

内经与心身医学

白凌志 李长增 李德坤
王敏芳 王 敏 著

黑龙江教育出版社

(黑) 新登字第 5 号

内 经 与 心 身 医 学

NEIJING YU XINSHEN YIXUE

白凌志 李长增 李德坤 著
王敏芳 王 敏

责任编辑: 张佳莉
封面设计: 陈冬妮
责任校对: 王 雷

黑龙江教育出版社出版(哈尔滨市南岗区花园街158号)
黑龙江中医药大学印刷厂印刷·黑龙江教育出版社发行
开本787×1092毫米 1/32·印张 5.375·字数 175 千

1996年3月第1版·1996年3月第1次印刷

印数: 1—1000册 定价: 5 元

ISBN07-5316-2965-8/G·2297

前 言

心身医学与心身疾病是医学领域的新兴学科。自本世纪初在美国开始研究,尤其是在第二次世界大战以后,因战争导致的精神创伤而发生多种心身疾病,从而为心身疾病与心身医学的研究奠定了基础。

1948年世界卫生组织成立宪章中提出了健康标准,其中有心理健康与躯体健康,因而世界各国开始注意心理因素对健康的影响,对心理因素与躯体健康的研究日益深入,先后成立了心身医学研究机构。研究证明心理因素与躯体疾病有密切关系,因此提出了心身相关的各种理论与学说。我国在80年代初才成立心身医学研究机构,由于受前苏联医学模式的影响起步较晚,但是祖国医学的经典巨著《黄帝内经》中却有大量的心理学与心身相关、心身医学的各种学说,内容极其丰富。说明祖国医学的心身相关理论在古代就已经形成了理论框架,同时也填补了我国心身医学的空白。祖国医学非常重视精神情绪对躯体的影响,提出“百病生于气”的观点,七情心理因素是致病的重要原因之一。

为了普及在心身相关理论指导下形成的心身医学,促进心身医学理论的深入研究,并且在临床广泛应用,同时与祖国医学的心身相关理论相结合,进而形成并完善中医的心身医学理论体系,我们参考《心身疾病与心身医学》、《黄帝内经》、《灵枢经》以及《心理学》等书,撰写出本书。由于写作时间短,水平有限,错误在所难免,请广大读者提出宝贵意见。

作者

1995年8月

目 录

第一章 心身相关与心身医学·····	(1)
第一节 心身相关理论的提出·····	(1)
第二节 心身医学的形成·····	(1)
第三节 心身医学发展概况·····	(3)
第二章 心身医学与心身疾病·····	(7)
第一节 心身医学的研究范围·····	(7)
第二节 心身疾病的概念·····	(7)
第三节 心身疾病病理特征·····	(8)
第三章 有关心身相关的各种学说·····	(9)
第一节 弗洛伊德的精神分析学说·····	(9)
第二节 控制论在心身医学中的作用·····	(10)
第三节 祖国医学中心身相关理论·····	(12)
第四节 祖国医学的心理治疗概述·····	(17)
第五节 祖国医学心理治疗方法·····	(33)
第四章 心身疾病的发病机制·····	(37)
第一节 心理因素的致病作用·····	(37)
第二节 社会因素的致病作用·····	(43)
第三节 性格缺陷易患素质的致病作用·····	(46)
第四节 体型的致病作用·····	(68)
第五章 情绪的现代研究·····	(83)
第一节 情绪对生理机能的影响·····	(83)
第二节 情绪与疾病防治和预防的关系·····	(84)
第三节 特异性躯体反应机制·····	(85)

第六章 现代心身医学的有关问题·····	(89)
第一节 确立新的医患关系·····	(89)
第二节 医源性疾病·····	(91)
第三节 不明原因的不适综合症·····	(96)
第四节 老年医学与心身医学问题·····	(98)
第五节 青春期的心身医学问题·····	(101)
第六节 疾病心理反应·····	(102)
第七节 与心身医学有关的其他问题·····	(106)
第七章 常见的心身疾病及其相关学说·····	(109)
第一节 心身疾病的分类法·····	(109)
第二节 心身疾病的基本条件与症候·····	(111)
第三节 《内经》中有关心身疾病的症候表现·····	(114)
第四节 神经症与心身疾病的关系·····	(117)
第八章 心身疾病·····	(120)
第一节 心血管疾病·····	(120)
第二节 消化系统疾病·····	(129)
第三节 呼吸系统疾病·····	(137)
第四节 内分泌系统疾病·····	(142)
第五节 泌尿生殖系统疾病·····	(148)
第六节 神经系统疾病·····	(152)
第七节 耳鼻咽喉疾病·····	(155)
第八节 妇科疾病·····	(159)
第九节 肿瘤的心身医学问题·····	(165)
第十节 狂症的心身相关问题·····	(168)
第十一节 癲症·····	(171)
第十二节 其他与心身相关的理论·····	(173)
第九章 心身疾病的诊断和鉴别诊断·····	(175)

