

中医心理疗法辅助中药治疗斑秃的研究

鲍作臣

(哈尔滨医科大学大庆校区 黑龙江 大庆 163319)

摘要:斑秃患者由于沉重的心理压力和负担,对于本病的恢复具有重要负面影响,与躯体症状形成交互的恶性循环,因此,加强患者的心理调适对于本病的治疗具有重要意义。中医在心理治疗方面有着丰富的经验,中医临床采用的心理治疗方法可概括为:转移注意、劝说开导、暗示开疑、顺情从欲等方法。笔者几年来采用中医心理疗法辅助中药治疗斑秃取得了较好的疗效,在这里与各位同仁共同探讨。

关键词:中医心理疗法;斑秃

中图分类号:R229 **文献标识码:**A

Study on TCM Psychotherapy in Assisting Treatment of Patients with Tenea Decalvans

BAO Zuo - chen

Daqing Branch, Harbin Medical University, Daqing, 163319, Heilongjiang, China

ABSTRACT: Heavy psychological pressure and burden of the patients with tenea decalvans unfavourably influenced the rehabilitation of this disease, resulted in the forming vicious circle with the body symptoms. Therefore, strengthening the psychological adjustment to the treatment is of great significance. Traditional Chinese medicine(TCM) is rich in psychological treatment experience, and what TCM psychological treatment is, in clinical application, can be summarized as follows: the transfer of attention, advice and enlightening, explaining difficult points by suggesting, being reasonable from desire. In a word, in the past few years, using TCM psychological therapy with Chinese medicine to treat the patients with tenea decalvans achieved good curative effect.

Key words: Traditional Chinese medicine(TCM) psychological therapy; Tenea decalvans

临床观察发现,心理性因素在斑秃的治疗过程中占有举足轻重的地位,因为中医历来强调身心并治,且认为中医的心理疗法与其他疗法一样,是医治疾患、提高疗效的方式之一。心理调适在斑秃治疗中还未引起高度重视,因此,笔者就斑秃治疗的中医心理疗法,身心并治问题进行浅探如下。

医学认为,肝藏血、肾藏精,肝肾不足,精血亏虚为脱发主要病因,同时与血热生风、肝郁血瘀、脾虚血弱等有关^[1]。祖国医学经典著作《诸病源候论》中写到:“人有风邪,有于头,在偏虚处,则发失落、肌肉枯死,或如钱大,或如指大,发不生,亦不痒,故为之鬼舔头。”古人所云鬼舔头系指块状脱发而言,其脱落处或如铜钱大小,或如指肚大小,患处不痛不痒。同时,古人也知道,鬼舔头非鬼所为,而是风邪侵袭正气虚弱的人体而发病的,一旦风邪侵入头部,而头部阳气不足便致脱发。

中医内治^[2,3]、外治结合梅花针扣刺等^[4,5,6]已取得较好疗效,而随着医学模式逐渐向“生理-心理-社会”模式转化,斑秃的发生不仅仅有单纯的生物因素,而且,其社会心理因素与斑秃之间的关系逐渐被认识到。斑秃的发生、加重、缓解与患者的精神紧张和心理压力有密切关系,是典型的心身疾病^[7]。因此,进行心理疏导,使病人对疾病有较好的认识,进行积极的配合治疗,便能得到很好的效果,从这一方面来讲,心理疗法治疗斑秃有着积极的意义。

中医在心理治疗方面有着丰富的经验,如《素问·疏五过论》指出:精神内伤,身心败亡。《灵枢·师传》篇所言: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。张介宾认为:形者神之体,神者形之用。无神则形不可活,无形则神无以生。

1 中医心理治疗原则

《素问》曾指出:精神不进,志意不治,故病不可愈。如果我们在治疗斑秃的时候,只考虑生理和病理的变化,不从心理上精神上进行治疗,疾病是很难治好的。《医宗必读》强调:境缘不偶,营求未遂,深情牵挂,良药难医。所以历代的医师都认为:善医者,必先医其心,而后医其身。这说明中医理论一贯心理因素在治疗中的能动作用。中医认为本病常由青年之人,血热内盛,复由心绪烦躁,七情不遂,郁久化火,火热内蕴,热盛生风,“风动叶落”,毛发因之秃落。精神情绪变化是本病的重要原因之一,只要在日常生活中尽量保持情绪的稳定,充足的睡眠,可以防止因精神刺激、疲劳过度引起的斑秃。中医学历来重视心理因素在治疗中的作用。《素问·汤液醪醴论》指出:“精神不进,志意不治,故病不可愈。”清·赵彦晖说得深刻:“无情之草木不能治有情之病,以难治之人,治难治之病,欲凭三寸不烂之舌以治之。”这就是历史医家总结的“心病还须心药医”的经验。整体观的中医心理学的基本观点,其中尤其强调心身统一。由于心身之间的密切关系,同时心理治疗会产生生理效应,有时调整心理障碍也可借助于生理功能的调整。因此,中医心理疗法主张“心身并治”,在治疗方法上可以“治神”(使用心理学方法)与“治身”(使用针药等躯体疾病的治疗方法)并用;在治疗效果上追求“心”、“身”并调。《景岳全书》中指出“若思郁不解致病者,非得情舒愿遂,多难去效”^[8]。

