

基于脏腑论治以针刺为主治疗产后抑郁症的临床研究进展

母叶¹ 何沛霖¹ 栗胜勇² 陶俊¹

1. 宜宾市中医医院 四川 宜宾 644000

2. 广西中医药大学第一附属医院 广西 南宁 530023

摘要：目的：观察近年来基于脏腑论治以针刺为主治疗产后抑郁症的临床研究进展，以提升临床疗效。方法：通过检索中国知网、维普、万方、Pubmed等，筛选出基于脏腑论治以针刺为主治疗产后抑郁症的临床研究文献，并进行分析归纳。结果：基于脏腑辨证论治，以单纯针刺或者针刺结合艾灸、中药、耳穴等综合疗法均能有效治疗产后抑郁症。结论：基于脏腑论治以针刺为主的疗法具有调节神经、内分泌紊乱，调节中枢神经系统的神经递质，调节机体内环境，刺激神经肽进入神经系统和血液，可通过多重机制、多靶点从整体的角度对产后抑郁症进行干预治疗，可有效改善产后抑郁症症状，临床上值得推广。

关键词：产后抑郁症；脏腑论治；针刺；综述

产后抑郁症 (Postpartum depression, PPD) 是女性分娩后常见的一种精神异常性疾病，临床表现以产褥期出现情绪低落、抑郁等为主，产后2周发病率较高，4-6周症状显著，症状为悲伤、孤独、心神不宁、自责、缺乏信心等，甚者出现杀婴或者自杀现象^[1-2]。PPD具有自限性，部分患者3-6个月内可自愈，病重者1-2年，若再次妊娠，可增加20%-30%的患病风险^[3]。流行病学调研显示，PPD国外发病率为10%-20%^[4-6]，而国内为10%-18%，且随着社会的发展，产妇生活、工作的压力增大，PPD的发病率呈上升趋势^[7-8]。

现代医学目前对PPD的发病机制尚未明确，但多数学者认为^[9-11]，其发病与神经、生殖内分泌、皮质醇浓度、甲状腺机能、游离色氨酸、遗传、心理、社会等诸多因素相关。PPD的发生与应激-易感模式，生物-心理-社会模式和婚姻生活不快模式紧密相关。该疾病的复杂性和发病率的增加，促使PPD得到了全球精神病学的研究关注。研究表明，中医治疗本病疗效显著，其中基于脏腑论证以针刺为主的疗法可有效缓解患者症状，逐渐发展为治疗PPD的主要手段之一。为掌握近年来基于脏腑论证以针刺为主治疗PPD的临床研究进展，笔者检索了相关文献后综述如下。

1 脏腑辨证论治

1.1 肝气郁结型

1.1.1 单纯毫针治疗

赵敏等^[12]在情感护理等基础上，取神门、心俞、百会等进行针刺，3次/w，联合玫瑰解郁汤内服治疗100例PPD患者，可降低焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)评分，提高自尊量表(SES)评分。说明针刺结合药物、情感护理可改善PPD患者症状，提高生活质量。王黎玲等^[13]取极泉、太冲、少海等进行针刺，配合热敏灸治疗72例PPD患者，

有效率为80.6%。习永霞等^[14]选百会、四神聪等针刺，配合心理干预治疗PPD患者，总有效率为92.5%，说明其可降低汉密尔顿抑郁量表(HAMD)、SDS和SAS评分，调节5-HT和E2含量水平，改善PPD患者症状。

1.1.2 特殊穴位毫针治疗

“孙氏十三鬼穴”可用于治疗癫、狂、痫等精神志疾病。十三鬼穴首载于唐代·孙思邈《千金要方》，书中记载：“凡百邪之病，源起多途，其有种种形相，示表癫邪之端而见其病”，“百邪所病者，针有十三穴”，皆说明其具有宁心安神开窍的功效。研究发现^[13]，针刺十三鬼穴中的“劳宫、间使、大陵”，可镇心神、清心火，针刺“人中、会阴、上星等”诸穴，则可恢复脑部正气。于树静等^[15]发现，运用十三鬼穴治疗PPD患者60例，具有调畅情志、扶正祛邪、调整阴阳的作用。对比对照组口服氟西汀胶20mg/d。治疗2周后，结果在降低HAMD评分和增长SF-36量表评分方面，前者较佳(P<0.05)，说明其可有效缓解PPD患者的抑郁状态，改善其生活质量。