第一节	心身疾病的诊断特点·····	(175)
第二节	心身疾病的诊断依据·····	(176)
第三节	心身疾病的鉴别诊断·····	(177)
第十章	心身疾病的治疗与预防原则·····	(181)
第一节	心身医学医生的专业素养与品质·····	(181)
第二节	心理治疗的概念·····	(183)
第三节	心理治疗的基本原理·····	(184)
第四节	心理治疗的适应范围·····	(184)
第五节	心理治疗的分类·····	(185)
第十一章	心理治疗方法介绍·····	(186)
第一节	一般性心理疗法·····	(186)
第二节	专业性心理治疗·····	(190)
第三节	森田疗法·····	(191)
第四节	行为疗法·····	(192)
第五节	生物反馈疗法·····	(197)
第六节	精神分析疗法·····	(200)
第七节	工疗(劳动疗法)·····	(202)
第八节	气功治疗·····	(203)
第九节	其他心理治疗方法·····	(203)
第十二章	我国历代医家心理治疗经验选·····	(207)
第一节	《五十二病方》·····	(207)
第二节	《吕氏春秋》·····	(207)
第三节	《黄帝内经太素》·····	(208)
第四节	《古今医统》·····	(209)
第五节	《千金翼方》·····	(209)
第六节	《普济本事方》·····	(209)
第七节	《鸡峰普济方》·····	(210)

第八节	《脾胃论》	(211)
第九节	《四海同春国医宗旨》	(211)
第十节	《医方考》	(212)
第十一节	《神农本草经疏》	(213)
第十二节	《曜仙活人心》	(213)
第十三节	《续医统》	(214)
第十四节	《证治百问》	(215)
第十五节	《王氏医存》	(216)
第十三章	气功在养生与治疗中的作用	(217)
第一节	气功知识	(217)
第二节	气功疗法简史	(219)
第三节	练气功的原则步骤	(226)
第四节	练气功的时间	(228)
第五节	气功的方向	(231)
第六节	练气功功时与疗程	(233)
第七节	气功益智	(235)
第八节	气功益寿	(238)
第九节	气功的治疗作用	(244)

第一章 心身相关与心身医学

第一节 心身相关理论的提出

心，指的是精神思维情绪；身，指的是躯壳身形包括身体脏腑器官等；心身相关是指精神思维情绪活动对身体的影响，包括生理的和病理的。早在两千多年前《黄帝内经》中就提出“恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来。”这个恬淡虚无精神内守能使真气从之，而不会发生疾病的养生之道，乃是心身相关的理论基础，这也是最早提出的心身相关学说。在心身相关理论指导下逐渐形成现代的心身医学，成为当代的新兴学科。心身医学的形成距今已有60多年历史，在心身相关理论指导下，强调人类健康与心理因素和生理因素的密切相关，在大脑皮层统率下内外环境的调节和防护作用，是符合综合医学和整体医学的观点的，被认为是有发展前途的新兴学科。

第二节 心身医学的形成

人类心身相关—心理活动与躯体机能相互影响、相互作用自古以来为国内外医学家们所重视。《黄帝内经》中就有精辟论述，《灵枢·口问》：“心者，五脏六腑之主也……故悲哀愁忧则心动，心动则五脏六腑皆摇”；《素问·举痛论》：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·阴阳应象大论》：喜伤心，怒伤肝，思伤脾，忧伤肺，恐伤肾。说明心理因素和机体的机能活动相互作用，明确提出心理情志因素具有致病作用。希波克拉底也提出过情绪和性格对人类疾病健康的重大影响，指出性格气质不同所产生的反应不同，建立了体液学说，提出了机能整体性观点。