1.1 医师要有健康的心理素质

医师的其言行、精神状态对病人影响极大,接诊时良好的精神状态,可使病人感受鼓舞,充满信心,从而愿意倾吐自己内心的苦恼。在为病人做心理治疗时,言谈举止、亲切大方,

作者简介:鲍作臣,(1974-),男,中西医结合,硕士学位,讲师

hzett@chinaren.com

(收稿日期:2006-04-08 接受日期:2006-05-10)

并能耐心倾听病人陈述,想方设法为病人解除心理上的忧愁。用医师和善、诚恳、热情耐心的态度,赢得病人的信任,方可获得可靠的信息。

1.2 向患者介绍有关的医学常识

医师在初步掌握患者病情之后,应适时向病人介绍有关糖尿病的医学知识,以消除患者因缺乏对该疾病认识或错误理解而产生的不良情绪。此外应告诉患者防治的基本方法,如怎样控制饮食,调节情绪等。并根据患者的个性心理特点,进行指导与帮助。

1.3 建立良好的医患关系

心理治疗中的医患交往与一般躯体疾病的治病过程的医患交往有所不同,后者多半是医师与患者双方参与而以医师为主导,而前者则是以患者为中心的多向交往,在这一过程中不仅医师参与治疗,其他与患者有接触的人员,如护士、家属及其生活圈内的其他有关人员都不同程度地与患者形成一种治疗性交往关系。因为心理治疗的本质是患者情绪、认知上的调整,个性的重新塑造或是对环境适应能力的增强,所以治疗的成败还直接与患者的态度、认识及与医师的配合情况有关。张介宾在《类经》中强调治疗情志内伤之症,必“病与医相得,则情能相浹,才能胜利,庶乎得济而病无不愈”,意思是医患双方能够相互沟通,相互合作,是取得疗效的基础。医师良好的医德修养,精湛的医术,洞析患者心理症结或需求并能给予解开或满足的高超才能,是取得患者信任、建立并保持这种良好医患关系的关键。此外,医师还要积极争取患者家庭与所处社会环境的合作,创造一种和睦、良好的家庭与其社会生活环境的氛围、防止、减少病人心理冲突,提高心理治疗效果。

1.4 医师要有目的、有计划地针对每一位病人,事前做好准备,治疗时间以1h为宜,治疗后做好记录。治疗的房间应该布置在安静的环境中,要简易舒适、整洁调和。

2 中医心理治疗的方法

中医临床采用的心理治疗方法是多种多样的,结合古今名家的经验,我们在治疗斑秃的时候,可以采用以下的方法:

2.1 转移注意

转移注意就是把患者的注意力从疾病上转移到其他方面上,以便减轻病情或者使疾病好转。斑秃的患者,通常会把注意力集中在疾病上,害怕不易治疗,怕因为疾病的原因影响到工作、学习、生活,整天围绕着疾病胡思乱想,甚至紧张、恐惧,从而导致病情加重。对于这种情况,可以采用转移注意力的方法,转内痛为外痛,以不治为乃治。通过分散病人对疾病的注意力,使思想焦点从疾病转移到他处,或者改变其周围环境,使患者不与不良刺激因素接触,或者改变病人内心焦虑的指向性,使其在某种情感中解放出来,转移到另外的人或者物上。《素问·移情变气论》说:古之治病,惟其移情变气。斑秃的发生与抑郁、焦虑情志有很大关系,而发病后便使抑郁、焦虑情志加重,形成恶性循环。在利用转移注意这种方法中,针对不同的病人,可采用琴棋书画、运动、旅游、垂钓等,依病人所好而施之,转移病人的注意力,使抑郁、焦虑情志得以排遣,从而达到移情的目的。正如《续名医类案》中说:“矢志不遂之病,非排遣性情不可”,“虑投其所好以移之,则病自愈”。