1.1.3 音乐电针治疗

张攀等^[16]选用五脏俞募穴进行音乐电针治疗24例PPD患者，操作：常规针刺得气后，予音乐电针仪，夹住针柄，放音乐，增加刺激至肌肉酸麻胀重度为度。对照组采用五脏俞募穴常规针刺。治疗6周，治疗组有效率为87.5%，优于对照组的66.7%(P<0.05)。

1.1.4 耳穴治疗

曾昭渊等^[17]随机将60例产后抑郁症患者均分为2组，治疗组(30例)以内分泌穴、身心穴、神门穴等进行耳穴压豆，按压3-4次/d，两耳交替按压，结合梅花针叩刺内关穴，2d/次，相较于对照组常规针刺三阴交、脾俞等穴，前者SDS、SAS及爱丁堡产后

抑郁量表 (EPDS) 评分及满意度、依从性和操作难度均较优 ($P < 0.05$)。

1.1.5 头皮针电针治疗

许淑娟^[18] 观察头皮针治疗 PPD 患者 70 例, 随机将其分为 2 组, 治疗组选用生殖区 (额角向后 2 厘米长的直线, 平行于前后正中中线)、印堂和百会穴, 取 15-30 度进针 0.5-0.8 寸, 快速捻转 1min (60 次/分) 后取疏密波进行电针治疗; 对照组予心理干预。2 个疗程后, 结果 2 组总有效率分别为 91.43% 和 94.29%, 治疗组更优 ($P > 0.05$), 说明头皮针和心理干预疗效相当, 均可有效改善 PPD 患者症状。

1.1.6 毫火针治疗

曹雪瑞^[19] 取 2 组穴位交替进行毫火针治疗 PPD 患者 45 例, 分别为内关、三阴交、太冲和足三里、太溪、合谷, 上述诸穴各针刺 2-3 下, 刺入 0.2-0.5 寸, 隔日 1 次。经过 6 周治疗后, 有效改善了患者 SDS 和 HAMD 量表的评分。

1.2 心肾亏虚型

1.2.1 腹针治疗

于红娟等^[20] 采用腹针治疗 PPD 患者 68 例, 取穴引气归元, 气穴和气旁, 操作: 候气 (针刺后留针 3-5min)、行气 (候气后捻转得气) 和催气 (得气 5min 后行针加强针感), 留针 20-30min。结果痊愈 51 例、有效 12 例、显效 4 例、无效 1 例, 总有效率为 92.6%。

1.2.2 毫针结合心理干预

陆晓红等^[21] 针刺百会、人中、四神聪等配合心理干预治疗 30 例 PPD 患者, 1 次/d, 5 次/w, 结果痊愈 16 例、显效 8 例、有效 5 例、无效 1 例, 总有效率为 87%, 可有效改善 HAMD 评分。

1.3 肾虚肝郁型

许芳等^[22] 运用随机对照、盲法将 160 例 PPD 患者均分为 3 组, 针灸组取太冲、内关、期门等进行电针治疗; 中药组内服颞颥解郁方 (包括: 刺五加、栀子、郁金等), 1 剂/d, 分早晚温服; 中药+针灸组为中药组结合针灸组的治疗。治疗 6 周后, 中药+针灸组的疗效均优于其他 2 组, 可有效改善嗜睡、食欲下降、腰膝酸软等症状。

