

浅析中医“治未病”理论对围绝经期抑郁症的积极作用^{*}

王琨翎子 辛雪红 蒋力生^{**}

(江西中医药大学健康养生研究所, 江西 南昌 330000)

摘要: 中医“治未病”理论是中医学的精髓和特色,具有丰富内涵和重要的现实意义,其三个基本原则分别为未病先防、既病防变、瘥后防复三个方面,利用中医治未病理论对围绝经期抑郁症治疗具有积极作用,体现了从整体进行调治的特点。从“不治已病治未病”的角度出发,对于治疗围绝经期抑郁症等身心类疾病,具有明显优势,比单纯药物治疗效果显著。

关键词: 治未病;围绝经期;抑郁症;中医

中图分类号: R711.25 **文献标识码:** A **文章编号:** 1672-0571(2020)02-0026-03

DOI: 10.13424/j.cnki.mtcm.2020.02.006

绝经期又称更年期,是指卵巢功能逐渐衰退到完全停止其内分泌功能的一段过渡时期,也是妇女机体从旺盛时期走向衰老的一个转折时期^[1]。女性在更年期会出现卵巢功能衰退、雌激素水平降低,下丘脑—垂体—卵巢性腺功能失调等生理特征,导致免疫功能下降,精力逐渐减弱,而这一时期女性工作生活压力较大,易出现抑郁、悲观、孤独的心理变化,甚至罹患抑郁症^[2]。抑郁症会使病人保持长期的心情低落状态,常常伴随焦虑不安、睡眠问题等,严重者还会有自伤、自杀倾向,给家庭社会带来负担。近几年来更年期抑郁症的发病率逐步上升,引起了国内外的关注,对于抑郁症的治疗,现在国际上多主张使用雌激素以及抗抑郁药物。但这些药物虽然能在短时期内使症状得以缓解,但其有着潜在的致癌性以及副作用,在临床使用上存在很大局限性。而且抑郁症是一种典型的情绪疾病,其原因涉及到心理、生理、社会等多方面因素。患者的个体差异极大,单纯的药物治疗显然不能解决这一系列问题。面对

围绝经期抑郁症患者,帮助她们恢复身心健康是当务之急,同时对于未病的预防、预后的恢复,更应该从生理、心理、生活等多方面着手,才能为广大患者带来完善的治疗。本文拟从中医经典中的“治未病”理论出发,从其三大原则入手,探讨抑郁症的防治。

1 “治未病”理论的内涵及现实意义

中医“治未病”一词源于我国古代防患于未然的思想。理论萌芽于《周易·象传》:“水在火上,既济,君子以思患而豫防之。”该理论正式出现于《黄帝内经》,发展于东汉时期张仲景,成熟于清朝时期叶天士^[3]。它主要包括未病先防、既病防变、瘥后防复三个方面,以扶助正气、增强体质为核心,强调从功能、整体的变化上把握生命健康。中医“治未病”思想经历了酝酿、萌芽、体会、领悟直至诞生,是历代医家经过长期实践与理论结合的过程中通过反复推敲、总结、提炼而成,是中国医药史中一个不可或缺的重要思想^[4]。“治未病”理论一直是中医学防病治病的重要原则,历经两

* 基金项目:江西省2018年度研究生创新专项资金项目(YC2018-S289)

** 通讯作者:蒋力生,教授。E-mail:jdy67899@126.com