2.2 劝说开导

在一定的条件下,语言刺激对心理、生理活动都会产生很大的影响,因此利用语言这一工具,针对患者病情及其心理状态、情感障碍等,采取语言交谈方式进行说理开导,以消除其致病心因,纠正其不良情绪,解除病人的思想顾虑,提高战胜疾病的信心,使之能积极配合医生进行治疗,从而促进疾病的康复。有些斑秃患者由于医生不正确的言告,导致病人情绪极度低落,整日忧心忡忡,虽及时应用了一些药物,但效果不理想。针对这种情况,耐心地去与其分析斑秃的发病机制,告之并不是不可治,并指出不良精神因素对病情的加重起着重要作用。因此采用这种方法治疗斑秃的时候,要先取得病人的信任,对病人要耐心而且要有同情心,气氛要融洽,语言要谨慎,表达要确切。同时要针对不同病人的不同心理特点对症治疗。

2.3 暗示开疑

暗示疗法就是采用含蓄的、间接的方法,对病人的心理状态产生影响,以诱导病人在无形中接受医生的治疗意见,或者产生某种信念,从而达到治疗疾病的目的。正如《道枢·枕中》说:“瞑目内视,使心生火,想其疾之所在,以火攻之,疾则愈矣。”又《素问·调经论》说:“按摩勿释,出针视之,曰我将深之,适人必革,精气自伏,邪气散乱……”由于斑秃普遍被认为是顽疾,所以病人往往对治疗失去信心。故在应用暗示法时,医生首先应以坚定的神情和充满信心的口吻鼓励病人积极治疗,同时可通过一些精心设计的场景让病人无意中看到已经痊愈的病人或听到他们的现身说法,以增强其治疗信心。还可根据病情选用某些药物,侧重解决患者最为痛苦的一二个症状,并暗示其药效如何好,使病人看到希望,坚定治疗信心。病者多疑,“疑心生暗鬼”,得了斑秃的患者,容易产生各种各样的怀疑,或者小病怀疑大病,轻病怀疑重病,“怀弓蛇影”,疑虑成病,而通过解除疑惑,沉痾顿愈。所以采用开疑的方法来治疗斑秃就是根据病人存在的思想疑虑,通过一定的方法,解除患者不必要的怀疑或者猜疑,帮助患者去掉思想包袱,恢复健康。

2.4 顺情从欲

顺情从欲就是顺从病人的意志,满足病人的身心需要。人的一切活动都是为了满足心理或者生理上的需要,朱丹溪指出,男女之欲,所关甚大;饮食之欲,于身尤切。物质决定精神,需求的满足与否,都会影响到病人的情绪与行为。必要的需求不能满足,不仅仅影响到正常的生理活动,而且会影响到精神情志的病变。因此仅仅采用转移注意、劝说开导、暗示开疑等方法是不够的,还要在其生活的基本欲望得到满足时候,疾病才会好转。斑秃患者通常会有悲观失望的心理和自卑恐惧的心理,所以家庭的支持是很重要的,如果忽略了家庭的因素,就会造成很大的影响,家庭情境是斑秃患者身心环境的主要方面,不同家庭情境因素作为现实的对象能刺激患者产生不同的情感体验和情绪反应。而无论积极或消极的情绪作用个体,通过心理-生理的中介作用^[9],可产生正性或负性效应。

3 结论

中医认为肝藏血,发为血余,血虚不能随气荣养肌肤,故

毛发成片脱落^[10],也就是说脱发与肝脏有密切关系。斑秃的中医辨证一般可分为肝郁气滞、肝肾阴虚、血虚生风、血瘀毛窍证^[11, 12, 13]等。一般认为精神神经因素、免疫紊乱等与斑秃的发生密不可分,但精神神经因素是斑秃的常见诱因,如用脑过度、精神刺激、紧张、焦虑、抑郁、悲伤或惊恐等均可诱发该病^[14, 15, 16]。大多数斑秃患者的中医辨证属肝证,且多数斑秃患者存在不同程度的焦虑和抑郁,因此心理治疗和药物治疗同样重要,而斑秃患者心理变化十分复杂。不良的心理刺激可使中枢神经调节机能失调;可通过下丘脑影响神经内分泌系统,还可通过下丘脑及其控制分泌的激素影响免疫功能,从生理上改变人体原来的各种动态平衡,导致机体发病^[17, 18, 19]。不同个体在不同环境条件下以及疾病不同阶段,其心理反应不同。我们在接诊时应通过观察和了解患者的气质、态度,通过提问等方式及时准确地把握其心理状况;在制定治疗计划时要因人因病因时因地制宜针对不同心理特点,有的放矢地进行心理疏导。同时强调这种治疗一定要贯彻始终,才会取得明显而持久的效果。

