

信報

財經月刊

HONG KONG ECONOMIC JOURNAL MONTHLY

502

1/2019

HK\$45

政、經黑天鵝 股、樓求生術

逆向投資 穩賺2019



香港偽豪宅恐跌三成

困境投資：「壞賬」尋金礦

中國企業家無「走佬淨土」

港人退休不北上 東南亞嘆世界

9 1771018 1675016



七情內傷致病的中西機理 (下)

一個人受情志困擾過重過久，會導致陰陽氣血失調，臟腑經絡功能紊亂，最終出現早衰或疾病。事實上，現代醫學亦顯示：異常的精神因素會引發身體應激的不良反應，引起神經、免疫、體液、內分泌等功能失調，促使細胞老化，臟腑功能衰退，衰老及疾病亦隨之而來。

上篇討論了七情中屬副交感神經反應的喜和悲憂，本篇會闡述屬交感神經反應的怒、思、和恐(驚)。

怒傷肝

「怒傷肝」是指發怒時會影響肝臟的正常生理功能。中醫認為肝的生理功能包括主藏血、主疏洩(表現在調暢情志，調暢氣機和促進脾胃運化功能三個方面)。肝臟有貯藏血液和調節血量的生理功能，其血流量佔全身循環總血量的20%至30%，約800毫升，這些功能是受植物神經系統，即交感及副交感神經、內分泌系統進行調節的，其疏洩功能直接與肝臟血液循環和膽汁分泌有關。關於「怒傷肝」，中醫認為發怒時交感神經興奮性增高，神經內分泌改變，腎上腺素、血管緊張素、去甲腎上腺素等應激激素分泌增加，導致肝血管和肝血竇的收縮，引起血壓上升，面赤頭痛、煩躁、失眠、精神處於亢奮的狀態(中醫稱為「肝陽上亢」)，這就是「怒則氣上」的表現；長期或較頻密的激怒，會令肝臟血管和血竇的緊張性持續加強，代謝率提高，終致使肝功能受損，即「怒傷肝」。《黃帝內經》甚至說：「盛怒者，迷惑而不治。」

其實中醫認為肝臟的疏洩功能失調對情緒還有另一方面的影響，就是「疏洩不及」，亦即肝鬱。若因精神刺激、情志抑鬱不暢，會導致肝氣鬱滯，氣滯不暢，有可能出現血瘀證，悶悶不樂，或抑鬱的情緒令交感神經的興奮性降低，肝臟的收縮偏弱，血壓下降，回流心臟的血液減少，加重肝鬱

情況，以致更鬱鬱寡歡，多疑多慮，甚至癥瘕積聚(良性或惡性腫瘤)。這方面的病理變化和機理雖然未在七情致病的內容中提及，但肝鬱導致氣滯、血瘀，或肝鬱過久而化火等，是中醫臨床上重要的課題，有機會再詳加討論。

清代名醫齊秉慧有一個醫案，說明因怒傷肝致病。話說一位陳秀才，因輸了官司，一怒之下吐血昏迷。剛好齊大夫路過，家人邀他為陳秀才診治。陳秀才兄長略懂醫術，問齊大夫可否用止血藥，大夫認為不可，否則會令病人氣悶，更加不安。兄長又問可否用補血藥，大夫亦不認同，認為當時用補血藥會引起胸痛，令病人無法忍受。兄長有點不耐煩，質疑大夫如何施治。大夫指出病人怒氣傷肝，因怒氣鬱結胸中，引發吐血，應當用散血平氣的方藥，以舒散鬱結的肝氣。藥後病人痊癒了。

思傷脾

「思傷脾」的「思」是指過度集中思考問題。思考時，大腦皮質耗氧量、腦細胞間電興奮和代謝率增高，導致消化系統的外分泌及內分泌消化液的釋放減少，出現消化不良、食慾不振的症狀(中醫所指的脾胃涵蓋了消化和吸收功能)，就是中醫學說所指的脾胃功能下降，並有消化不良、食慾不振、神疲乏力等脾虛症狀，即「思傷脾」。再者，過

