

# 心理疾病中医常用的治疗方法



- 《世医得效方》记载:一个嗜酒如命的酒鬼的家人把他手脚捆绑起来,放一坛酒在酒鬼口边,“其酒气冲入口中,病者急欲就饮,坚不与之”。一会儿病人吐出一块瘀血。家人将瘀血放入酒中烧煮。瘀血形状难看,又散发出恶臭味。这个嗜酒如命的人“自后虽滴酒不能饮也”。
- 《吴鞠通医案》载:有章姓病人“不时脱尽衣裤上大街”,吴鞠通一边用小竹板打他,一边命令其穿衣服,患者“知痛后而自着衣,着后稍明”。

# 心理疾病中医常用的治疗方法



- 心理治疗
  - 是应用心理学的原则与方法，采用治疗者与被治疗者间的相互反应与关系，治疗病人的心理、情绪、认知与行为有关的问题。
- 中医学讲心理治疗称为“意疗”。
- 在心理学本土化浪潮下，中医学者对中医心理学理论的发掘、整理、完善的步伐也日益加快。

# 心理疾病中医常用的治疗方法



- 心理治疗属于较高层次的非药物疗法，也对医生提出了更高的要求，若想真正掌握和使用这种治疗方法，必须识见广博，灵动机变，“必诡诈譎怪，无所不至，然后可以动人耳目，易人视听。若胸中无才器之人，亦不能用此”“，夫医贵有才，若无才，何足应变无穷”（《儒门事亲》）。
- 这是对医者本身的医学素养及学识修养提出了较高的要求。但也正是由于有了这么多德才兼备名医大家孜孜不倦的追求探索，才有了中医心理学和心理治疗的高度发展，为我们留下了这些最宝贵的财富。

表 3-8 中医心理疗法类分比较

	最常用疗法					一般用疗法										特殊疗法				
朱文峰	以情胜情		激喜惊悲	劝说开导	暗示解惑	心意引导	移情易性	澄心静志	顺情从欲	平惊疗法	惩罚治疗	行为指导	工娱治疗	厌恶反应	祝由疗法	释梦治疗				
吕再生	恐促喜	怒怒乐	治治治	开导治疗	释疑治疗		转移治疗		遂情治疗	脱敏治疗	羞辱治疗									
王升龙	心理治疗	心理疏导	心理分析	支持性治疗	心理导引							训练性心疗								
王俊玲	情积志相胜	极情绪	诱导劝慰	解除心因	以意导之	移精变气	调理心身	遂心顺志	惊者平之								顺应四时			
王米渠	情绪情感篇		情激相两	言抑语情开顺导理	解除心因	假药疗心病	情志功导引	移精变气	可编辑版课件	养澄闭心心目调静聚神默神			冷水体罚	行为为诱导足	祝由疗法	工娱治疗	厌恶反应	占传梦闻分梦析幻治疗	5	节欲保精*

# 心理疾病中医常用的治疗方法



- 第一节 意疗
- 第二节 中医行为疗法
- 第三节 气功疗法
- 第四节 音乐疗法
- 第五节 针灸疗法
- 第六节 药物疗法





# 第一节 意疗



- 意疗
  - 指不用药物、针灸、手术等治疗手段，而借助于语言、行为以及特意安排的场景来影响患者的心理活动，唤起患者防治疾病的积极因素，促进或调整机体的功能活动，从而达到治疗或康复目的的方法。
- 古代祝由术就是一种原始的心理治疗方法。
- 善医者，必先医其心，而后医其身。



# 第一节 意疗



## 一、顺情从欲

- 概说

- “从欲快志于虚无之守”；“顺者，非独阴阳脉之逆顺也，百姓人民皆欲顺其志”。
- 是通过满足平凡的意愿、感情和生理需要来达到祛除心理障碍的一种心理治疗方法。

- 治疗原理

- 目欲视物，耳欲闻声，饥而欲食，渴而欲饮，寒则欲衣，劳则欲息，病痛而欲医，恶于死而乐于生等等，都是人类的生理需求；爱情婚姻、情趣爱好等均属心理需求；而亲朋好友亲密往来、求学就业、名誉地位则属社会需求。这一切都是人类社会生活的必然现象。





# 第一节 意疗



- 治疗方法

- 李渔《闲情偶寄》：一曰本性酷好之物，可以当药。二曰其人急需之物，可以当药。三曰一心钟爱之人，可以当药。四曰一生未见之物，可以当药。五曰平时契慕之人，可以当药。六曰素常乐为之事，可以当药。七曰生平痛恶之物与切齿之人，忽而去之，亦可当药。
- 所欲有显欲欲潜欲之分。
- 从其道，指顺应某种心身规律。
- 心理反佐法指在某些方面顺应当事人意愿，给予适度心理满足，以辅助主导心理治疗的方法。
- 倾听、关注、保证、鼓励、支持等。



# 第一节 意疗



- 评价
  - 对欲望有分析的对待：一看是否合情合理，是否符合人的正常需要；二看是否现实可行；三看是否适度适量
  - 中医治疗心理疾病重在于心、于性、于情，即“欲治其病，先治其心，必正于心，乃资其道。”



# 第一节 意疗



## 二、开导解惑

- 概说

- 是医生以语言为主要手段欲患者交谈，使之明了欲疾病有关的道理，以及自己所能做的努力，主动消除心理障碍的一种心理治疗方法。
- 清代名医吴鞠通“吾谓凡治内伤者，必先祝由，详告以病之所由来，使病人知之，而不放再犯，又必细体变风变雅，曲察劳人思妇之隐情，婉言以开导之，重言以振惊之，危言以惊惧之，必使之心悦诚服，而后可以奏效如神。”