参考文献

- [1] 邹德明. 复方斑秃灵搽剂治疗斑秃疗效观察[J]. 广西中医学院学报, 2002, Vol. 5, No. 3
- [2] 李继宏. 七宝生发汤治疗斑秃[J]. 山东中医杂志, 1994; (4): 32
- [3] 潘藩, 任启龙. 乌鸡白凤丸治疗斑秃 43 例[J]. 山东中医杂志, 1994; (4): 22
- [4] 席长征. “生发酊”治疗斑秃 110 例[J]. 江苏中医, 1994; 19(4): 349
- [5] 南万青. 斑秃治验[J]. 中医外治杂志, 1998; 7(6): 6
- [6] 李小衡. 养真生发冲剂治疗斑秃 251 例临床观察[J]. 湖南中医杂志, 1995; 11(1): 17
- [7] 赵志付, 刘仲喜. 中医心身医学理论与临床[M]. 北京: 中国科学技术出版社, 1994: 143- 144
- [8] 王金道, 刘勇, 郭念峰. 临床疾病心理学[M]. 北京师范大学出版社, 1994
- [9] 忻志鹏. 实用临床心理医学. 第 1 版[M]. 上海: 上海医科大学出版社, 1991: 40- 63
- [10] 王坤山, 吴立群, 全选甫, 等. 中西医临床皮肤病学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 1996: 374- 378
- [11] 朱学骏, 顾有守, 沈丽玉. 实用皮肤病性病治疗学[M]. 第 2 版. 北京: 北京医科大学、中国协和医科大学联合出版社, 1998: 416 - 417
- [12] 中华人民共和国卫生部. 中药新药临床研究指导原则[M]. 第三辑. 1997: 94- 95
- [13] 国家中医药管理局. 脱发临床指导原则. 《中药新药指导原则·第三辑》[J], 1999: 259
- [14] 秦万章, 朱仁康, 梁剑辉等. 脱发证治[J]. 中医杂志, 1986, 27 (12): 10
- [15] 倪容之主编. 现代皮肤病治疗学[J]. 北京: 人民军医出版社. 第一版. 1997: 556
- [16] 朱润横节译, 黄绶珠、沈仲文校. 斑秃的病因与治疗[J]. 国外医学·皮肤病学分册, 1999, (4): 73
- [17] 邱家全, 程浩, 孙国均, 等. 斑秃患者新喋呤水平测定[J]. 中华皮肤科杂志, 1996, (5): 371- 372
- [18] 侯玉波. 人格、社会心理因素与健康老龄化[J]. 中国临床康复, 2002; 6(17): 2523- 5
- [19] 梁浩材, 刘筱嫻, 罗金玉, 等. 行为因素与疾病的关系初步探讨[J]. 医学与哲学, 1983, 3(5): 20
- [14] Renshaw P S, Panagiotidou P, Whelan A, et al. Conclusive evidence that the major T- cell antigens of the Mycobacterium tuberculosis complex ESAT- 6 and CFP- 10 form a tight, 1: 1 complex and characterization of the structural properties of ESAT- 6, CFP- 10, and the ESAT- 6* CFP- 10 complex. Implications for pathogenesis and virulence [J]. J Biol Chem, 2002, 277: 21598- 21603
- [15] Hewinson R G, Michell S L, Russell W P, et al. Molecular characterization of MPT83: a seroreactive antigen of Mycobacterium tuberculosis with homology to MPT70 [J]. Scand J Immunol, 1996, 43: 490- 499
- [16] Nagai S, Matsumoto J and Nagasuga T. Specific skin- reactive protein from culture filtrate of Mycobacterium bovis BCG [J]. Infect Immun, 1981, 31: 1152- 1160
- [17] Camacho L R, Ensergueix D, Perez E. Identification of a virulence gene cluster of Mycobacterium tuberculosis by signature- tagged transposon mutagenesis [J]. Mol Microbiol, 1999, 34: 257- 267
- [18] Brosch R, Gordon S V, Mammiesse M, et al. A new evolutionary scenario for the Mycobacterium tuberculosis complex [J]. Proc Natl Acad Sci, 2002, 99: 3684- 3689
- [19] Rivera- Marrero C A, Ritzenthaler J D, Newburn S A, et al. Molecular cloning and expression of a novel glycolipid sulfotransferase in Mycobacterium tuberculosis [J]. Microbiology, 2002, 148: 783- 792

(上接第 69 页)