1.4 心脾两虚型

李秀玲^[23] 取肝、脾等穴耳穴压豆, 2d/次, 两耳交替取穴, 配合内服益气养血安神方 (包括: 小麦、川牛膝、甘草等) 治疗 PPD 患者 102 例。对比对照组口服帕罗西汀 20mg/d。治疗 4 周后, 2 组总有效率均为 96% ($P > 0.05$), 说明耳穴结合中药治疗 PPD 同口服帕罗西汀疗效相当, 均可改善 PPD 患者抑郁状态。

1.5 血虚肝郁型

梁波等^[24-25] 均采用针刺结合心理干预治疗 PPD 患者, 但其取穴不同, 梁波等^[24] 以水沟、四神聪等为主, 四神聪接电针治疗, 而张凯宇^[26] 取百会、足三里、情感区等穴进行针刺治疗。结果: 针刺结合心理疏导可明显改善 PPD 患者症状。

1.6 肝郁脾虚型

张贵锋等^[26] 采用通元针法治疗 PPD 患者 80 例, 取穴百会、气海、大椎等, 先针背部、头部, 后针胸腹部和四肢, 留针 30min, 结合隔药盐灸神阙 (包括藿香、石皂角 (煨) 等), 中艾炷灸 9 壮。治疗 4 周后, 总有效率为 90%, 说明通元针法联合隔药盐灸神阙可缓解患者症状。

2 小结

PPD 是最常见的一种产褥期综合症, 归属于中医学“郁病”、“癲症”、“脏躁”和“百合病”等范畴, 中医学认为本病主要是由于产后脏腑功能失常, 亡血伤津, 元气大伤, 受惊或者情志内伤后, 导致肝失濡养, 肝气不舒而发病。《丹溪心法》记载: “气血冲和, 万病不生, 一有怫郁, 诸病生焉。”充分说明了机体体虚, 情志不舒, 气机不畅在本病中的发病机制。气血亏虚, 气机不畅, 则气滞血瘀, 痰湿内生, 故本病的病机可归纳为虚、郁、瘀^[27]。

综上, 产后抑郁症多是从脏腑辩证论治出发, 根据脏腑病理特点和生理功能, 以气血、虚实、寒热和阴阳等的变化, 为治疗本病提供依据。本病证型主要包括肝气郁结型、心肾亏虚型、肾虚肝郁型、心脾两虚型、血虚肝郁型和肝郁脾虚型等, 中医临床应用包括针刺、艾灸、中药、耳穴等, 根据脏腑辩证进行以针刺为主的治疗方案治疗 PPD 患者, 可针对病因病机, 达到调和气血, 疏通经络, 调整脏腑, 平衡阴阳的作用, 疗效肯定。

参考文献:

[1] 陈洪琳. 俞募通经法治疗产后抑郁症的临床研究 [D]. 黑龙江中医药大学, 2007.

[2] 弓翠屏, 张海蓉, 柴丽萍等. 产后抑郁症患者大脑分数低频振幅的静息态功能 MRI 研究 [J]. 医学影像学杂志, 2020, 30(11): 1975-1979.

