

Qing
Zhi
Ji
Bing
Xue



叶锦先 何裕民 主编

情志疾病学

7

责任编辑：徐贤书

内 容 提 要

人们在生活中，有喜乐，也有悲哀苦衷，这些在生活当中所表现出来的喜、怒、悲、惊、恐、忧、思，中医学称为七情，即现代医学所说的情志、情绪、情感。这些情绪如太过所导致的疾病，称为情志疾病。

在科学发达的今天，由于疾病和死亡谱的改变，迫使人们必须认真对待由社会心理因素所导致的、与情绪变化相关的各种病症的诊断、防治等问题研究。因此，中医学有关情志疾病的内容，其现实意义和实用价值就日益突出。

全书内容包括情志活动的心身基础，情志疾病的病因、病机、诊断、治疗、护理、预防等。

序

中医学认为，喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七情，是致病的主要原因之一。例如，《素问》说：“人有五脏，化五气，以生喜怒悲忧恐。故喜怒伤气，寒暑伤形。暴怒伤阴，暴喜伤阳……喜怒不节，寒暑过度，生乃不固”，“怒伤肝”，“喜伤心”，“思伤脾”，“忧伤肺”，“恐伤肾”。明代医学家刘纯在《玉机微义》中更加具体地指出：“喜气所至，为笑不休，为毛革焦，为肉病，为阳气不收，甚则为狂”；“怒气所至，为呕血，为衄泄，为煎厥，为薄厥，为阳厥，为胸满胁痛，食则气逆而不下，为喘渴烦心，为消瘴，为肥气，为目暴盲，耳暴闭，筋纵，发于外为疽瘤”；“思气所至，为不眠，为嗜卧，为昏瞢，为中病，三焦闭塞，为咽嗝不利，为胆瘵呕苦，为筋痿，为白淫，为得后与气快然如衰，为不嗜食”；“悲气所至，为阴缩，为筋挛，为肌痺，为脉痿，男为数洩血，女为血崩，为酸鼻额，为目昏，为少气不能报息，为泣则臂麻”；“恐气所至，为破膈脱肉，为骨酸痿痹，为暴下尿水，为面热肤急，为阳痿，为惧而脱颐”；“惊气所至，为潮涎，为目瞤，为口喎，为痲痺，为不省人事，为僵仆，久则为痿痹”。总之，人的心理活动、精神世界、情志状态的异常，可以导致疾病的发生，这是中医理论体系中病因学说的重要组成部分。

中医学还认为，喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七种心情，

不仅是引起疾病的主要因素之一，而且还是治疗和防止某些疾病的一种重要手段，一种心情可以战胜、制止、克服另一种心情。例如《素问》指出的“喜伤心，恐胜喜”，“怒伤肝，悲胜怒”，“思伤脾，怒胜思”，“忧伤肺，喜胜忧”，“恐伤肾，思胜恐”。元代医学家张子和在《儒门事亲》一书中指出：“悲可以治怒，以恹恹苦楚之言感之；喜可以治悲，以谑浪衰押之言娱之；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，以虚彼志此之言夺之。”元代另一医学家朱震亨也曾指出：“五志之火，因七情而起，郁而成疾，故为癫痫狂妄之证，宜以人事制之。非药石所能疗也，须察其由以平之。怒伤于肝者，为狂为癫，以忧胜之，以恐解之；喜伤于心者，为癫为痴，以喜胜之，以思解之；忧伤于肺者，为痴为癫，以思胜之，以思解之；思伤于脾者，为痴为癫为狂，以怒胜之，以喜解之；恐伤于肾者，为癫为痴，以思胜之，以忧解之；惊伤于胆者，为癫，以忧胜之，以怒解之；悲伤于心胞者，为癫，以恐胜之，以怒解之。”以情胜情、以情制情的心理治疗方法，乃是我国传统医学的一项创举。

