

• 理论探讨 •

基于“肾脑相济”理论浅析针灸治疗围绝经期抑郁症

王宝艺, 黄培冬*, 方佳, 李怡君, 尹朝飞, 邵先桃, 刘海静

(云南中医药大学第二临床医学院, 云南 昆明 650500)

摘要: 围绝经期抑郁症为当前困扰女性的一大疾患,其具有高发病率、低诊断率、反复发作等特点,越来越多地引起国内外学者的关注。该病属于中医学“郁证”“脏躁”“百合病”范畴。中医针刺疗法治疗本病有着明显优势,本文从“肾脑相济”角度入手,通过经脉络属、精神互用、精髓互化 3 方面浅析该病的病因病机和治疗原则,为针灸治疗和预防该病提供一定的理论基础和支撑。

关键词: 肾脑相济;围绝经期抑郁症;神志病;经络学说

中图分类号: R277.7

文献标志码: A

文章编号: 1000-2723(2025)06-0001-04

DOI: 10.19288/j.cnki.issn.1000-2723.2025.06.001

Analysis of Acupuncture Treatment of Perimenopausal Depression Based on the Theory of "Kidney and Brain"

WANG Baoyi, HUANG Peidong, FANG Jia, LI Yijun, YIN Chaofer, TAI Xiantao, LIU Haijing

(The second Clinical College, Yunnan University of Chinese Medicine, Kunming 650500, China)

ABSTRACT: Perimenopausal depression is a major disease that currently plagues women. It has the characteristics of high incidence, low diagnosis rate, and recurrent attacks. It has attracted more and more attention from scholars at home and abroad. The disease belongs to the category of "depression syndrome", "visceral irritability" and "lily disease" in traditional Chinese medicine. Acupuncture therapy of traditional Chinese medicine has obvious advantages in the treatment of this disease. From the perspective of "kidney and brain", this paper analyzes the etiology, pathogenesis and treatment principles of the disease from three aspects: meridian, spirit and essence, so as to provide certain theoretical basis and support for acupuncture treatment and prevention of the disease.

KEY WORDS: kidney and brain; perimenopausal depression; mental illness; meridian theory

抑郁症作为一种危害人类身心健康的常见病,布及各年龄组。据统计,围绝经期抑郁症(perimenopausal depression, PMD)的临床发病率为 46%,且呈逐年上升趋势^[1]。抑郁症在女性中患病率极高,其中 45~54 岁的围绝经期妇女患病率更高^[2]。围绝经期是女性月经周期变得不规律的间隔期,一般发生在 45 岁至 55 岁之间^[3]。PMD 是指妇女绝经前后因性激素波动或减少所致的一系列以自主神经系统功能紊乱为主,伴有神经心理症状的一组症候群^[4],且随着

社会的发展,女性的精神和生活压力也逐渐增加,且女性患严重抑郁障碍的风险几乎是男性的 2 倍^[5]。目前,药物治疗是围绝经期抑郁症的主要干预手段,但药物治疗存在治疗效果不一、副作用大、难以维持患者情绪稳定等问题^[6]。该病属于中医学“郁证”“脏躁”“百合病”范畴,中医针刺疗法有着相对安全、无明显不良反应、治疗效果显著等优势,本文从“肾脑相济”角度入手,通过经脉络属、精神互用、精髓互化 3 方面浅析该病的病因病机和治疗原则,为针灸治疗和预防

基金项目: 2024 年云南省专业学位研究生教学案例库建设项目“特色针灸疗法教学案例库”(30770103895);2024 年云南省针灸推拿防治脑病博士生导师团队(10170101868);云南省针灸推拿防治脑病创新团队(202405AS350007)