# 第一节 意疗



- 治疗原理
  - 说理开导、同情安慰，改变患者的病态心理环境。
- 治疗方法
  - 擒，“告之以其败”
  - 纵，“语之以其善”
  - 切入，“导之以其所便”
  - 突破，“开之以其所苦”
  - 注意事项：语言态度要体现平等相待的原则；语言内容要符合逻辑；言语表达要讲究技巧，结合实际。



# 第一节 意疗



- 评价
  - 开导解惑的方法体现了中医辨证唯物的形神一体观，以及身心并治的治疗思想。
  - 关键在改变患者的病态心理环境，正确运用语言工具，对病人进行启发诱导，强化心理效应。



# 第一节 意疗



## 三、情志相胜

- 概述

- “情志相胜”理论出自《内经》，是古代中医学中最典型而系统的心理治疗方法。它是历代医家在长期的临床实践中总结出来并行之有效的一种心理疗法，具有鲜明的中医特色，对中国古代医学治疗和心理治疗的理论与方法产生了深远的影响。

- 治疗原理

- 情志相胜疗法就是依据由五行相克理论而产生的不同情志之间相互制约关系，以情胜情来治疗情志疾病的方法。
- 《素问·阴阳应象大论》有：“怒伤肝，悲胜怒”、“喜伤心，恐胜喜”、“思伤脾，怒胜思”、“忧伤肺，喜胜忧”、“恐伤肾，思胜恐”的说法。





# 第一节 意疗



- 案例
  - 不拘克制之说者
    - 《内经》中虽然确立了情志相胜的治疗大法，但医家们却并没有被教条所束缚，而是实事求是地根据病人的具体情况而设计治疗方案。在很多七情致病的医案中，并不是依照情志相胜的原则来治疗的，同样也取得了令人满意的效果。
  - 《簪云楼杂记》：“鹿邑李大谏，世为农家，获售于乡，父以喜故，失声大笑，及举进士，其笑弥甚，历十年，擢谏垣，遂成痼疾，宵旦不休，太医院某，令家人给其父曰：大谏已歿。其父恸绝几殒，如是者十日，病渐瘳，佯为邮语曰：大谏治以赵大夫，绝而复苏。其父因悲而笑症永不作，此悲胜喜也。”



# 第一节 意疗



- 评价
  - 疗程简单，但设计精妙，疗效明显、迅捷
  - 注重个体差异性。
  - 体现中国人情感的方式特点
  - 采用的机体方式有些值得商榷，有违现代心理治疗伦理原则。



# 第一节 意疗



## 移情变气法

- 概述
  - 《素问·移情变气论》言：“古之治病，惟其移精变气，可祝由而已”。
  - 运用各种方法转移和分散病人精神意念活动的指向，即通过派遣情思，改变心志，以缓解或消除由情志因素所引起的疾病的一种心理疗法。
- 治疗原理
  - 人有有意注意和无意注意。医生通过调动友谊注意使患者产生无意注意，改变患者原来的注意中心。



# 第一节 意疗



- 治疗方法
  - 升华超脱
  - 移情易性
    - 移情，即排遣情思，改变内心情绪的指向性；易性，即改易心志，进过排除内心杂念和抑郁，改变其不良情绪和习惯。
  - 运动移情
    - 运动不仅可以增强生命的活力，而且能改善不良情绪，使人精神愉快。因为运动可以有效地把不良情绪的能量发散出去，调整机体平衡。
  - 精神转移和情志引导



# 第一节 意疗



## 暗示诱导法

- 概述

- 指医生采用含蓄、间接的方式，对病人的心理状态产生影响，以诱导病人“无形中”接受医生的治疗性意见，或通过语言等方式，剖析本质、真情，以解除患者的疑惑，从而达到治疗由情志因素所引起的疾病的心理疗法。
- 主要适用于由疑虑、猜测所导致的幻觉、抑郁等病症。



# 第一节 意疗



- 治疗原理
  - Freud关于意识的分类。
  - 外界信息可以绕过思考而影响潜意识，是由于有简化思维的习惯：
    - 简化思维的方式是条件反射；
    - 简化思维的方式是人的模仿本能；
    - 简化思维的方式是简单联想。





# 第一节 意疗



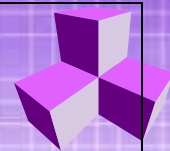
- 治疗方法
  - 积极暗示和消极暗示
  - 语言暗示或借物暗示
- 评价
  - 暗示疗法不仅运用在临床心理治疗中，还广发应用在社会各方面。



## 第二节 中医行为疗法



- 习以平惊法
- 矫正疗法
  - 厌恶疗法、责打法、旋转法
- 捕捉幻物法
- 行为诱导法
- 行为满足法
- 歌吟疗法
- 舞蹈疗法



- 心理转移法
- 《名医类案·目》记载：“杨贲亨治一贵人，患内障（眼疾）性暴躁，时时持镜自照，计日责效，数医不愈。召杨诊，曰：公目疾可自愈。第服药过多，毒已流入左股，旦夕间当发毒，窃为公忧之。既去，贵人日夕视左股抚摩，惟恐其发也。久之目渐愈而毒不作。贵人以杨言不验，召诘之。对曰：医者意也。公性躁欲速，每持镜自照，心之所属，无时不在于目，则火上炎，目何由愈。故谎言令公凝神于足，则火自降，目自愈矣”。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/338044107044006056>