进入20世纪80年代以来，世界各国的一些医学家，把“精神因素可以治病，也可以使人受伤”，当作是本世纪“整体医学的新突破”。其实，这个问题，在中医界早于2000多年前就提出来了，并且在实践中积累了丰富的经验。遗憾的是，我国至今还没有一本研究情志与疾病、健康关系的专著。现在叶锦先、何裕民等几所中医院校的同志，通力协作，精心编篡，集体编写了《情志疾病学》这一专著，从情志疾病的概念、历史沿革、情志活动的身心基础、情志疾病的病因病机、情志疾病的诊断、情志疾病的治疗到情志疾病的护理和预防等许多方

面，进行了系统的论证。这对于整理挖掘、继承和发扬丰富的祖国医学遗产，既具有重要的历史意义，又具有指导现代临床实践的重要价值，我深信广大中医界以及心理学界和医务界的同行们，一定是喜读这门专著的。

董建华

丁卯冬至于北京中医学院

前 言

情志，类同于现代所说的情绪、情感，情志疾病，是指那些与社会心理因素有关的、通过情绪的中介所导致的各种精神方面和躯体方面的疾病。情志疾病在中医学的整个理论体系中有着丰富的论述，占据了重要的地位，这些理论一直有效地指导着临床实践。随着历代医家的不断探索和积累，发展至今，它已形成了独具特色的一大学说。

当今世界，医学正迈进“社会——心理——生物医学模式”的新时期，疾病谱和死亡谱的改变，迫使人们必须认真地对待由社会心理因素所导致的、与情绪变化密切相关的各种病症的诊治和研究问题。因此，中医学中有关情志疾病的内容，其现实意义和实用价值就日益突出，不仅本科学生迫切需要有关这些病症诊治的基本理论、基础知识和技能，广大的临床工作者也需要了解这一方面的系统内容及其研究进展。为此，1986年初由福建中医学院和上海中医学院倡议，发起了《情志疾病学》选修教材的编写工作，这一工作不仅得到了卫生部及国家中医管理局有关领导的肯定和赞赏，福建中医学院和上海中医学院有关领导的大力支持，还得到了江西、天津等十多所中医学院和部分医学院校及其附属医院、医院的有关领导和专家、学者、教师及医师的积极配合和帮助。

本书于1986年年底始动笔，1988年1月在福建中医学院召开了统稿会议，会上作者们进行了认真的讨论，确定了修改意

见，与会的上海精神卫生中心的金德初主任、南京中医学院的杜文东老师、广西中医学院的闵范忠副教授、北京中医学院的宋乃光老师、河南中医学院的李雁老师和上海中医学院的何星海老师等也都提出了宝贵的意见。福建中医学院的杜建院长、张安楠副院长及福建省教委的吕庆云处长等则亲临统稿会议，给予具体的指导和鼓励。福建中医学院的刘福英、黄玉良、汤敏、吴秀玲、陈重艺等也给予大力帮助，在此一并致以谢意。

本稿大部分章节由叶锦先副研究员、杨光华讲师、和施毅老师修改，朱广仁副教授修改了部分稿件。其中第八章常见情志疾病各论，则由叶锦先副研究员根据各作者的原稿，作了较大的调整，重新撰写。最后，何裕民特聘副研究员、杜建副教授、盛国荣教授和杨护生教授审阅了书中的部分章节。

本书是全国二十多个单位、四十多名专家、学者和医师合作的结晶。由于情志疾病的内容既有着渊远的历史、丰富的古人经验，又有着不断涌现的新成果，且有不少学问横跨东西方，国内尚无这方面的现存模式可供参照，因此，难度较大。我们的工作只是尝试性的，在这过程中难免有不妥之处，望同道批评指正，以便我们在今后修订再版时不断充实完善。

《情志疾病学》编写组

1988年2月

目 录

序 前 言

一、导言	(1)
(一) 情志与情志疾病的概念与范畴	(1)
1. 情志的概念	(1)
2. 情志疾病的定义	(4)
3. 情志疾病学的研究范畴	(7)
(二) 中医学对情志疾病认识的历史沿革	(8)
1. 先秦两汉时期	(8)
2. 晋至五代十国时期	(12)
3. 宋、金、元时期	(13)
4. 明清时期	(16)
5. 近代及现代的有关进展	(19)
(三) 研究意义及其方法	(21)
1. 研究意义	(21)
2. 研究方法	(22)
二、情志活动的心身基础	(24)
(一) 中医学的心身整体观	(24)
1. 人是有机整体	(25)
2. 人与自然环境、社会环境的统一性	(25)
3. 形质神用的生命观	(27)

