肾，惊通心与肝。故七情太过则伤五脏”。这为心身疾病描绘了具体的病理机制。

三是身心同治的治疗学说。中医学认为，善医者，必先医其心，而后医其身，一贯主张身心应该同治。例如《东医宝鉴》曾强调指出：“古之神圣之医，能疗人之心，预使不致于有疾；今之医者，惟知疗人之疾而不知疗人之心，是犹舍本逐末不穷其源而攻其流，欲求疾愈，不亦愚乎？虽一时侥幸而安之，此则世俗之庸医，不足取也。欲治其疾，先治其心，必正其心，乃资于道。……此真人以道治心，疗病之大法也。”在长期的临床实践中，古今医家已经摸索出一整套身心同治的方法，诸如静志安神法、怡悦开怀法、说理开导法、顺情从欲法、移情易性法、以疑释疑法、祝说病由法、听曲消愁法、看花解闷法以及以情胜情法等等。

由此可见，中医学理论体系中有关心身医学的内容是十分丰富的。现在由上海中医学院何裕民和福建中医学院叶锦先等同志牵头，联合一些中医院校的同道，通力合作编著成《心身医学概论》一书，这无疑是挖掘、整理、继承和发扬中医学遗产的一项富有意义的工作。我相信，本书的出版，一定能为建立具有中国特色的医学心理学和具有中医特色的中医心理学的理论体系，提供一定的理论依据，因而它一定深受读者欢迎。

董建华

丁卯冬至于北京中医学院

## 蔡 序

在医学史上，比较完整的心身医学体系在本世纪二十年代和三十年代才形成，并被普遍接受。心身医学作为医学的一个学科虽然不是很久，但进展非常迅速，其范围和内容在不断扩大和充实，不论在医学研究和医疗工作中，对人们提高健康水平和防治疾病都在起着越来越重要的作用，因此，在医学教学中必须设立心身医学的课程。

心身医学的现代概念中最主要的观点是：人是一个完整的个体，在这个统一的生命系统中，心理功能和生理功能无法分开活动，而是不可分割地对人的健康和疾病共同起着作用。因此，Smuts在1926年创用了“整体性”（holism）一词；有些学者将它作为“心身”的一个同义词。实际上，在中医几千年来发展过程中，心身统一的整体观念一直贯穿在中医的理论和实践中，并且内容非常广泛和丰富。从《内经》开始，历代中医著作中都有许多关于情志（精神活动）与脏腑（生理功能）相互有关的精辟论述，并提出情志过度能够伤及脏腑而产生各种精神和躯体疾病，脏腑的生理障碍也可以影响精神活动。医家根据这些理论对病人辨证施治，取得良好的治疗效果。因此，尤其是在中医的教学、研究和医疗实践中，更需要将这方面丰富的祖国医学的精华予以整理和发扬。本书作者一方面较系统地介绍了国内外有关心身医学的知识和近年来的研究进展，另一方面对中医学这方面的丰富内容作出了全面而较深入的整理、总结和提炼，同时融进了自己的一些研究所得，编写成《心身医学概论》一书。全书内容丰富，颇具特色。实用性亦很强，既较好地融贯了东西方的有关认识，又较严谨、

缜密，是心身医学方面较为理想的一本教材和参考书，也是中西医结合较为成功的一次尝试。其内容既适用于中医院校的教学，同时也是临床医师以及有志于研讨医学、健康等问题的同志值得阅读的书籍，故欣为作序。

