

doi:10.3969/j.issn.1674-4616.2021.03.020

• 医学传薪 •

黄光英教授运用补肾益气活血法辨治产后抑郁症经验*

吴 笑 董浩旭 张明敏 陈 琢[△]

华中科技大学同济医学院附属同济医院中西医结合科, 武汉 430030

关键词 产后抑郁症; 补肾益气活血法则; 名家经验

中图分类号 R249 **文献标志码** A

妊娠和分娩是女性一生中经历的重要事件, 产后抑郁症 (postpartum depression, PPD) 是妇女产后常见的心理健康问题, 系指产褥期 (尤其是产后 1 周内) 发生的重度抑郁症。有资料显示, 美国每年约有 11.5% 的新生儿母亲遭遇这一困扰^[1]。PPD 临床症状多表现为沮丧、焦虑、易怒、哭泣、睡眠障碍 (不包括与照顾婴儿相关的睡眠障碍), 或对婴儿的健康和喂养过度关注, 且大约有 20% PPD 妇女会出现自杀念头^[2]。PPD 既不利于产妇身心健康, 也不利于婴儿远期生长发育^[3], 给产妇及其家庭和社会带来沉重心理和经济负担。黄光英教授师承我国中医 (妇科) 大师刘云鹏教授和著名老中医 (妇科) 黄云樵教授, 现已从事中西医结合妇科临床、教学、科研工作 50 年余, 在中西医结合妇科领域积累了丰富的经验, 科研成果丰硕。黄师于 20 世纪 90 年代创造性提出“补肾益气活血法”, 并将其广泛应用于多种妇科常见病和疑难病的临床诊治。笔者有幸跟师学习, 现将其运用补肾益气活血法治疗 PPD 的临床经验整理总结如下。

1 PPD 中医病因病机

PPD 为现代病名, 因其在产后发病可归于产后诸症, 属中医“郁病”范畴。PPD 的有关阐述在中医古籍中多次提及, 如《诸病源候论·产后风虚癡狂候》较早论述了类似产后抑郁的病症。《妇人大全良方》分列有“产后癫狂、产后狂言谵语如有神灵、产后不语、产后乍见鬼神”等方论。《陈素庵妇科补解》载: “常症惊悸, 虽属心血虚衰, 不过忧思郁结所致。”《万氏妇人》提及: “心主血, 血去太多, 心神恍惚, 睡眠不安, 言语失多。”《医宗金鉴·妇科心法要诀》言: “产后血虚, 心

气不守, 神志怯懦, 故令人惊悸, 恍惚不宁也。”《经效产宝·产后心惊中风方论》云: “产后心虚, 忪悸不定, 乱语错误, 精神恍惚不主, 当由心虚所致。”《陈素庵妇科补解·产后恍惚方论》云: “产后恍惚, 由心血虚而惶惶无定也。心在方寸之中, 有神守焉, 失血则神不守舍, 古恍惚无主, 似惊非惊, 似悸非悸, 故安而忽烦, 欲静而反忧, 甚或头旋目眩, 坐卧不安, 夜则更加, 饥则尤剧……”《证治准绳》中亦有“产后心神恍惚, 言事失度, 睡卧不安”的描述。本病的发生与产褥期生理、病理特点相关。中医认为产后女性的生理特征为“阴血骤虚, 阳气易浮”及“多虚多瘀”, 产后抑郁的主要发病原因在在于产后精血亏虚, 五脏失于濡养导致五志之火内动扰乱神明, 进而肝气郁结, 出现情绪低落、抑郁寡欢等表现。

2 PPD 中医治法治则

中医对 PPD 的治疗重在辨虚实及气血, 分而治之。临证需细心观察早期情志异常的改变, 以防病情加重。《陈素庵妇科补解》在“产后发狂方论”中指出: “产后发狂, 其故有三: 有因气虚心神失守, 有因败血冲心, 有因惊恐, 遂致心神颠倒……因血虚者, 辰砂石菖蒲散。败血冲心者, 蒲黄黑荆芥散。因惊者, 枣仁温胆汤。总以安神养血为主。”明代《万氏妇人科》曰: “心主血, 血去太多, 心神恍如见鬼神, 俗医不知以为邪祟, 误人多矣, 获神散主之。”又云: “产后虚弱, 败血停积, 闭于心窍, 神志不能明了, 故多昏愤。又心气通于舌, 心气闭则舌强不语也。七珍散主之。”清代《医宗金鉴·妇科心法要诀》指出: “产后血虚, 心气不守, 神志怯弱, 故令惊悸, 恍惚不宁也。宜用伏神散……若因忧愁思虑, 伤心脾者, 宜归脾汤加朱砂、龙齿治之。”因此, PPD 病因病机可总结为: 心脾两虚 (心血不足)、肝气郁结, 瘀血内阻, 特点为“多虚多瘀”。病位与脾、肝、肾关系密切。

* 国家中医药管理局全国名老中医药专家传承工作室项目 (No. 国中医药人教函[2019]41 号)