(二) 情志与心神活动·····	(27)
1. 中医学对心理活动的认识·····	(27)
2. 情志的产生·····	(32)
3. 情志的分类·····	(35)
4. 情志与认识过程、意志过程的关系·····	(37)
(三) 情志与形体机能·····	(39)
1. 情志与气血·····	(40)
2. 情志与脏腑·····	(42)
(四) 情志问题的现代认识·····	(45)
1. 情绪、情感及其分类·····	(45)
2. 情绪、情感的生理机制·····	(47)
三、情志疾病的病因病机·····	(52)
(一) 内伤七情论·····	(52)
1. 情志异常是重要的致病因素·····	(52)
2. 情志致病的条件·····	(54)
3. 引起情志异常的常见原因·····	(56)
(二) 情志致病的机理·····	(57)
1. 扰乱气机·····	(57)
2. 耗伤血气·····	(59)
3. 损及脏腑·····	(59)
4. 情志致病的特异性与非特异性·····	(60)
5. 情志异常与疾病转归·····	(62)
(三) 个体因素和情志疾病·····	(62)
1. 个体素质的内涵·····	(63)
2. 个体禀赋与情志疾病·····	(68)
3. 自身经历和情志疾病·····	(69)
(四) 社会环境与情志疾病·····	(70)

1. 家庭环境	(70)
2. 生活背景	(71)
3. 职业因素	(72)
4. 人际交往	(74)
(五) 情志致病的现代研究	(75)
1. 社会心理刺激	(75)
2. 情绪致病的中介机制	(78)
3. 个体的易罹性	(80)
4. 病理过程的特异性与非特异性研究	(81)
四、情志疾病的诊断	(83)
(一) 情志病变的常见症状	(83)
1. 精神情感的异常	(83)
2. 消化功能的异常	(84)
3. 气血运行的异常	(85)
4. 疏泄功能的异常	(86)
5. 其它症状	(87)
(二) 体质、人格的测验	(89)
1. 体质的测验	(89)
2. 人格的测验	(90)
3. 体质、人格测定与情志疾病的诊断	(93)
(三) 社会因素的诊察	(95)
1. 家庭方面	(95)
2. 生活方面	(96)
3. 工作方面	(97)
4. 人际关系	(99)
(四) 具体方法	(99)
1. 望神法	(100)

2. 询问法·····	(101)
3. 闻声法·····	(103)
4. 切脉法·····	(104)
五、情志疾病的治疗·····	(106)
(一) 情志疾病的治疗原则·····	(106)
1. 一般性治疗原则·····	(107)
2. 特异性治疗原则·····	(108)
3. 建立良好的医患关系·····	(110)
(二) 心理治疗·····	(111)
1. 中医心理治疗方法·····	(111)
2. 现代心理治疗方法·····	(116)
(三) 情境疗法·····	(122)
1. 中医情境疗法·····	(122)
2. 现代情境疗法·····	(126)
(四) 药物治疗·····	(131)
1. 中药治疗·····	(131)
2. 西药治疗·····	(135)
(五) 特殊治疗·····	(141)
1. 气功疗法·····	(141)
2. 音乐疗法·····	(144)
3. 生物反馈疗法·····	(147)
六、情志疾病的护理·····	(150)
(一) 医患、护患关系的临床意义·····	(150)
1. 医护人员言语的双向作用·····	(150)
2. 医护人员非言语的影响因素·····	(152)
(二) 患者的心理状态·····	(153)
1. 病人角色的适应不良·····	(154)

