

Experience of Traditional Chinese Medicine in Treating Community People's Anxiety with "Xiaoyao Powder"

Yangzhou Shu¹ Aimin Zhang¹ Dongshu Li² Li Tao¹ Jin He¹

1.The Second Clinical Medical College of North Sichuan Medical College, Nanchong, Sichuan, 637000, China
2.Gaoping District People's Hospital, Nanchong, Sichuan, 637000, China

Abstract

He Jin, a famous old Chinese doctor, used the clinical experience of "Xiaoyao Powder" to treat people's anxiety, and randomly divided 100 patients who met the diagnostic criteria and inclusion criteria into the observation group and the control group. The observation group is treated with "Xiaoyao Powder" plus or minus formula, and the control group is treated with placebo for 1-3 months. After the treatment, observe the Zung Self-rating Anxiety Scale (SAS), Hamilton Anxiety Scale (HAMA) and 90 symptom self rating scale of the two groups of patients before and after treatment. The addition and subtraction of He Jinming's famous traditional Chinese medicine "Xiaoyao Powder" has achieved a unique effect in the treatment of anxiety, with a long duration, quick onset and good effect.

Keywords

Xiaoyao Powder; community population; anxiety; experience

中医运用“逍遥散”治疗社区人群焦虑情绪经验

舒杨洲¹ 张爱民¹ 李冬淑² 陶丽¹ 何进¹

1. 川北医学院第二临床医学院, 中国·四川南充 637000
2. 高坪区人民医院, 中国·四川南充 637000

摘要

何进名老中医运用“逍遥散”治疗人群焦虑情绪的临床经验, 将符合诊断标准和纳入标准的100例患者, 随机分为观察组和对照组, 观察组采用“逍遥散”加减方治疗, 对照组采用安慰剂治疗, 治疗1~3月。疗程结束后观察治疗前后两组患者的Zung氏焦虑自评量表(Zung Self-rating Anxiety Scale, SAS)、汉密尔顿焦虑量表(Hamilton Anxiety Scale, HAMA)、90项症状自评量表。何进名老中医的“逍遥散”加减治疗焦虑情绪取得独特的疗效, 治疗效应持续时间长, 起效快、疗效好。

关键词

逍遥散; 社区人群; 焦虑情绪; 经验

1 引言

改革开放40年以来, 随着社会的不断进步, 人们的物质生活越来越丰富^[1], 但伴随而来人们不断地放大自我对物质生活的追求^[2], 将自我内心的欲望无限放大, 不断追求汽车、房子、钱这些物欲横流的东西。房贷、车贷不断透支着

人们的生活, 物质的追求使得内心欲望被无限放大, 也使得人们的精神空虚, 内心的空白无法得到填满。物质和精神的空虚加重了社区人群的焦虑^[3]。

各类有精神疾病的患者发病率的研究以及它们的分布是目前精神障碍流行病学类调查热点之一^[4]。这些年来有许多研究者们运用标准化的方法让不同国家和地区以及种族跨文化的研究保持结论一致, 其中研究者认为精神类障碍的疾患是重大公共卫生类问题。当下研究者调查结果显示, 物质使用障碍、焦虑障碍、心境障碍患病的发病率在大多数人群中要远远高于患者精神分裂症的发病率^[5]。在焦虑障碍患者中患者的心境障碍、强迫症以及在重度的焦虑抑郁障碍患者在处于各种精神障碍患者的负担中是处于前列的^[6]。由此看来, 我们有必要对常见的精神类障碍患者开展调查, 并且通过这种描述在不同地域、时间以及人群中

【基金项目】2021年度南充市名老中医医案研究中心科研项目立项(YAZX21-YB-12); 2021年度南充市名老中医医案研究中心科研项目立项(YAZX21-YB-19); 2022年度南充市名老中医医案研究中心科研项目立项(YAZX22-YB-06)。

【作者简介】舒杨洲(1994-), 男, 中国四川南充人, 硕士, 住院医师, 从事康复、骨科研究。

的发病率,讨论疾病的一些危险因素,并且制订相关的预防控制的决策以及措施提供相关依据^[7]。

现代医学中,对于社区焦虑情绪治疗的药物,大多是精神类抑制类药物^[8],多数都对人们的身体有着副作用或者对人们的精神调控有着影响。社区焦虑人群本身情绪的焦虑加上药物的副作用,这些都形成了一个恶性循环^[9]。关注人们的心理健康问题已然显得十分重要。相关研究发现大部分受访者都有着一些焦虑以及恐惧,这让一些社区人群出现种种的心理类的问题,很多调查对象有轻度抑郁倾向^[10],甚至有的达到中度、重度和极重度抑郁。