[△] 通信作者, Corresponding author, E-mail: chenz@tjh.tjmu.edu.cn

3 补肾益气活血法则在 PPD 中的应用

黄光英教授擅长运用补肾益气活血与疏肝安神治则治疗 PPD。黄教授认为产妇产时失血, 气血亏虚, 致心血不足, 心神失养, 神明失守; 若又素性忧郁, 心虚胆怯, 气机不畅, 复因产后血虚, 致肝血不足, 肝失疏泄, 肝不藏魂, 魂不守舍。肝的疏泄功能和脾的运化功能相互为用, 肝藏血与脾统血相互协调, 影响着女性的生理机能。脾阳不足则气血化生乏源, 同时肝血化生不足, 可致心神失养。又因肝肾同源, 藏泄互用。肾阳为一身阳气之根, 而抑郁症以抑郁、功能低下、“不动”为主要表现, 可见其发病与肾阳虚亦密切相关。有研究认为肾阳虚可导致下丘脑-垂体-卵巢轴功能紊乱和单胺类递质含量变化, 从而引起抑郁症^[4]。因此 PPD 的治疗首先应注重补肾。根据阴阳互根原则, 温补肾阳的同时, 应兼滋补肾阴。此外, 产后“多瘀”亦不可忽视。产后元气亏虚, 加之哺育幼孩、劳倦耗气, 气虚无以行血, 致血行迟缓、涩滞; 血滞成瘀, 瘀血停滞, 上攻于心, 心神不宁。又因产后气虚无力运血, 致瘀血停滞胞宫, 败血上攻, 扰乱心神, 神明失常故见产后情志异常。针对瘀血内阻型 PPD, 黄教授善用活血药物, 因气为血之帅, 气行则血行, 临证用药常配伍益气之药。常用方药为黄芪、党参、熟地黄、山药、当归、白芍、川芎、丹参、白术、茯苓、柴胡、酸枣仁等, 其中熟地黄补肾填精为君; 黄芪、党参、茯苓、白术健脾益气, 助地黄补肾填精, 君臣配伍, 补肾益气相得益彰; 川芎、丹参清胞宫瘀血; 柴胡、酸枣仁疏肝安神; 诸药合用, 共奏补肾益气、疏肝通络、养血安神之功效。此外, 黄教授在治疗中也会运用针灸疗法, 针药结合以提高疗效。同时又强调中西医结合, 对于中药疗效不佳或抑郁症状严重或愿意服用西药的患者, 推荐使用抗抑郁药物治疗。此外, 黄教授常说, “女子以肝为用”, 肝木调达则经血按时而下, 孕育顺畅; 情志舒畅则百病远离; 故在日常接诊中, 注重对患者进行心理疏导, 以帮助排解患者郁闷情绪, 增强治疗信心。

4 验案举隅

患者刘某, 女, 28 岁, 2019 年 10 月初诊。主诉: 因乳汁过少感焦虑烦躁 2 月。自诉 2 月前顺产后, 乳汁分泌不畅, 奶水过少, 长辈给予压力, 投喂食用各种催奶汤后仍奶水不佳, 感焦虑烦躁, 伴睡眠欠佳, 多梦, 时有腰酸, 曾独自哭泣, 深深自责, 丈夫劝慰后仍无明显缓解, 与家人关系紧张。刻下: 患者神志清, 精

神可, 现无明显恶露, 情绪焦虑、烦躁, 食欲尚可, 二便调, 舌淡红, 苔薄, 脉弦数。脉证合参, 辨证属产后抑郁肝气郁结证。以补肾益气、疏肝解郁、镇静安神为治疗法则。方药如下: 熟地 20 g, 当归 20 g, 白芍 20 g, 黄芪 30 g, 党参 15 g, 麸炒白术 10 g, 茯苓 10 g, 柴胡 20 g, 酸枣仁 15 g, 合欢皮 20 g, 炙甘草 6 g; 共 7 剂, 为免煎剂, 1 剂/天, 分 2 次冲服。同时嘱患者多与朋友、家人倾诉, 可适量运动, 注意饮食, 不必强求母乳喂养。1 周后患者复诊, 诉目前仍有情绪焦虑烦躁, 但频率有所减少, 睡眠有所改善, 仍多梦, 要求服用中药促进乳汁分泌。守上方加川芎 10 g, 王不留行 15 g, 通草 10 g, 继服 7 剂。再次嘱患者多与丈夫沟通, 同时嘱患者家属多给予心理支持, 将关注力从婴儿转移至产妇, 切忌给患者施压。后患者未再复诊, 1 月后电话随访, 患者诉现选择混合喂养, 已无明显焦虑烦躁情绪, 与家人关系和谐, 因照顾婴儿, 睡眠仍欠佳, 但无多梦, 偶有因劳累易腰酸; 嘱患者多注意休息, 饮食均衡, 不适随诊。