2. 人格特征不够健全·····	(155)
3. 心理过程的稳态失调·····	(156)
4. 劣性心情郁结持久·····	(158)
(三) 心理护理的主要方法·····	(159)
1. 陌生环境移情法·····	(159)
2. 性情偏失知节法·····	(161)
3. 医患关系协调法·····	(163)
4. 康强心切悟解法·····	(165)
七、情志疾病的预防 ·····	(167)
(一) 心理卫生的原则·····	(167)
1. 中医心理卫生原则·····	(168)
2. 心理卫生的工作范围和内容·····	(170)
(二) 情绪的控制与调节·····	(172)
1. 豁达法·····	(172)
2. 松弛法·····	(173)
3. 节怒法·····	(173)
4. 平心法·····	(174)
5. 自悦法·····	(174)
6. 其他不良情绪的纠正·····	(175)
(三) 环境的调节·····	(176)
1. 自然环境的调节·····	(176)
2. 社会环境的调节·····	(180)
3. 自然环境与社会环境的互相协调·····	(183)
八、常见情志疾病介绍 ·····	(184)
(一) 情志疾病概述·····	(184)
(二) 常见情志疾病·····	(187)
1. 郁证·····	(187)

2. 脏躁	(194)
3. 梅核气	(198)
4. 惊悸	(204)
5. 不寐	(209)
6. 奔豚	(213)
7. 百合病	(217)
8. 厥证	(221)
9. 失志	(225)
〔附篇〕	(230)
附一、情志证治医案选	(230)
附二、应激学说	(242)
附三、简介神经症及其治疗	(250)

一、导 言

（一）情志与情志疾病的概念与范畴

情志与情志疾病是中医学理论体系中的重要概念，也是祖国医学心理思想中的重要命题。关于情志与情志疾病，中医学有着精辟的论述，并在临床的运用中积累了极其丰富的经验，形成和发展成为独具特色并自成体系的情志疾病学说。

1. 情志的概念

情志是机体在心神的主导和调节下，对客观事物的特殊反映形式，是人对于客观事物是否能满足自己欲望而产生的体验。在一般情况下，情志属于正常的心理（心神）活动范围，包括现代心理学所说的情绪、情感过程，也涉及到认识过程。

情志的概念，在中医学中可做以下三个方面的规定：

（1）情志属于“神”的范畴，《内经》认为：“心藏神”，因而心在人的情志活动中起着主导作用；

（2）情志是以心神为主导的，与五脏活动（气血）有关，是相互协调的脏腑功能活动的表现形式；

（3）情志是机体在外界环境的刺激和影响下，外内综合作用的结果。

“情志”一词，古已有之。如《诗周南关雎》中说：“窈

窈淑女，琴瑟友之。”唐·孔颖达疏：“以琴瑟相和，似人情志，故以友言之。”但在《内经》、《诸病源候论》等较早的古典医籍中，却未见到情、志联属成词。直至明清时期，“情志”一词才在中医学中得到广泛应用。如李中梓《医宗必读》：“恐者肾之情志”；《医部全录》专列“情志门”讨论以情志异常症状为主的疾病等。

关于“情志”的涵义，分而言之，“情”，指情感情绪。《荀子·正名》说：“性之好恶喜怒哀乐，谓之情。”《三因方》：“七情志，喜怒忧思悲恐惊。”“志”，在中医学中有多种含义，有指记忆，有指意向。而情志之“志”，依然指的是人的情绪活动特征。《左氏昭二十五》：“民有好恶喜怒哀乐，生于六气，是故审则宜类，以制六志。”疏：“情动为志。”《素问·阴阳应象大论》提出“五志”。指出：肝“在志为怒”，心“在志为喜”，脾“在志为思”，肺“在志为忧”，肾“在志为恐”。可见这里的“志”与“情”同义。因此，中医学所说的情志，主要指人的情感过程、情绪状态，这一点从以下情志内容的具体分析中也可看出。

关于情志内容的分类，各家看法不一。孔子提出“喜怒哀惧爱恶欲”之七情，而荀子的七情则是“喜怒哀乐爱恶欲”。老子也将情志归纳为七，曰“喜怒忧悲好憎欲”。《记乐》提出“哀乐喜怒敬爱”六种情志。《左传》、《白虎通》也言六情，前者“好恶喜怒哀乐”，后者“喜怒哀乐爱恶”。《吕氏春秋》将人的情志活动归纳为“喜怒忧恐哀”五志。明代张介宾主张“喜怒思忧恐惊悲畏”八情。清初刘智则提出十情说，即“喜怒爱恶哀乐忧欲望惧”。但诸说对中医学影响最大的要算是《内经》中的“喜怒忧思恐”五志归纳法，以及宋代陈无择提出的“喜怒忧思悲恐惊”七情学说。