18世纪—20世纪初期，随着第一次工业革命的兴起，大工厂生产和机械工业的出现，推动了自然科学的发展，医学科学打破了中世纪的迷信和宗教的桎梏取得了迅速发展，但是也带来了片面性，医学上的形而上学的机械唯物论—器官病理学说和纯生物学观点盛行，占据了统治地位。过多过分追究疾病的器官结构和生理病理变化，重视疾病的纯生物作用，不重视人的心理因素的整体影响，将微生物视为致病的单一原因，将细胞病理变化看成机体患病的唯一病因和躯体因素，医生们重视理论和器械检查，采用单一的躯体疗法，忽视了心理因素在疾病发生发展中的作用和病人的主观能动性，忽视了由大脑统率的整体性、意识性、社会性，因此在理论和实践上产生了不少消极影响。

本世纪初，特别是第一次世界大战后，不少医学科学家发现由于战争引起的精神压力导致大量精神躯体疾病，研究了战争神经症、结肠疾患等病人的心理矛盾冲突的致病作用，提出心身医学理论，后经临床和实验验证，逐步建立起完整的心身医学科学体系。如果说18—19世纪的机械唯物论是对中世纪宗教迷信的一次有力冲击，那么20世纪的心身医学和医学心理学则是克服形而上学片面性的进一步飞跃和发展。中医学在心身医学方面应该说是走在西医学的前面，在《黄帝内经》里将情志因素作为发病学中的一个主要组成

部分,并系统的论述了情志太过对人体脏腑组织器官的影响,构成一部完整的中医心身医学;《黄帝内经》还记述了情志异常对人体发病、病理变化以及情绪对治疗预防方面的影响,对现代心身医学提供了理论依据。

第三节 心身医学发展概况

一、欧美心身医学发展简史

现代医学史最早采用心身医学名称的是德国精神科医师亨罗斯,他发表有关睡眠障碍的论文中首次提出这一概念。在欧洲建立心身医学,提出相当于现在心身疾病的植物神经系统紊乱症的体质异常的有戈塔门、奥本海姆等。杜克在1872年将以往零星的心理因素对人类健康和疾病有关的观察资料编辑成集,为后世心身医学的发展开拓了道路。

西方推动心身医学研究的直接动因是战争,战争是人类的重大精神应激和社会生活事件,常导致出大量的心身反应和疾病。美国南北战争时,一位名叫达科斯塔的军医发现了“激惹性心脏”的病症,该病以腹泻为主,提出相当于现在过敏性结肠炎的“粘液性结肠炎”概念,他指出战场上士兵的焦虑反应是重要的病因。

第一次世界大战中,出现过大批如达科斯塔所描述的有循环系统和神经系统症状的士兵,此后奥本海姆将其命名为“神经循环衰弱症”,为临床医生所采用。战后,对大量由于战争应激和心理负荷所引起的病例的观察,提出心身医学和心身疾病的新概念。最早的心身医学体系是在美国芝加哥亚力山大领导的心理分析研究所建立起来的。弗洛伊德虽在本

世纪初创立精神分析学说，但在欧洲并未受到重视，而在美国被广泛地接受，1935年邓伯对病人的性格与疾病的关系进行广泛研究，编著了《情绪与躯体变化》，1939年出版《心身医学》杂志，1944年美国心身医学会诞生，1950年汗魏斯和恩格里希共同编著的《心身医学》出版。美国是现代心身医学和心身疾病研究的发源地，以美国为中心20世纪中期逐渐向全世界扩展。

二、日本心身医学发展简史

日本的心身医学发展分战前和战后两个时期。第一次世界大战前，日本基本没有明确的心身医学概念和系统研究工作。战后，美国医学输入日本，对日本的心身医学有较强的影响，使日本的心身医学逐步形成体系。大阪大学的堀见对人格和精神生理学研究有突出贡献，三浦和小此木对精神分析和心身疾病临床应用有贡献，九州大学的池见开设心身医学讲座和创立日本“心疗内科”。

东北大学的九岛和长谷川对妇科心身疾病进行研究和创导禁食疗法，慈庆大学的古闲积极推行心身疾病森田疗法，以北大诹访和山下从情感与内分泌角度研究心身疾病等等。

1960年以上述学者为核心成立“日本精神身体医学会”（后改名为日本心身医学会），1961年出版刊物《精神身体医学》（后改为《心身医学》），从学会成立到现在日本的心身医学研究发展非常迅速，已成为国际上有名的学术研究中心之一，与世界各国广泛的学术交流和国际交往。日本心身医学发展历史与美国相似，初期是以精神分析疗法和催眠疗法为中心开展工作的，以后逐渐与自律训练法、行为疗法、药物治疗、现存分析和交流分析法相结合转化为多方位的综合发展，在