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學博士學位，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。



▲大怒傷肝，肝氣上逆，常見煩躁易怒，亢奮激動，失眠多夢。（網上圖片）

度思考時，副交感神經的興奮性下降，令消化道的活動和分泌機能減弱，造成「思則氣結」；《黃帝內經》云：「思則心有所存，神有所歸，正氣留而不行，故氣結矣。」

明·張景岳有一醫案，說明思傷脾。有一位倪孝廉（即舉人），因過度用功讀書和思考，時常嘔吐，稍為勞累便發病。某年夏天，他因應酬過多，心力交瘁，引發吐血和便血，吐出如手掌般大的紫紅色血塊。家人邀張大夫為其診治，他認為是「思傷脾」，由於思慮過度，加上太過勞累，以致心脾上火；加上夏日炎炎，兩火相加，火熱迫血妄行，因而吐血和大便出血。

恐傷腎

「恐傷腎」是指人在過度驚恐時會傷及腎（中醫所指的腎涵蓋了內分泌系統及植物神經系統的功能，非單指解剖學上的腎臟）的生理功能。突然的恐懼使腎氣洩不能固守，氣陷於下，二便失禁（正如俗語說「驚到瀨尿」）。這是因為腎臟釋放的血管緊張素，腎上腺釋放的皮質醇、甲狀腺釋放的甲狀腺素增加，並影響到調節大小便排泄的骶叢神經，即「恐則氣下」。如果長期受驚恐困擾，更會出現腰膝痠軟，遺精滑洩等腎虛症狀，即「恐傷腎」。再者，《黃帝內經》云：「驚則心無所倚，神無所歸，慮無所定，故氣亂矣。」事實上，驚恐可引起心悸、失眠、煩躁、精神失常等問題，即「驚則氣亂」。

曾經看過一個近代的醫案，說明驚恐傷腎。有一年輕人到黃山遊玩，秀麗的景色令他流連忘



清肝解鬱茶（1人量）

材料：

夏枯草15克、杭菊花10克、竹茹15克、素馨花5克。

製法：

將材料略沖洗，以清水5碗煎20分鐘，代茶飲用。

功效：

夏枯草性微寒味辛苦，能清熱瀉火，清肝明目，散結消腫，清熱瀉火，疏肝解鬱；杭菊花性微寒，味甘苦，能疏散風熱，平抑肝陽；竹茹性微寒味甘，能清熱化痰，除煩止嘔；素馨花性平味微苦，能疏肝解鬱，行氣止痛。本湯能清熱瀉火，疏肝解鬱。

返，直到天黑，他才想起回家。下山途中，經過一座寺廟，由於暮色漸濃，朦朧中他突然看見廟前橫臥着一個巨大的神怪物體，大吃一驚，連忙拔足逃跑，心中惶恐萬分，怕怪物追來。回到家中，立即有尿急的感覺，豈知排尿後不久仍然尿意頻頻，隨後每天須小便五六十次，苦不堪言。向中醫求診，大夫診斷他因受驚致心無所依，即恐致氣亂，亦導致氣下、傷腎，結果心腎不交，二臟同時受損，導致膀胱（中醫認為腎與膀胱相表裏、功能互相依存）功能失調，故此小便失禁。

總的來說，中醫認為情志失調可以致病。一個人受情志困擾過重過久，會導致陰陽氣血失調，臟腑經絡功能紊亂，最終出現早衰或疾病。事實上，現代醫學亦顯示異常的精神因素，會引發身體應激的不良反應，引起神經、免疫、體液、內分泌等功能失調，促使細胞老化，臟腑功能衰退，衰老及疾病亦隨之而來。本篇介紹一款疏肝解鬱、舒暢情緒的湯水，供大家參考。

主要參考資料：

1. 陳華編著：《中醫的科學原理》，商務印書館，2003。

2. 于江泓、王黎亞著：《黃帝內經：60集大型電視紀錄片〈黃帝內經〉解說詞》，花城出版社，2004。📺