金季玲教授治療圍絕經期抑鬱症辨治思路

Differential treatment thoughts of Professor *Jin Jiling* in the treatment of perimenopausal depression

馬靜，閆穎 *MA Jing, YAN Ying*

（天津中醫藥大學第一附屬醫院婦科）

Email: majing2609@163.com

金季玲教授，天津中醫藥大學第一附屬醫院主任醫師，博士生導師，天津市名老中醫，第四批全國名老中醫藥專家學術經驗繼承工作指導老師，2012年全國名老中醫藥專家傳承工作室建設項目專家，從事臨床工作40餘載，診治圍絕經期抑鬱症者眾多，遣方用藥獨具匠心，經驗豐富，效果顯著，筆者跟師學習深受啟迪，現將其經驗介紹如下 。

〔摘要〕介紹金季玲教授治療圍絕經期抑鬱症的辨治思路，其認為該病的主要病機是腎虛肝鬱、心神失養，確立補腎疏肝、寧心安神治法，臨床善用滋水清肝飲治療，不囿於古方，隨證加減，同時配合心理治療，效果顯著 。

〔關鍵詞〕圍絕經期抑鬱症；辨治思路；金季玲

圍絕經期抑鬱症是發生在圍絕經期的一種精神疾病，常發生在絕經前後，以情感憂鬱、緊張和焦慮為其主要臨床表現，另外，還可能伴有疑病、嫉妒、妄想等，但無智力障礙，同時伴有內分泌功能尤其是性腺功能減退或衰老等[1]，給患者本人的身心健康、家庭和社會造成很大影響。根據圍絕經期抑鬱症流行病學調查研究顯示：我國圍絕經期抑鬱症患者佔圍絕經期人群的5.8%[2]，佔圍絕經期綜合症患者的78%[3]，同時隨着社會的發展，呈逐年上升的趨勢。在我國歷代醫籍中對於圍絕經期抑鬱症未有專題論述，也沒有與之相應的病名。根據其臨床表現，本病屬於祖國醫學「鬱證」、「臟躁」、「不寐」、「百合病」等範疇 。

1 求因——腎虛肝鬱、心神失養

《素問·上古天真論》曰：「女子……七七任脈虛，太沖脈衰少，天癸竭，地道不通，故形壞而無子也 。」腎主藏精，為先天之本，元陰元陽之根，婦女步入七七之期，腎氣漸衰，沖任二脈空虛，天癸將竭，因此金季玲教授認為，由於該病發生於腎氣虛衰、天癸將竭這一的特殊時期，就決定了在本病病因病機中「腎虛」起着主宰的地位。《素問·靈蘭秘典論》中謂：「肝者將軍之官，謀慮出焉」，說明五臟中肝與人的思維情緒變化等精神活動密切相關，肝的疏泄功能正常，則氣機調暢，氣血和調。《醫碥》中有「百病皆生於鬱……鬱而不舒，則皆肝木之病矣」；《古今醫統·鬱證門》云：「鬱為七情不好，遂成鬱結，既鬱之火，變病多端」；《丹溪心法》曰：「氣血沖和，萬病不生，一有怫鬱，諸病生焉。故人身諸病，多生於鬱」；《靈樞·本神篇》亦有：「愁憂者，氣閉塞而不行」，因此鬱症的發生與肝的疏泄功能異常有着密切的關係。金季玲教授認為圍絕經期的婦女在這特殊的時期，常常面臨諸多如社會地位、家庭關係，如贍養父母、

香港註冊中醫學會 Copyright HKCTM All Rights Reserved 版權所有

撫養子女、自身的工作、以及經濟條件等等問題，這些不良情緒常影響肝的疏泄功能，使肝氣鬱結，心情易於抑鬱，稍受刺激則抑鬱難解。心藏神，腎藏精生髓充腦，人的精神思維活動主司於腦，同時與心腎關係密切。正如《內經摶義》中記載：「心者生之本，神之變也；腎者主蟄，封藏之本，精之處也……精以養神，神藏於精」。只有腎精充足，心之神明髓海充盈，人的精神思維活動才能發揮正常。若腎精虧乏，不能上濟於心，則會出現憂悲、消沉等不良情緒。正如《景岳全書》中所說：「……其陰精血之不足，陰陽不交，而神有安其室耳？」同時若肝氣鬱結，肝失疏泄，肝不藏血，血不養心，則導致心神失養，神不內守，精神異常。因此金季玲教授提出腎虛肝鬱、心神失養，是圍絕經期抑鬱症的主要病理特點。