中医中药是中华民族的伟大宝库,在治疗社区焦虑人群的经验中有着丰富的经验,中华文化上下五千年,在中华文明的传播和延续中,中医中药都起着至关重要的作用。中医是经验医学,以往都是“师带徒”的形式作为传承为主,但随着现代医学以及科学技术的进步与发展,一些中医名家的有效经验以论文、科研等方式得以传承,但这些往往是名中医自己或其学生为主要传承人。而一些地区的名老中医经验因医者本人不擅长科研或书写文章,使其宝贵的经验不能被广大的医学者知晓而丢失,这是中医学的重大损失。论文研究名老中医何进治疗焦虑情绪的中医思想及经验,将何进名老中医的经验传承给中医人,是全国的人民创造福祉。

何进主任医师作为四川省名老中医,有着丰富的治疗患者“焦虑情绪”的经验。何进名老中医集百家所长,结合多年丰富的临床实践经验,运用“逍遥散”加减方治疗患者“焦虑情绪”。“逍遥散”加减方是何进主任医师治疗“焦虑情绪”的独特代表方剂,在多年的临床实践中都取得了良好的疗效。为传承和发扬南充市名老中医的优秀医学经验,本课题分析“逍遥散”加减方治疗社区人群焦虑情绪的学术思想,观察“逍遥散”加减方在治疗社区人群焦虑情绪的临床疗效,为“逍遥散”治疗焦虑情绪提供了更可靠的临床依据,并通过研究报告、论文等方式将南充市名老中医的经验方分享给更广大的医家,为临床治疗“焦虑情绪”提供了新的思路以及方法。

2 关于逍遥散

2.1 逍遥散理论依据

逍遥散出自宋《太平惠民和剂局方》,其中原文有对“甘草、当归、茯苓、芍药、白术、柴胡的方药组成的描述。以及加入烧生姜切片,用薄荷少量,加水同煮,去掉药渣热服”的描述,不拘时候服用”。全方主治疏肝郁血虚脾弱证。此方药中运用柴胡以疏肝解郁,让肝气得到调达通畅,做为君药。并且运用当归来养血以和血,用其药味的辛散,符合血中气药的作用,加上白芍用来柔肝养血,入里以达到缓急止痛的效果,以上当归、白芍、柴胡一同使用,进而补充肝体助肝运用,从而使血气和则肝和,使血充则肝体柔,进而解决肝气郁滞的问题。五行相生相克,肝气郁滞则脾气

衰败,则辅助用甘草、白术、茯苓益气健脾,非但补充脾气来防治肝气郁滞而犯脾,则使卫气营血得以条达舒畅,共用为佐药。再加用少量薄荷,用以疏肝理气,从而达到透发肝经的郁热,再运用烧生姜来运脾和中,并且能够辛散以达郁,用作佐药。并用甘草来调和诸药,又可以当使药的作用。而据现代药理的研究发现柴胡有着抗焦虑抑郁的作用,而柴胡中提取的物柴胡皂苷能够通过抑制炎症因子,从而改善其通路,调节(HPA)轴功能的作用,进而发挥出抗焦虑抑郁的作用。而白芍提取物其作用可能是通过作用于神经递质调节其炎症因子,进而达到抗焦虑抑郁的作用,并且柴胡配合芍药的组合能很好地发挥抗焦虑抑郁的作用,进而显著地改善其病理组织的状况,当归水提物可能通过提高海马组织中单胺类神经递质和神经营养因子(BDNF)的含量来从而实现抗焦虑抑郁的作用。逍遥散在现代的药理学研究中发现,逍遥散有着调节中枢神经系统、免疫、内分泌、保肝、改善微循环、增加肠蠕动等作用,因此逍遥散治疗社区人群焦虑情绪有足够的理论依据支撑。

2.2 逍遥散临床疗效

2.2.1 一般资料

病例来源于2020年6月至2022年2月就诊于何进名老中医诊室的各社区焦虑情绪患者100例。所有患者均知情,同意参加本研究,在研究过程中未出现病例脱落。

诊断标准:患者表现为忧郁、心烦、肋部胀痛、失眠、多梦、易怒、急躁、易哭、担忧、常叹息、精神不振、食欲减退、头痛、头晕、目眩、咽中异物感、月经不调、口苦口干、舌质红、苔黄、脉弦等一系列因焦虑情绪引起的症状群。

纳入标准:①SAS评分>50;②均为第1次发病。

排除标准:①排除有着躯体类疾病所导致的精神障碍患者、情感类的精神障碍患者、脑器质性疾病精神障碍患者、应激相关性精神障碍患者、精神分裂症以及酒精、药物滥用史患者、分裂情感性精神障碍患者、偏执性的精神障碍患者;②排除肾病、高血压病、糖尿病、心脏病等其他严重的躯体疾病者。

2.2.2 方法

①病例分组:将100例患者随机观察组和对照组,观察组采用逍遥散加减方治疗,对照组采用安慰剂治疗,治疗1~3月。②临床干预方法:本研究选用SAS自评量表进行纳入病例筛选,选用HAMA、90项症状自评量表进行药物干预过程中的评定,各组连续治疗1~3月。