蔡 能

一九八八年五月

于上海精神卫生中心

# 目 录

## 编写说明

## 董 序

## 蔡 序

## 第一章 绪 论 ..... 1

### 第一节 心身医学的概念及心身疾病 ..... 1

#### 一、心身医学的概念 ..... 1

#### 二、心身疾病的概念 ..... 3

### 第二节 心身医学的历史 ..... 5

#### 一、我国心身医学思想的源流 ..... 6

#### 二、国外的心身医学发展简史 ..... 7

### 第三节 心身医学的研讨范围 ..... 10

#### 一、有关心身疾病的性质、范围和分类 ..... 10

#### 二、有关心身疾病的病因研究 ..... 11

#### 三、心身反应的中介机制及心身疾病的演变规律 ..... 11

#### 四、发展心理生物学研究 ..... 12

#### 五、有关心身疾病诊疗手段的研究 ..... 12

### 第四节 心身医学与其他学科的关系 ..... 14

#### 一、医学心理学 ..... 14

#### 二、精神医学 ..... 15

#### 三、行为医学 ..... 16

#### 四、社会医学 ..... 17

### 第五节 心身医学的贡献及其未来 ..... 17

## 第二章 中医学关于心身问题认识述要 .....20

### 第一节 心理活动的传统认识 .....20

#### 一、神魂魄 .....20

#### 二、感觉 .....23

#### 三、思虑和志意 .....24

#### 四、情志 .....26

#### 五、欲 .....28

#### 六、性 .....29

### 第二节 心理活动的基本特点 .....30

### 第三节 心身系统结构理论 .....32

#### 一、心理活动的生理基础 .....32

#### 二、心理和生理的系统结构 .....34

#### 三、“心”整合着心身两大机能 .....35

### 第四节 中医学心身关系认识的哲学评价 .....36

## 第三章 心身医学的现代研究 .....39

### 第一节 社会学研究 .....39

#### 一、社会、文化与生活方式 .....40

#### 二、人口、人际关系与生活质量 .....44

#### 三、现代社会与心身医学 .....46

### 第二节 心理学研究 .....48

#### 一、心理学的三大思潮 .....49

#### 二、心理学分支的有关研究 .....54

### 第三节 生物学研究 .....59

|                          |    |
|--------------------------|----|
| 一、精神神经生理学·····           | 59 |
| 二、心理生理学·····             | 60 |
| 三、精神内分泌学·····            | 62 |
| 四、精神免疫学·····             | 65 |
| 第四节 心身医学与新的医学模式·····     | 66 |
| <br>第四章 体质——人格学说·····    | 69 |
| 第一节 体质与人格的概念·····        | 69 |
| 一、古代与近代医家的认识·····        | 69 |
| 二、“体质”、“人格”的现代认识·····    | 70 |
| 第二节 体质与人格的关系·····        | 73 |
| 一、体质与人格是个体两大机能的固有特征····· | 73 |
| 二、体质与人格共同构成身心统一体·····    | 74 |
| 第三节 体质与人格的分类·····        | 75 |
| 一、传统分类方法·····            | 75 |
| 二、现代分类方法·····            | 80 |
| 第四节 体质——人格与心身疾病的防治·····  | 84 |
| 一、体质——人格与疾病易罹倾向·····     | 84 |
| 二、体质——人格与疾病病变机理·····     | 86 |
| 三、体质——人格与心身疾病的诊断·····    | 87 |
| 四、体质——人格与心身疾病的治疗·····    | 89 |
| <br>第五章 心身病症发生发展的机理····· | 91 |
| 第一节 心身病症的社会心理致病因素·····   | 91 |
| 一、中医学对社会心理致病因素认识的发展····· | 91 |
| 二、社会心理致病因素分析·····        | 93 |

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 第二节 心身病症的发病原理.....      | 98  |
| 一、心身病症发病的内在根源.....      | 98  |
| 二、心身病症发病的中介环节.....      | 99  |
| 第三节 心身病症的病变机理.....      | 102 |
| 一、中医学对心身病变机理的认识.....    | 102 |
| 二、心身病症的病机特点.....        | 110 |
| 第四节 心身机能状态与疾病转归.....    | 113 |
| 一、疾病本身是强烈的心理刺激.....     | 113 |
| 二、情绪反应与疾病的发展.....       | 115 |
| 三、情绪状态与患者对疗效的评价.....    | 117 |
| <br>第六章 心身病症的诊断 .....   | 120 |
| 第一节 心身病症的诊断要点.....      | 120 |
| 一、心身病症的诊断原则.....        | 120 |
| 二、心身病症的诊断形式.....        | 121 |
| 三、心身病症的诊断标准.....        | 122 |
| 第二节 心身病症诊断的主要方法.....    | 127 |
| 一、会面诊断方法.....           | 127 |
| 二、中医诊断方法.....           | 129 |
| 三、精神状态诊断.....           | 134 |
| 四、个性诊断.....             | 135 |
| 五、精神动力学诊断.....          | 137 |
| 第三节 心身病症诊断的辅助方法.....    | 138 |
| 一、常用的心理测验方法.....        | 139 |
| 二、精神生理学检查.....          | 149 |
| 第四节 心身病症的鉴别诊断.....      | 152 |
| 一、躯体疾病中的心身疾病与非心身疾病..... | 152 |