方法上也从临床观察为中心转向实验研究；从初期启蒙时期逐渐向理论和其他方面深入研究。1963年池见教授创建“心疗内科”，主要作为内科疾患的一种治疗方法，使内科疾患向综合医学诊治和研究方向发展，目的在于临床各科疾病诊治时重视和开发心身综合防治工作的研究。

因此“心疗内科”一开始就受到日本广大群众和医生的欢迎，开办20多年来取得飞速发展，成为日本各公私医院中普遍开设的医疗设施，并受到国际学术界的推崇。池见教授曾担任世界心身医学会主席，被誉为“日本心身医学之父。”

三、苏联和东欧各国的心身医学历史

东欧各国除南斯拉夫、罗马尼亚以外，医学界学术思想受前苏联影响较大。在50—60年代，这些国家对弗洛伊德学说持严厉的批判态度，对心身医学理论采取排斥态度，同时也影响了我国医学学术思想。但是前苏联著名生理学家巴甫洛夫创立的高级神经活动学说其核心一条件反射和皮层内脏相关学说，对心身医学和心身疾病发病机制的研究，被国际公认为重要医学理论基础之一，被视为心身医学两大主要流派之一（西方的精神分析学说和东方的皮层内脏学说）。

四、我国心身医学的历史

我国是医学、心身医学和医学心理学主要发源地之一，源远流长，但是百年来未能充分发扬。解放后受到前苏联学术思想的影响，长期以来视为毒草判为禁区不予介绍，基本上处于“空白”状况；70年代后期，国内陆续介绍和选摘了心身医学和心身疾病的文章，随着对医学心理学的重视和需要，医学院校逐步开设了医学心理学和心身医学有关课目。1981年夏

镇夷主编的《中国医学百科全书》—精神病学分册出版，对心身医学的历史和现状以及研究方向作了简括介绍。1982年北京医学院编写了医学心理学讲义，心身医学是其主要内容之一。1979年全国第二届心理学年会后，决定单独成立医学心理学专业委员会，使我国医学心理学和心身医学进入了新的发展阶段。1983年11月在扬州举行第三届全国医学心理学会议，与会代表一致认为我国心身医学和医学心理学具有广阔发展前途，并提出大力宣传和普及有关知识是当务之急，刻不容缓，具有现实意义。

当前国内心身医学的发展趋势和特点是宣传、普及、深入研究和交流联系都不够，应需解决的问题是：

1、成立全国性心身医学专业学会，出版心身医学专业性刊物，便于全国学术交流。

2、总结国际心身医学发展历史和经验教训，避免重蹈美国心身医学发展中出现过的片面和分裂的覆辙。

3、团结全国有志从事心身医学研究的专业医生、心理工作者和各科临床工作者、医学院校教师，为创立具有中国特点的心身医学新学派而努力工作。

4、深入有效地进行科学普及宣传，对各级卫生行政和医务界同道进行心身医学宣传，医学院校应开设心身医学讲座或列为正式课程，使心身医学的概念、基本知识深入人心，使临床各科医生了解心身疾病的基本知识和防治方法，为加速我国心身医学的发展做出贡献。

第二章 心身医学与心身疾病

第一节 心身医学的研究范围

心身医学研究范围不仅仅限于某一器官和系统的疾病本身，并不仅指疾病的病理生理学。它是研究疾病的倾向性、易患性、疾病的起因和预后，病前躯体和心理方向的前驱性特征，心身相关的规律，因此心身医学的研究必然涉及多学科多种医学领域。概括地说，心身医学是从心身相关的基本立场出发考察人类健康和疾病问题，试图提出综合整体性医学学科。

第二节 心身疾病的概念

在国内外开展心身医学和心身疾病研究的初期阶段，概念比较混乱，为避免误诊和诊断扩大，尽量使心身疾病建立在比较科学的客观基础上，使国内外学术交流有较为一致的看法，1971年日本精神身体医学会提出了心身疾病的定义：

“躯体症状为主，在诊断和治疗中心理因素具有特别重要意义的疾病。”

