

信報

財經月刊

HONG KONG ECONOMIC JOURNAL MONTHLY

501

12/2018
HK\$45

燄爆樓價細 現重資產負



恒指若穿24540 建倉好時機

張維迎、林毅夫、黃有光、陳志武論中國模式

未來學家：Google將沒落！

9 1771018 1675122



七情內傷致病的中西機理 (上)

所謂七情，即喜、怒、憂、思、悲、恐、驚七種情緒變化，在正常的情況下，並非致病因素，但如果出現突然、強烈或長期持久的刺激，超出人體正常生理功能所能承受時，便會引起氣機逆亂、臟腑陰陽氣血失調，引發疾病，稱為七情內傷。本文嘗試從中西醫學角度，簡單闡述七情如何引起內臟的生理功能和病理變化。

早前教協聯同香港心理學會臨床心理學組就香港教師工作壓力與精神健康狀況進行問卷調查，結果顯示香港教師工作壓力巨大，近三成受訪者出現中度或以上程度抑鬱症徵狀，包括情緒低落、抑鬱或絕望、疲倦、坐立不安、難以入睡及難以專注等情況，其中有超過12.5%的受訪者曾患嚴重抑鬱症，嚴重者更有自殺傾向。香港心理衛生會亦於2017年以問卷形式訪問四千多名港人，結果顯示有高達5.5%港人患有抑鬱症，並指出抑鬱症是自殺風險最高的精神疾病。同年，香港衛生署署長陳漢儀醫生指出，香港約七名成年人便有一人（13.3%）患上常見精神健康問題，包括混合焦慮抑鬱症和抑鬱症；每十名長者，便有一人有抑鬱症徵狀。

抑鬱症屬於中醫鬱證的範疇，主要是由於情志不舒，氣機鬱滯所引起的一類病證，臨床表現與上述症狀相似。中醫學認為七情內傷可以致病，即



▲香港教育工作者聯會2017年11月的調查發現，一成七受訪教師每周工時達71小時或以上，較2015年同類調查高十個百分點。（網上圖片）

疾病的發生與七情的異常變化有密切關係。所謂七情，即喜、怒、憂、思、悲、恐、驚七種情緒變化，在正常的情況下，並非致病因素，但如果出現突然、強烈或長期持久的刺激，超出人體正常生理功能所能承受時，便會引起氣機逆亂、臟腑陰陽氣血失調，引發疾病，稱為七情內傷。鬱證的發生，正是由於狂喜、鬱怒、憂愁、思慮、悲哀、恐懼、驚駭等七情的異常變化引起。本篇並非討論鬱證的中醫診治方法，而是探討七情內傷致病的中、西機理。

人體生病和衰老，受着先天和後天因素的影響。生理性衰老是無人能抗拒的，但病理性衰老（即早衰或因疾病而加速衰老過程）則與後天因素有密切關係，這些因素包括自然環境、勞逸失度（包括個人的起居飲食習慣）、社會人際關係和自身名利的變化與追求，及七情損傷，後者是本篇討論的重點。《呂氏春秋》云：「年壽得長者，非短而緩之也，畢其數也。畢數在乎去害，何謂去害？……大喜、大恐、大憂、大怒、大哀，五者損神則生害矣。」一個人要盡享天年（古今中外的共識為現今人類的天年即最高壽數約120歲），並非用方法延長原本短暫的生命，而是要盡力完成上天賜與的壽數（天年），重點在於令身體不被過度的情緒異常變化所侵，即避免中醫強調的七情內傷。

作者學貫中西，現為臨床生化顧問及香港註冊中醫師。早年獲香港中文大學臨床生化博士及香港浸會大學中醫藥學士學位，並取得英國生物醫療科學學院高級院士、英國皇家化學學院高級院士，是認可化驗師及特許科學家。現任香港衛生護理專業人員協會會長及亞洲抗衰老協會會長。