2 立法——補腎疏肝、寧心安神

金季玲教授在確立了圍絕經期抑鬱症是以腎虛肝鬱、心神失養為主要病機的基礎上，提出治療上當以補腎為主，正如《類證治裁》所提出：「使之神明下通於腎，腎之精華上升於腦，精能生氣，氣能生神，神定氣消」，因此治療上當以填補腎精為主，使髓海充足，心神得養，神志清晰；同時由於肝腎同源，精血同源，腎精衰少，則肝血亦虛，若血不濡肝，失其柔和涼潤之能，則氣機疏泄不利，鬱滯更甚，故益腎使精血得以互生，肝得濡養。《素問·六元正紀大論篇》曾指出：「鬱病雖多，皆因氣不周流，法當順氣為先。」因此吾師提出治療上應在補腎的同時，兼顧疏肝理氣、寧心安神。

3 遣方——滋水清肝飲

滋水清肝飲出自清代高鼓峰的《醫宗己任編》，方由丹梔逍遙散和六味地黃丸加減組成，共有熟地、山茱萸、淮山藥、柴胡、當歸、白芍、雲苓、澤瀉、山梔、丹皮、酸棗仁11味藥物組成，吾師認為熟地、柴胡為君藥，熟地填補腎精，柴胡疏肝解鬱，二藥共奏補腎疏肝之功；山茱萸、山藥、當歸、白芍為臣藥，山茱萸、山藥助熟地以滋腎，當歸、白芍助柴胡以柔肝；丹皮、茯苓、梔子、澤瀉、酸棗仁為佐使，共具養心安神、清熱除煩功效，全方可滋陰補腎、疏肝解鬱、寧心安神，腎精充足，肝氣疏達，心神得養則諸症悉平。現代藥理研究亦表明，六味地黃丸有類雌激素樣的作用，可以調理下丘腦－垂體－卵巢軸的功能[4]；丹梔逍遙散則有明顯的抗抑鬱作用[5]。吾師臨床上注重辨證論治，治療時在滋水清肝飲的基礎上隨證加減，如失眠重者加夜交藤、合歡花、酸棗仁以助眠；汗出明顯者則加麻黃根、浮小麥以斂汗；五心煩熱者，加知母、地骨皮以滋陰清熱；夾有痰濁、胸悶者加入陳皮、製半夏開鬱散濁；心慌者加丹參、郁金，以此加減治療，臨床效果顯著。

4 調攝——調理情志

金季玲教授認為女子七七之年，是婦女正常的生理轉折期，多數圍絕經期的婦女能夠順利的度過，但是若此時部分婦女受到多方面不良情緒因素的刺激，再加上婦女對該病缺乏正確的認識，因此會產生憂慮、恐懼等心理障礙，乃至抑鬱症的發生。因此吾師認為圍絕經期抑鬱症的發生除生理因素外，與心理因素有着密不可分的關係，該病在祖國醫學上屬於「七情致病」的範疇，《景岳全書·鬱》篇中曾提出：「以情病者非情不解」，因此吾師在臨床上治療圍絕經期抑鬱症患者時，醫身的同時注重醫心，專注心理調攝。治療中首先與患者進行良好而有效的溝通，使其

香港中醫藥學會 版權所有 Copyright HKCTM All Rights Reserved

能正確的認識疾病，幫助建立治愈的信心；鼓勵患者學會自我放鬆，釋放情緒，保持情志舒暢，保持開朗、樂觀、豁達的心情；其次還要與患者家屬進行有效的交流溝通，讓其充分了解患者的病情，理解患者的心情，在生活上及情感上為患者提供幫助。

參考文獻

〔1〕 Wulf H U. At last A new and precise international set of menopause related definitions〔J〕Menopause Management, 2003,19(1)47.

〔2〕 何敏慧. 城市社區更年期居民抑鬱、焦慮狀況及影響因素. 中華精神科雜誌, 1999.4(32):22-23.

〔3〕 衛生部繼續醫學教育委員會. 女性生殖內分泌性激素補充療法. 北京：北京醫科大學、中國協和醫科大學聯合出版社, 1999, 36.

〔4〕 楊蘭英. 六味地黃丸治療卵巢早衰的實驗研究〔J〕. 陝西中醫學院學報, 2002, 3(1):21.

〔5〕 徐志偉, 吳麗麗, 嚴燦等. 逍遙散和丹梔逍遙散抗抑鬱作用的實驗研究〔J〕.中醫藥學報, 2003, 31(3):16-17.

（編委：王如躍審校 2016.07.09）

香港註冊中醫學會 版權所有
Copyright HKRCMP All Rights Reserved