我国的心身疾病的定义是：“以躯体疾病为基础，其发病前和病程中存在明显的心理因素与一定的性格缺陷，发病后心理因素与躯体因素相互影响，促使原发病症加重和复杂化，可形成恶性循环；经过心身综合治疗可获缓解或好转的

一组疾病”。其简化定义：“这是一类精神躯体性疾病，是心理因素起重要作用的躯体疾病。

第三节 心身疾病病理特征

海立坦为代表的学者主张心身疾病作为一个独立的疾病专科诊治，1943年他提出心身疾病的特征：（1）以情绪障碍作为发病因素之一；（2）通常具有特殊的性格类型；

（3）发病常有明显性别差异；（4）同一病人可罹患数种类似性质疾患；（5）常有同一疾病或类似疾病的家族史；

（6）常有缓解复发的倾向。在临床具体掌握心身疾病的范围和标准并非易事，可能在诊断上有扩大或缩小的倾向，若掌握以下三条会有助于判断心身疾病。一、明确的心理因素是心身疾病的重要致病因素和病理条件。二、性格缺陷等易患素质是内在条件和基础。三、发生以情绪障碍为中心的多种临床表现。以上三条互为因果、紧密联系、相互影响、缺一不可，可作为心身疾病的三大临床基本病理特征。

第三章 有关心身相关的各种学说

第一节 弗洛伊德的精神分析学说

弗洛伊德（1856—1939）出生在奥地利的犹太人，他是精神分析学说的创始人。他所倡导的精神分析学说和精神分析疗法，不仅对现代精神病学，而且对心理学、社会伦理学、文学艺术等都发生重大影响。1880年与布莱亚一起研究催眠疗法，1895年发现癔症病人在催眠过程中说出来精神创伤的经历、醒后症状消失的现象，发表“癔症的研究”一文，提出“疏泄疗法”作为神经症的一种基本治疗方法，在此基础上创立了自由联想法的精神分析疗法，建立在无意识学说基础上的精神动力学说。弗洛伊德学说在欧洲受到不少抨击，在美国却获得很大的成功和发展，以后又扩展到全世界，成为风行一时的重要学术流派。美国的亚力山大在精神分析学说的基础上创导了早期心身医学的心理动力学体系，后来成为心身医学两大学派之一。心理动力学派认为，人类未解决的被压抑的无意识的矛盾冲突，是导致心身疾病的主要原因。特殊无意识的矛盾冲突情境可以引起病人焦虑及一系列无意识的防御性和退行性的心理反应，导致相应的植物神经活动变化，当作用在相应的特殊器官和具有易患素质的病人身上，最终将产生器质性病理变化或心身疾病。心身疾病是由于特殊的人格特征与特殊情绪冲突相结合的结果，如长期饥饿，未满足或缺乏母爱都会导致胃功能活动过度产生溃疡病。这

种溃疡病被认为是婴儿期的需要未获满足的成年期表现，称为“器官的象征性语言。”弗洛伊德心身学派强调人的心理因素的病因病理和治疗作用，重视心理因素对人的行为动机和人格的影响和研究，但是弗洛伊德无限地夸大无意识的作用，忽视致病因素的全面综合性了解和分析，这是违反现代脑生理学的高级神经活动最根本的原则的。在我国，弗洛伊德学说一直被否定，近几年有所改变，我们应吸收精华剔除糟粕。

第二节 控制论在心身医学中的作用

1、黑匣原理：对生物体系的心身特征诊断时该理论并不分析系统内部的结构，而是把心身方面作为一个系统看待，向这个系统输送“入力”、产生“出力”，然后从“入力—出力”的关系出发确定系统的特性。特别在心身相关特征方面采用综合测定法，心理特征方面给予入力、参与躯体方面作用获得出力进行综合分析。

将心身系统视为一种“黑匣”，不要求详细追究黑匣内部的变化过程，即是“黑匣原理。”

2、开放系统原理：在一般系统中存在与外界自由交换的开放系统，生物体如果不能与外界自由地进行信息和能量交换，则短时间就处于绝对平衡状态，即意味着死亡到来。从开放系统原理来看，心理方面是一种信息，躯体方面主要表现为能量和物质与外界进行交换。

3、反馈原理：这是控制论的基本原理。一旦从系统中引出“出力”，再次向系统中输入“入力”，通过检器将目标和出力的偏差检测出来，改变和修正出力。生物体有自己的