作者简介: 王宝艺(1999-),女,在读硕士研究生,E-mail: 1361481866@qq.com

* **通信作者:** 黄培冬(1983-),副教授,硕士生导师,研究方向:针灸治病的临床与基础研究,E-mail: yeruyun@163.com

该病提供一定的理论基础和支撑。

1 “肾脑相济”是围绝经期抑郁症的重要理论基础

围绝经期抑郁症属中医学“郁证”“脏躁”“百合病”等中医学情志病范畴,其发病与否,与绝经前后人体脏腑功能密切相关。《素问·宣明五气》云:“心藏神,肝藏魂,脾藏意,肺藏魄,肾藏志”,在五脏之中,肾为先天之本,藏精,生髓,通于脑,肾精充盈则生髓,而全身精髓均汇聚于脑,肾精充足,则脑髓充盈,精神饱满。因此,肾精是神产生的基本物质条件,也是情志活动的物质基础,如《黄帝内经》多处载有“肾者……精之处也”“两精相搏谓之神”等。肾精充足与否,又影响到天癸是否如期而至、如期而停。现代研究表明,围绝经期抑郁症患者常存在“下丘脑-垂体-肾上腺”(hypothalamic-pituitary-adrenal, HPA)轴异常,HPA轴过度兴奋可导致机体神经功能紊乱,从而出现抑郁症状,表现为海马组织中神经元的受损或数量减少^[7],而 HPA 轴与中医肾脑理论具有高度相关性^[8]。因此,通过调节 HPA 轴功能以及促进海马增殖从而促进神经元轴突再生,保护神经元,可促使其紊乱的功能逐渐恢复正常,从而控制此病的进展。

可见,肾脑二者相辅相成。若肾气衰弱,肾精亏虚,精虚则脑髓化生无源,脑髓亏虚,从而导致神志失于濡养,精神意识活动受损,则出现抑郁焦虑、感情淡漠等情志疾病^[9]。

2 “肾脑相济”的理论基础

2.1 经络属为“肾脑相济”的结构联系 经络属是肾脑相济的结构联系。如前所言,妇女七七天癸竭,冲任二脉虚少,肾气亦渐渐衰弱,故该病之根在肾,而脑为元神之府,情志活动多与脑部功能密切相关,故该病之本为脑。在经络系统中,足太阳膀胱经、足少阴肾经、督脉均直接或间接将肾与脑相关联,使经络属成为“肾脑相济”的结构基础。如《灵枢·经脉》所载:“膀胱足太阳之脉……其直者,从巅入络脑……挟脊抵腰中,入循膂,络肾,属膀胱”,点明足太阳膀胱经的直行主干从巅入络脑,下络肾经,在经络循行上把肾与脑联系在一起。又如《素问·骨空论》曰:“督脉者,起于少腹,以下骨中央……贯脊属肾,与太阳起于目内眦……入络脑……入循膂络肾”,亦说明督脉通过与足太阳经“上额络脑”及“下项络肾”,突出了督脉联系肾与脑的作用。脑居人体之高位,肾居下焦,二者通过

足少阴肾经,足太阳膀胱经与督脉相联系,形成“肾脑相济”的基础,即“脑-督脉-肾”子午线,也称为生命线,由此使得肾中精气沿着此线上达脑,濡养脑窍,上下沟通,构成人体生命活动的根本^[10]。

2.2 精神互用为“肾脑相济”的体现 首先,中医学强调整体观念,五脏一体观与形神一体观均是中医整体观的直接表现形式。其次,精神互用在于肾精为脑调控神志活动的重要物质基础。如《灵枢·本神》曰:“生之来谓之精,两精相搏谓之神”,此处所述“精”便为先天之肾精,由父母之精气所化生,藏及肾中,肾精充盈后可生脑髓,主司神志活动。肾主志,脑主精神,且脑为主司人体思维神志的“统帅”,而二者相互配合可共同主司精神活动与思维活动^[11]。再次,脑为元神之府,脑在神志病中具有重要地位,精神刺激会导致脑的气机失调。研究发现通过电针刺激百会、四神聪可通过升高围绝经期抑郁模型大鼠脑组织中单胺类神经递质的含量来达到抗抑郁的作用,从而缓解临床症状。百会与四神聪都位于巅顶部,为健脑开窍的重要穴位^[12]。郑盛惠等^[13]通过临床试验证实了针刺四神针可明显改善患者的抑郁状态;四神针位于头部,属督脉和足太阳膀胱经所经过区域,其与经外奇穴四神聪有一定的联系,也有一定的区别。通过针刺此头部四穴,可达到脉道通利、清阳上升、气血上荣于脑的目的。