5 小结

PPD 的病因病机与脾、肝、肾关系密切, 补肾益气活血法则在其中应用广泛。例如, 李秀玲^[5]采用益气养血安神方联合耳穴治疗心脾两虚型产后抑郁, 取得良好疗效。银萍^[6]采用参归仁和剂治疗产后抑郁, 可有效改善产后抑郁患者的抑郁情绪, 且安全有效, 参归仁和剂由人参、当归、酸枣仁组方, 具有大补元气、养血活血、宁心安神的作用, 体现益气活血法则的运用。补气类中药具有大量苷类及多种微量元素, 这些苷类及微量元素能够明显改变肠内益生菌结构, 促进肠黏膜损伤的修复, 改善抑郁行为^[7]。胡思荣应用柴胡加龙骨牡蛎汤、桃核承气汤治疗初产妇产后抑郁, 体现活血化瘀治则^[8]。上述病案中, 患者因产后缺乳出现情绪障碍, 而情绪障碍影响睡眠以及泌乳素分泌, 又会加重产后缺乳, 形成恶性循环。采用补肾益气活血联合疏肝安神法治疗后, 患者焦虑、抑郁情绪得到缓解, 生活质量明显改善。临床实践中除了中药治疗外, 针灸治疗或针灸联合心理干预治疗亦应用广泛。可见, 中医治疗 PPD 具有价廉、毒副作用少、易于接受、个体化等诸多优点, 临证中应注重辨证论治, 帮助患者平稳度过产后这一重要阶段, 促进生理及心理健康。

参 考 文 献

[1] Ko JY, Rockhill KM, Tong VT, et al. Trends in postpar-

tum depressive symptoms-27 States, 2004, 2008, and 2012 [J]. MMWR Morb Mortal Wkly Rep, 2017, 66 (6): 153-158.

[2] Wisner KL, Sit DK, McShea MC, et al. Onset timing, thoughts of self-harm, and diagnoses in postpartum women with screen-positive depression findings[J]. JAMA Psychiatry, 2013, 70(5): 490-498.

[3] Slomian J, Honvo G, Emonts P, et al. Consequences of maternal postpartum depression: a systematic review of maternal and infant outcomes [J]. Womens Health (Lond), 2019, 15: 1745506519844044.

[4] 江泳, 江瑞云, 陈建杉. 论肾虚与抑郁症发病的关联性[J]. 四川中医, 2009, 27(8): 30-31.

[5] 李秀玲. 益气养血安神方联合耳穴治疗心脾两虚型产后抑郁临床观察[J]. 陕西中医, 2017, 38(2): 230-231.

[6] 银萍. 参归仁和剂联合心理干预治疗产后抑郁 60 例[J]. 中国药业, 2014, 23(18): 104-105.

[7] 冯兴忠, 张娅南, 姜欣, 等. 加味补中益气汤促进肠道益生菌生长的实验研究[J]. 中国微生态学杂志, 2008, 20(2): 159-160.

[8] 李宝华, 李志焕, 马阳春. 胡思荣应用经方治疗初产妇产后抑郁经验[J]. 河南中医, 2016, 36(11): 1883-1884.

(收稿日期: 2021-02-03)

《中西医结合研究》编委会名单

名誉主编: 陈可冀

主 编: 黄光英

副 主 编: 吴伟康 陆付耳 沈 霖

编 委 (以姓氏笔画为序):

- | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 文秀英 | 方建国 | 王 平 | 王 伟 | 王 阶 | 王文健 | 王汉祥 | 王胜利 | 王硕仁 | 左新河 |
| 史载祥 | 刘 平 | 刘文励 | 刘行稳 | 刘沛霖 | 刘艳娟 | 刘鲁明 | 向 楠 | 吕志平 | 吕爱平 |
| 许先金 | 许树强 | 齐清会 | 余南才 | 吴 刚 | 吴伟康 | 吴根诚 | 吴献群 | 宋恩峰 | 张 英 |
| 张东友 | 张玉环 | 张红星 | 张京春 | 张明敏 | 张莹雯 | 李大金 | 李天望 | 李廷谦 | 李建武 |
| 李显筑 | 杜 建 | 杨明炜 | 杨胜兰 | 杨艳萍 | 沈 霖 | 连 方 | 陆付耳 | 陈 广 | 陈 琢 |
| 陈小野 | 陈 刚 | 陈家旭 | 陈海龙 | 陈维养 | 郑翠红 | 范 恒 | 金志春 | 金建年 | 易 屏 |
| 施 静 | 段逸群 | 胡少明 | 胡永红 | 胡思专 | 胡随瑜 | 胡家才 | 赵映前 | 赵健雄 | 唐旭东 |
| 夏仁云 | 涂胜豪 | 涂晋文 | 高 进 | 高思华 | 崔乃强 | 曹洪欣 | 梁晓春 | 黄 熙 | 黄世林 |
| 黄光英 | 黄冬梅 | 董竞成 | 谢 晶 | 谢纪文 | 雷 燕 | 蔡定芳 | 蔡贤华 | 穆大伟 | 魏军平 |
- 编 辑: 刘 琼 钟志艳