中醫常以「情志」來表達情緒變化，《黃帝內經》云：「人有五臟化五氣」，又指出心在志為喜、肝在志為怒、脾在志為思、肺在志為憂、腎在志為恐，喜怒思憂恐就是「五志」。在五志中，憂與悲、驚與恐皆同屬，所以五志加上悲及驚即為七情。七情受損，會影響相應的內臟，如《黃帝內經》云：「怒傷肝……喜傷心……思傷脾……憂傷肺，恐傷腎。」亦會影響臟腑氣機的正常升降出入，《黃帝內經》又云：「百病生於氣也，怒則氣上，喜則氣緩，悲則氣消，恐則氣下，……驚則氣亂……思則氣結。」

情緒變化的生理反應表現於內臟神經功能的調節。大腦的邊緣系統和下丘腦控制情緒及行為（特別是對心跳、呼吸節律及快慢的影響），而調節內臟活動還有植物神經中樞，包括主興奮的交感神經和主抑制的副交感神經系統。七情中喜、憂和悲屬副交感神經反應，怒、思、恐和驚則屬交感神經反應。

喜傷心·憂傷肺

「喜傷心」意指過喜會傷心氣，「喜則氣緩」是指大喜則使氣機功能低下。人在開心時，中樞神經系統的興奮性降低，而副交感神經的興奮性增高，心跳減慢、血管舒張、血壓下降，這是「喜則氣緩」的表現。但狂喜過樂會引起腎上腺活動明顯增強，令心跳過快，外周血管收縮、血壓升高和過度精神激動，影響心腦血管及腦功能（中醫的「心」包括這兩個系統的功能），導致「喜傷心」。《黃帝內經》說：「喜樂者，神憚散而不藏。」指出過於喜樂會使神氣耗散。元代名醫張子和有一個治療「笑病」的病案，說明喜與心的關係。亳州有一女子，時常無故笑個不停，半年多來屢醫無效。張子和被邀為她診病，張大夫着人找來成塊的鹽和一大碗河水，先用火把鹽燒紅，冷卻後研細，放入碗中一起煎煮，讓女子溫服。跟着用女子的釵伸入她喉中促吐，果然吐出大量黃痰（熱痰）。最後，他開了



雙參補肺湯（2人量）

材料：

黨參及沙參各30克、南杏20克、蜜棗2枚、豬肺一個。

製法：

將豬肺套在水龍頭上灌水，沖洗豬肺內的污液，切塊後用生薑余水，加清水10碗用猛火煲滾後改細火煲2小時，調味即成。

功效：

健脾補肺，益氣生津。

清火解毒藥給她服，不久狂笑就停了。張大夫解釋是根據《黃帝內經》所說：「神有餘則笑不休」，診斷女子的「笑病」是由於心神（即心火）太過造成的，心火盛，擾動心神，而七情中心與喜的關係最密切，所以女子表現出「笑個不停」的症狀。

悲傷和憂愁也會令副交感神經興奮，在呼吸系統，小支氣管痙攣收縮，呼氣不暢順及阻塞，吸入氧量減少，影響氣機，導致「悲則氣消」和「愁憂者氣閉塞而不行」；長期的悲憂可能令肺氣耗散，即「憂傷肺」，人也會變得意志消沉，正如《黃帝內經》說：「憂愁不解則傷志。」明代名醫周慎齋有一個病案，與「悲傷肺」有關。一名婦人因兒子逝世，傷心不已，不停哭泣，弄得雙眼紅腫疼痛。家人邀周大夫為她診治，他認為是過度悲傷而傷了肺。肺屬金，肺氣弱顯示金虛，未能正常地克制肝木致肝旺化火；因肝開竅於目，火氣上炎，雙目受灼而紅腫疼痛。周大夫用獨參湯給病人服，以補肺氣，令肺金功能回復正常，從而抑制肝火，不讓其上炎雙目，服藥後便痊癒了。

篇幅所限，有關思傷脾、恐（驚）傷腎和調控七情以抗病延老的機理，下回再論。本文推介一款補肺湯水。

主要參考資料：

1. 陳華編著：《中醫的科學原理》，商務印書館，2003。