2.3 精髓互化为“肾脑相济”的基础 精髓互化为肾脑相济的作用基础。肾生髓,脑为髓海,肾精和脑髓均是维持人体正常生命活动的物质基础,而肾精直接决定脑髓的生成^[14]。肾藏精,为先天之本,主生长、发育和生殖,《素问·六节藏象论》:“肾者,主蛰,封藏之本,精之处也”。脑为元神之府,主人体的神志、记忆、生理活动等基本功能。《灵枢·经脉》云:“人始生,先成精,精成而脑髓生”,说明脑髓的生成依赖于肾中精气的充实、后天水谷精微的濡养及五脏六腑之精的滋润。《黄帝内经》记载:“肾主骨,生髓,通于脑”,体现了肾中精气的充盈可濡养脑窍,维持脑的正常生理功能,肾精满则脑髓得以濡养,肾精虚则髓海空虚,百病始生。武峻艳等^[15]从基础和临床多个角度探讨肾与脑的相关性,也揭示了肾病与脑病之间相互为用。围绝经期抑郁症的发病根本是肾气亏虚,病程日久则导致肾精生化不足,脑髓失于濡养而失充。故围绝经期抑郁症求其本则应补肾充髓。

2.4 现代医学中的“肾脑相济”理论 现代医学研究表明,慢性应激所导致的疾病尤其是围绝经抑郁症与下丘脑-垂体-肾上腺轴(HPA轴)关系的研究日益受到关注。而部分学者认为,“下丘脑-垂体-肾上腺”(HPA轴)与中医肾脑理论有相关性^[16]。HPA轴过度兴奋可导致机体神经功能错乱,从而出现抑郁症状,因此,抑郁症患者常存在HPA异常,海马组织中神经元的受损或数量减少^[17]。而HPA轴应激反应的高级调节中枢是海马,是应激反应直接作用的靶器官,它的损伤在各种应激所致的疾病中起着关键的作用。所以,现代医学多通过调节HPA轴功能以及促进海马神经元的增殖等,使其紊乱的功能逐渐恢复正常,从而治疗抑郁症。

3 基于“肾脑相济”理论的针灸治疗围绝经期抑郁症

3.1 神志病需求其本——补肾健脑 脑为元神之府,与五脏六腑功能密切相关,王清任在《医林改错》中指出脑与脏腑之窍——耳、眼、鼻等五官直接相联系:“两耳通于脑,所听之声归于脑……两目系如线,长于脑,所见之物归于脑……”,若脑髓失养,则会导致肾气亏损。基于“肾脑相济”理论,肾脑同治最重要的就是从肾来论治,根据“治病必求于本”的治疗原则,补益肾气、推动肾精的生成、促进脑髓的充盈,以减轻相应的神志症状,最终缓解其临床症状是治疗此病的基本思路。荆秦等^[18]基于“肾脑相济”理论,取肾俞、三阴交、百会3穴进行艾灸治疗,探究此疗法对围绝经期抑郁症大鼠海马神经胶质细胞S100 β 、CNPase蛋白的影响,证明了艾灸此穴位可使神经干细胞分化为神经胶质细胞,利于修复受损的神经,提高海马神经的活性,从而治疗围绝经期抑郁症。“天癸”是人体肾精充盈到一定程度而生成的一种精微物质,能够促进人体的生殖和发育,肾精的充足与否,与天癸的至与竭密切相关。有研究表明,围绝经期抑郁症模型大鼠常伴有海马区神经元细胞失活现象^[18],这可能与“七七天癸竭”相关,海马区神经元细胞失活从而导致抑郁的发生,周歆^[19]基于“肾脑相济”理论,创新性提出了“肾-天癸-脑”这一理论,电针刺激大鼠百会、肾俞、三阴交,证实了中医“肾-天癸-脑”理论体系与SDF-1/CXCR4轴激活的骨髓间充质干细胞来源外泌体的海马神经元靶向性修复能力相统一。