中医的七情、五志学说概括了人的情绪活动的基本状态，并与五行和藏象学说密切地结合起来。因而在临床实践中得到了广泛的应用。自中医七情、五志的概念提出后，历代医家多所宗之，“情志”一词也就成为七情五志的统称而被沿用至今。张介宾曾经说过：“世有所谓七情者，即本经之五志也。……情志所伤，虽五藏各有所属，然求其所由，则无不从心而发。”由上下行文来看，“情志”即七情五志之谓，当属无疑。因此，“情志”所指，应主要是喜怒忧思悲恐惊等人类的情感过程。倘若把情志解释为“情绪和意志的总称”则失于望文生义。

中医的七情五志或简称为情志，包括了现代心理学所说的喜怒哀惧人类情绪活动的四大基本形式。它们之间的复合、派生则构成了人类复杂多变的情志活动。人的情志活动虽有众多的表现形式，但根据特点，都可以把它们分成性质相互对立的两端，如爱与恶，喜与怒，积极与消极，肯定与否定等，这就是所谓的情志活动的两极性。关于情志活动的两极性，不少学者从中医学的不同角度进行了探讨，并提出了许多有益的创见。限于篇幅，这里不作赘述。但有一点应该指出，即情志活动的两极性不是绝对的，不是固定不变的，而是相对的，在一定条件下，处于两极的情志可以相互转化。

例如，喜是一种积极肯定的情绪。《素问·举痛论》说：“喜则气和志达，营卫通利”。喜的心境有益于人的身心健康。但是如果暴喜或狂喜过度，则又可使心气涣散，神不守舍，甚则失神狂乱。故《素问·阴阳应象大论》说：“暴喜伤阳”，《灵枢·本神》说：“喜乐者，神惮散而不藏。”可见，积极、肯定的情绪用之太过则产生了消极、否定的作用。怒，一般认为是一种消极、否定的情绪。但怒作为人的基本情

感之一，是人的完整的心理结构不可缺少的一环。心理学认为，不能发怒的人或动物，必然受到同类的侵害。所以，从生物学意义上讲，怒是个体的自卫方式，具有积极、肯定的作用。从中医学的观点看，怒为肝之志，有节制的怒的外泄，有利于肝气疏泄调达。《医醇膳义》说：“夫喜怒忧思悲恐惊，人人共有之境。若当喜而喜，当怒而怒，当忧而忧，是即喜怒哀乐发而皆中节也。此天下之至和，尚何伤之有？”此外，一些被认为是消极、否定的情志，如怒忧思悲恐等，若使用得宜，还能达到以情治病的目的，发挥积极的作用。如《素问·阴阳应象大论》早就指出：“怒伤肝，悲胜怒”；“喜伤心，恐胜喜”；“思伤脾，怒胜思”；“忧伤肺，喜胜忧”；“恐伤肾，思胜恐”，即所谓中医独特的“以情胜情”疗法。综上所述，可以看出，对于机体来说，没有绝对有益的情志活动，也没有绝对有害的情志活动。情志活动的损益，不取决于情志的本身，而是以情志是否使用得当为转移。

2. 情志疾病的定义

上一节我们讨论了情志的概念，知道生理状态下的情志变化，是机体对于内外环境因素所产生的正常心理反应，是机体维持正常的生理活动和健全的心理状态下不可缺少的一环。在一般情况下，对机体是有益而无害的。但是，如果机体感受的情志刺激过于突然，过于强烈或持续时间过久，超过了机体所能调节的限度，则必然对机体的神形产生不利的影响，导致脏腑功能紊乱，阴阳气血失调，从而使机体失去健康状态而发生疾病。

社会心理因素对个体健康和疾病的影响，自本世纪初已开始受到人们的注意，并最终导致了心身医学和心身疾病等新概