- [3] OSBORNE L, CLIVE M, KIMMEL M, et al. Replication of epigenetic postpartum depression biomarkers and variation with hormone levels[J]. *Neuropsychopharmacology*, 2016, 41(6):1648-1658.
- [4] Justine S, Germain H, Patrick E, et al. Consequences of maternal postpartum depression: a systematic review of maternal and infant outcomes[J]. *Womens Health (Lond)*, 2019, 15(1):1745-1750.
- [5] Reindolf A, Enoch A, Amy BA, et al. Prevalence of postpartum depression and interventions utilized for its management[J]. *Ann Gen Psychiatry*, 2018, 17(3):18-24.
- [6] sa E, Alkistis S, Charlotte H, et al. Different patterns of attentional bias in antenatal and postpartum depression[J]. *Brain Behav*, 2017, 7(11):e00844.
- [7] 唐栋, 朱国平, 王晓嫒等. 产后抑郁症患者低频振幅变化的静息态功能磁共振成像研究[J]. *中华精神科杂志*, 2018, 51(6):359-362.
- [8] 张培培. 产后抑郁症的研究[J]. *中国保健营养*, 2018, 28(19):52-53.
- [9] 吴迅. 产后抑郁症的影响因素及心理治疗的研究进展[J]. *科技风*, 2020(30):145-146.
- [10] 林永坚, 朱秀微, 陈策等. 血清炎症细胞因子和促甲状腺激素水平变化与产后抑郁症病情严重程度的相关性分析[J]. *中国妇幼保健*, 2020, 35(06):1032-1035.
- [11] 弓翠屏, 张海蓉, 柴丽萍等. 产后抑郁症患者大脑分数低频振幅的静息态功能MRI研究[J]. *医学影像学杂志*, 2020, 30(11):1975-1979.
- [12] 赵敏, 赵亚丽, 赵晓红. 情感护理联合针刺治疗产后抑郁的临床疗效观察[J]. *世界最新医学信息文摘*, 2016, 16(27):245+247.
- [13] 王黎玲, 王招玲, 蒋丽琴. 针刺加热敏灸治疗产后抑郁症36例临床疗效观察[J]. *实用中西医结合临床*, 2012, 12(06):39-40.
- [14] 习永霞, 王莹. 针刺配合心理干预对产后抑郁患者5-HT、OFQ和E₂的影响[J]. *上海针灸杂志*, 2015, 34(10):947-950.
- [15] 于树静, 李雪青, 冯小明等. 针刺十三鬼穴对产后抑郁患者疗效及生活质量的影响[J]. *四川中医*, 2015, 33(03):163-165.
- [16] 张攀, 邹伟, 孙晓伟等. 音乐电针结合五脏俞募配穴治疗产后抑郁症24例[J]. *针灸临床杂志*, 2016, 32(11):44-46.
- [17] 曾昭渊, 李郁生, 卢永洪. 社区应用耳穴疗法配合梅花针叩刺防治产后抑郁的研究[J]. *现代诊断与治疗*, 2017, 28(05):834-836.
- [18] 许淑娟. 头皮针对产后抑郁症的影响[D]. 广州中医药大学, 2010.
- [19] 曹雪瑞. 毫火针治疗产后抑郁45例[J]. *上海针灸杂志*, 2013, 32(07):595.
- [20] 于红娟, 张巍, 王晓光. 腹针治疗产后抑郁症68例[J]. *上海针灸杂志*, 2015, 34(03):251-252.
- [21] 陆晓红, 林虹, 陈东升. 产后抑郁症的针刺干预治疗[J]. *针灸临床杂志*, 2008(07):13-14.
- [22] 许芳, 唐启盛. 益肾调气法改善产后抑郁症肾虚肝郁型中医证候的临床观察[J]. *北京中医药*, 2016, 35(01):72-75.
- [23] 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(02):230-231.
- [24] 梁波, 贺剑波, 刘汉平. 针刺水沟穴为主治疗产褥期抑郁症31例[J]. *陕西中医*, 2010, 31(01):81-82.
- [25] 张凯宇. 针刺治疗产后抑郁临床疗效观察[D]. 黑龙江中医药大学, 2017.
- [26] 张贵锋, 闵水平, 曾统军等. 通元针法联合隔药盐灸神阙治疗产后抑郁症临床研究[J]. *针灸临床杂志*, 2017, 33(03):4-8.
- [27] 陈韵怡. 整合针灸方案治疗产后轻中度抑郁的临床研究[D]. 广州中医药大学, 2019.

基金项目：国家自然科学基金（81960895、81460745）；
广西自然科学基金（2017GXNSFAA198328）；
2018年广西一流学科建设项目重点课题（2018XK075）；
广西科技计划（2018JJA140370）。

作者简介：母叶（1993-），女，四川宜宾人，硕士研究生医师，研究方向：针灸治疗痛症与脑病的研究。