2.2.3 观察指标

分别以治疗前后HAMA量表评分作为各组疗效的观察指标,以治疗前后各量表相减的分值作为2个组间疗效两两比较的观察指标。统计学方法采用SPSS 20.0统计软件包对所收集资料进行配对t检验、方差分析及SNK两两比较检验,数据以 $\bar{x} \pm s$ 表示。以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

结果:①各组治疗前后自身情绪状况的比较见表1。

与本组治疗前比较,2组治疗后HAMA评分均显著降低($P<0.01$)。②组间疗效的两两比较HAMA总分差,组间差异无统计学意义,观察组显著高于对照组($P<0.05$),90项症状自评量表症状改善观察组显著优于对照组。

表1 各组治疗前后自身情绪状况的比较($\bar{x} \pm s$,分)

组别	例数	HAMA	
		治疗前	治疗后
观察组	50	25.59 ± 4.66	5.53 ± 0.91
对照组	50	25.47 ± 4.68	4.76 ± 1.22

注:与本组治疗前比较, $P<0.01$ 。

3 结论

随着经济、社会的不断发展,社区焦虑人群越来越多,而中医证型涉及范围有着许多,需要我们去辨证论治,望闻问切,进而提高我们诊断该疾病的水平。其中气郁化火、肝气郁结证型较广泛,而气郁化火的证候越明显的话,提示焦虑的症状会越重。何进名老中医运用“逍遥散”治疗社区人群焦虑情绪均展现出疗效好、副作用小、疗效持久、耐受良好的特点,HAMA、90项症状自评量表均明显改善,因人因地因时辨证论治使用逍遥散加减方解决患者身体不适。逍遥散加减方是治疗社区人群焦虑情绪气郁化火、肝气郁结证型的不错选择,同时在使用时也要注意辨证论治。存在的不足:本课题研究的样本量比较小、采样的范围较比较局限,并且研究的人员来源比较单一,期待以后更大的样本量、时间长、跨领域合作的奇特研究。值得高度重视的是,在今后的研究中应该大力加强精神卫生知识宣传和防治。对于精神障碍流行病学调查,未来的研究方向集中于探索获得真实可靠的社区精神障碍数据的途径,主要包括以下内容:在不久的将来我们将以精神类障碍的现况调查作为基础研究,不断地开展纵向类的队列研究问题,从而获得精神类障碍疾患的

较高准确率的发病率,进而更加真实地来评估该疾病对患者的负担,并且对患者精神障碍的发生所产生的社会心理危险因素做出干预。并且研究符合中国国情的调查质量控制手段以及方案,从而尽可能多地消除系统导致的误差。不断完善适合中国国情,具有良好可信度以及效度的社区类精神障碍流行病学调查工具。进而获得更加真实的数据、更好的临床以及患者做好服务工作。

参考文献

- [1] 傅新星,陈雪清,王硕,等.社区老年人群听力损失与认知功能下降及焦虑抑郁情绪的相关性分析[J].中国听力语言康复科学杂志,2022,20(4):246-251.
- [2] 张旭,刘勇,张守臣,等.中文版焦虑敏感性指数-3在社区人群中的应用:基于双因素模型[J].中国临床心理学杂志,2022(1):30.
- [3] 刘晓慧,曹寒,张晗,等.大气臭氧长期暴露对社区自然人群抑郁、焦虑和压力状况的影响[J].医学新知,2021,31(1):5-13.
- [4] 蒋怡华,季建林,范建红,等.上海市闵行区社区糖尿病患者抑郁、焦虑倾向筛查[J].现代预防医学,2018,45(21):3907-3910.
- [5] 位照国,戎笛声,杨颖佳,等.不同精神障碍对社区人群功能残疾和能力影响的横向比较[J].实用中西医结合临床,2018,18(7):31-33.
- [6] 寇小君,龚传鹏,刘修军,等.武汉市社区老年人群焦虑、抑郁现况及影响因素[J].中国老年学杂志,2018,38(10):2529-2531.
- [7] 李倩,李东霞.社区老年慢性病患者合并焦虑抑郁情绪研究进展[J].继续医学教育,2017,31(10):164-166.
- [8] Lee M, Loynachan C, Lamb M, et al. C-72 Comparison Between the Geriatric Anxiety Inventory and the Beck Anxiety Inventory: Differential Sensitivity in a Sample of Community Dwelling Older Adults[J]. Journal of Biochemistry, 2016,101(6):927.
- [9] 李晨虎,高文娟,张红,等.社区老年人群伴发抑郁和(或)焦虑的研究进展[J].中华脑科疾病与康复杂志(电子版),2016,6(2):109-112.
- [10] 廖金敏,王希林,刘粹,等.社区人群高血压共病焦虑抑郁障碍患病率和危险因素分析[J].中华高血压杂志,2014,22(4):400.