|                          |            |
|--------------------------|------------|
| 二、心身疾病与精神疾病的鉴别·····      | 153        |
| 三、心身疾病与精神障碍躯体化·····      | 154        |
| 四、心身疾病与神经(官能)症·····      | 155        |
| <b>第七章 心身病症的治疗</b> ····· | <b>158</b> |
| 第一节 心身病症治疗的基本原则·····     | 158        |
| 一、治疗心身病症的注意要点·····       | 158        |
| 二、调治心身病症的三大环节·····       | 160        |
| 三、心身病症调治的阶段性特点·····      | 161        |
| 第二节 中医学的基本心理疗法·····      | 163        |
| 一、调畅情志疗法·····            | 164        |
| 二、修身养性疗法·····            | 174        |
| 三、气功静默疗法·····            | 179        |
| 四、其他中医心理疗法·····          | 182        |
| 第三节 心身病症的现代心理疗法·····     | 188        |
| 一、一般心理疗法·····            | 188        |
| 二、行为主义疗法·····            | 190        |
| 三、存在——人本主义疗法·····        | 195        |
| 四、理性——情绪疗法(认知疗法)·····    | 198        |
| 五、生物反馈疗法·····            | 200        |
| 六、娱乐疗法·····              | 202        |
| 七、其他常用的心理疗法·····         | 206        |
| 第四节 心身病症的药物和针灸治疗·····    | 213        |
| 一、心身病症的常用中药·····         | 214        |
| 二、心身病症的常用方剂·····         | 218        |
| 三、心身病症的针灸疗法·····         | 225        |
| 四、心身病症的精神药物·····         | 228        |

|                     |         |
|---------------------|---------|
| 第五节 患者的社会调适和心理护理问题  | 233     |
| 一、社会调适和社会支持         | 233     |
| 二、心身病症患者的心理护理       | 236     |
| <br>第八章 中医临床常见的心身病症 | <br>243 |
| 第一节 内科常见的心身病症       | 243     |
| 一、内伤发热              | 243     |
| 二、内伤咳嗽              | 245     |
| 三、虚损                | 247     |
| 四、痰饮                | 250     |
| 五、奔豚                | 252     |
| 六、中风                | 253     |
| 七、血证                | 255     |
| 八、郁证                | 259     |
| 九、胃脘痛               | 261     |
| 十、噎膈反胃              | 263     |
| 十一、痛泻               | 264     |
| 十二、便秘               | 266     |
| 十三、胁痛               | 267     |
| 十四、积聚               | 268     |
| 十五、鼓胀               | 269     |
| 十六、眩晕               | 271     |
| 十七、不寐               | 273     |
| 十八、心悸               | 275     |
| 十九、遗精               | 277     |
| 廿、阳萎                | 279     |
| 廿一、厥证               | 281     |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 廿二、癫狂·····          | 282 |
| 廿三、诈病(癡症)·····      | 284 |
| 廿四、其他常见的心身病症·····   | 286 |
| 第二节 外科常见的心身病症·····  | 287 |
| 一、瘰癧·····           | 287 |
| 二、瘰癧·····           | 289 |
| 三、疝气·····           | 290 |
| 四、乳癖·····           | 292 |
| 五、乳岩·····           | 293 |
| 六、乳病·····           | 294 |
| 七、乳瘤·····           | 295 |
| 八、乳衄·····           | 296 |
| 第三节 妇产科常见的心身病症····· | 298 |
| 一、痛经·····           | 298 |
| 二、闭经·····           | 300 |
| 三、崩漏·····           | 302 |
| 四、带下·····           | 303 |
| 五、不孕·····           | 304 |
| 六、恶阻·····           | 305 |
| 七、难产·····           | 307 |
| 八、缺乳·····           | 309 |
| 九、产后诸证·····         | 310 |
| 十、脏躁·····           | 312 |
| 十一、其他常见的心身病症·····   | 313 |
| 第四节 儿科常见的心身病症·····  | 316 |
| 一、吐泻·····           | 316 |
| 二、厌食·····           | 317 |
| 三、拗哭(夜啼)·····       | 318 |