3.2 神志病需调其神——健脑调神 唐容川说:“人

之才智均出于脑髓。”王清任云:“灵机记性在脑不在心”“癫狂一症乃气血凝滞脑气”,说明精神刺激会导致脑的气机失调,指出脑在神志病中的重要地位。脑为元神之府,神志活动等均出于脑,且脑虽为奇恒之府,但其与五脏功能密切联系。因而从脑论治神志病是非常重要的。研究通过电针刺激百会、四神聪,证实了此法可通过升高围绝经期抑郁症模型大鼠脑组织中单胺类神经递质的含量来达到抗抑郁的作用,从而缓解临床症状^[20]。百会与四神聪都位于巅顶部,为健脑开窍的重要穴位^[20]。郑盛惠等^[21]通过临床试验证实了针刺四神针可明显改善患者的抑郁状态,四神针位于头部,属督脉和足太阳膀胱经所经过区域,其与经外奇穴四神聪有一定的联系,也有一定的区别。通过针刺此头部四穴,可达到脉道通利、清阳上升、气血上荣于脑的目的。

3.3 围绝经期抑郁症主从督脉论治——补肾调神通督 《针灸大成》中曰:“病变在脑,首取督脉”,此为通督调神理论建立了一定的基础。汉代以后的医家对“通督”“调神”做了进一步阐述,并且在治疗情志疾病时也多选用督脉穴位作为治疗主穴^[22]。从循行上看,《灵枢·经脉》:“膀胱足太阳之脉起于目内眦,上额,交巅。其支者,从巅入络脑,还出别下项,循肩膊内,挟脊,抵腰中,入循膂络肾”,督脉通过与足太阳经“上额络脑”及“下项络肾”,将肾脑联系起来;从生理特性上看,督脉为阳脉之海,总督一身之阳气,能够统帅诸经,从而联系五脏六腑,并且通过经脉之间的相互作用联系到奇经八脉,使得“阴平阳秘,精神乃治”^[23]。从功能上看,《难经·二十八难》:“督脉起于下极之腧,并于脊里,上至风府,入属于脑”。督脉入属于脑,根据“经脉所过,主治所及”理论,均表明督脉能够治疗脑的神志疾患,且有着统率、督促人体全身阳经经气协调运作的的作用,并可调理脏腑,促进神明之府生理功能的恢复;《奇经八脉考》中提到针刺督脉上穴位能治疗“大人癫疾、小儿惊痫”。综上,上述医籍都认为督脉是治疗相关精神疾病的主要经脉,且针刺督脉穴位治疗神志疾病也被古代医家广泛使用^[22]。《针灸甲乙经》载“癫疾……其不呕沫,本神及百会、后顶主之。”《针灸大成》中曰:“病变在脑,首取督脉”,此为通督调神理论建立了一定的基础,汉代以后的医家对“通督”“调神”做了进一步阐述。李海馨^[24]对轻中度抑

郁障碍患者选用督脉头部重要穴位百会、神庭、印堂等穴位,证实了此针法可通过疏导任督二经从而治疗抑郁障碍,在安全、有效的同时,其副作用也低于西药治疗。

4 讨论

“肾脑相济”理论是基于中医学整体观念而提出,是围绝经期抑郁症的重要治疗原则,它阐述了肾与脑在经络属中的相互联结,于精髓生成过程中彼此滋养,以及在精神意识层面的相互为用。两者间存在着紧密的关联性,通过适当调控肾脑这一关系,能够有效地预防并治疗此病。针灸治疗该病可从补肾健脑、通督调神入手,并作为基本选穴原则,这对于改善围绝经期女性抑郁症状、提高临床疗效和促进疾病康复有着重要的实际意义。

参考文献:

- [1] 张熙,栗胜勇,覃美相,等. 针刺结合麦粒灸治疗肾虚肝郁型围绝经期抑郁症临床疗效观察[J]. 中国针灸, 2021, 41(4): 377-380.
- [2] 曹泽毅. 中华妇产科学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2006: 2530-2582.
- [3] 雷红艳,黄知曼,袁源,等. 基于“肝肾同源”理论探讨滋肾疏肝法治疗围绝经期抑郁症[J]. 内蒙古中医药, 2024, 43(1): 60-63.
- [4] 荆秦. 基于 Wnt/ β -catenin 通路探讨电针对围绝经期抑郁症大鼠海马 CA3 区神经再生的影响[D]. 沈阳: 辽宁中医药大学, 2019.
- [5] DUMAN R S, DEYAMA S, FOGAÇA M V. Role of BDNF in the pathophysiology and treatment of depression: activity-dependent effects distinguish rapid-acting antidepressants[J]. Eur J Neurosci, 2021, 53(1): 126-139.
- [6] 杨琴,陈旭姝,姚倩,等. 围绝经期抑郁症患者的非药物干预研究进展[J]. 四川精神卫生, 2022, 35(4): 381-385.
- [7] 张欣,邓琳琳,王爱梅,等. 桃红四物汤对围绝经期抑郁症模型大鼠 HPA 轴及神经元活性的影响[J]. 中药药理与临床, 2022, 38(2): 27-32.
- [8] 贺文彬,张俊龙,陈乃宏. 基于海马-HPA 轴负反馈调控机制对中医肾脑关系的理论分析[J]. 中华中医药杂志, 2016, 31(9): 3426-3428.
- [9] 张兆英. 围绝经期抑郁症从心肾论治探析[J]. 陕西中医, 2019, 40(11): 1611-1615.
- [10] 李婧,胡玉萍,袁德培,等. 肾脑相关理论探讨[J]. 亚太传统医药, 2018, 14(3): 54-55.
- [11] 皇甫伟玲,李赵龙,任路. “肾脑相济”针灸疗法治疗围绝经期抑郁症的临床应用思路[C]//中国中西医结合学会心身医学专业委员会. 第十届中国中西医结合心身医学学术交流会暨辽宁省中西医结合学会心身医学、实验医学专业委员会年会论文集. 沈阳: 辽宁中医药大学, 2017: 4.
- [12] 陈倩倩,曹奕,盛红梅,等. 电针百会、四神聪对围绝经期抑郁模型大鼠脑组织中单胺类神经递质的影响[J]. 中医药临床杂志, 2019, 31(5): 916-919.
- [13] 郑盛惠,吴云天,廖金蓉,等. “四神针”久留针治疗围绝经期抑郁症临床研究[J]. 辽宁中医杂志, 2010, 37(4): 726-728.
- [14] 顾听怡,王杰,武峻艳,等. 从“肾脑相关”探讨糖尿病脑病的防治[J]. 中国民间疗法, 2023, 31(8): 17-21.
- [15] 武峻艳,王杰,张俊龙. 肾脑相关理论探讨[J]. 中医杂志, 2016, 57(20): 1711-1714.
- [16] 贺文彬,张俊龙,陈乃宏. 基于海马-HPA 轴负反馈调控机制对中医肾脑关系的理论分析[J]. 中华中医药杂志, 2016, 31(9): 3426-3428.
- [17] 张欣,邓琳琳,王爱梅,等. 桃红四物汤对围绝经期抑郁症模型大鼠 HPA 轴及神经元活性的影响[J]. 中药药理与临床, 2022, 38(2): 27-32.
- [18] 荆秦,王干一,郭景薪,等. 艾灸疗法对围绝经期抑郁症大鼠海马神经胶质细胞 S100 β 、CNPase 蛋白的影响[J]. 时珍国医国药, 2023, 34(3): 748-751.
- [19] 周歆. “肾脑相济”电针疗法激活 PDD 模型大鼠 BMSCs-Exo 脑靶向作用的机制研究[D]. 沈阳: 辽宁中医药大学, 2020.
- [20] 陈倩倩,曹奕,盛红梅,等. 电针百会、四神聪对围绝经期抑郁模型大鼠脑组织中单胺类神经递质的影响[J]. 中医药临床杂志, 2019, 31(5): 916-919.
- [21] 郑盛惠,吴云天,廖金蓉,等. “四神针”久留针治疗围绝经期抑郁症临床研究[J]. 辽宁中医杂志, 2010, 37(4): 726-728.
- [22] 张家豪,迟程,范梦月,等. “通督调神”理论治疗精神疾病的研究进展[J]. 世界科学技术-中医药现代化, 2024, 26(1): 61-68.
- [23] 刘兰英,王玲玲. “脑为元神之府”理论在针灸治疗抑郁症中的指导意义[J]. 针灸临床杂志, 2003(8): 8-10.
- [24] 李海馨,曹雪梅,黄达坤,等. “调任通督”针法治疗肝郁脾虚型轻中度抑郁障碍的疗效观察[J]. 针灸临床杂志, 2019, 35(2): 28-32.

(收稿日期: 2024-10-10)