



“以乐为药”探讨五音疗法对先兆流产保胎患者的影响*

滕博¹, 王轶蓉^{2△}

1 辽宁中医药大学, 辽宁 沈阳 110847; 2 辽宁中医药大学附属医院

[摘要] 五音疗法基于中医基础理论,通过调整全身气机,有针对性地调理五脏,舒畅情志,有助于调整机体免疫功能及激素分泌,且安全、有效,适用于妊娠期妇女。在中西医药物治疗的基础上,辅以五音疗法,辨证选音,对证选乐,可有效提高保胎成功率。

[关键词] 先兆流产;保胎;五音疗法;情志致病

[中图分类号] R714.21 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 2096-9600(2022)12-0170-03

Influence of Five-tone Therapy on Patients with Threatened Abortion by “Taking Music as Medicine”

TENG Bo¹, WANG Yirong^{2△}

1 Liaoning University of Traditional Chinese Medicine, Shenyang 110847, China;

2 The First Affiliated Hospital of Liaoning University of Traditional Chinese Medicine

Abstract Five-tone therapy established on the foundation of TCM basic theory, which is safe and effective, is aimed at regulating five viscera and easing the unhappiness by adjusting *Qi* movement of the whole body, and it is beneficial to regulating the immune function and hormone secretion, which applies to the pregnant woman. Five-tone therapy combining with the drugs of integrated traditional Chinese and Western medicine could effectively raise the success rate of preventing miscarriage by syndrome differentiation and choosing music in light of the syndrome.

Keywords threatened abortion; preventing miscarriage; five tone therapy; emotion-induced disease

人的情志活动基于精、气、血、津液,与正常的脏腑气化活动密切相关,对外界有差异的刺激会作出不同的反应^[1]。情志之所以致病是因机体的气机紊乱。《素问·举痛论篇》认为百病生于气。《素问·阴阳应象大论篇》云:“人有五脏化五气,以生喜怒悲忧恐。”这里的气就是指气机,也就是气的运动。气的运动顺畅,会推动血液的运动,这样气血和合,身体才会保持健康^[2-5]。而在妇产科领域,情志更是一大重要致病因素。女性以肝为先天,女性因情志致病人数约为男性的三倍^[6]。《医家心法》中就有关于情志致病的记载:“七情过度,必生拂郁”,七情和悦乃健康之本。女性阳常有余,血常不足的体质使其对情志致病有绝对的易感性^[7]。

1 情志对先兆流产患者的影响

先兆流产是妊娠常见病^[8]。近年来,女性先兆流产的发生率有所升高,约为20%~25%^[9]。妊娠期是一个特殊时期,女性在这一时期生理心理均发生着巨大的变化,而孕妇较正常女性来说身

心更加脆弱,情绪更易受周围的人或事物影响^[10]。调查显示,妊娠期孕妇焦虑发生率可达55%^[11]。生理上,妊娠期女性感受到妊娠剧吐、尿频、行动不便等身体上的不适;心理上,孕妇对胎儿是否健康、能否顺利分娩、胎儿分娩方式、胎儿的喂养方式等问题进行思考,情绪更易紧张、焦虑不安。李慧敏等^[12]研究发现,长期不良情绪刺激可降低机体免疫功能,免疫系统功能的改变又可以反作用于神经内分泌,焦虑抑郁情绪与人绒毛膜促性腺激素上升水平呈负相关^[13-14],从而形成恶性循环,影响妊娠结局。研究发现,长期处于紧张状态,可使母体大脑皮质兴奋,引起子宫小动脉痉挛,出现缺血、缺氧,子宫强烈收缩,造成流产。对胎儿来说,母体的不良情绪对胎儿胎盘、垂体-肾上腺轴起到应激激活作用,促进促肾上腺激素释放,导致胎儿畸形,影响大脑生长发育,甚至影响胎儿远期功能,胎儿健康状况与母体不良情绪之间存在正相关^[15]。孕妇属于特殊人群,用药要谨慎小心^[16],建议采取一些安全、绿色的方法进行干预。对于

先兆流产,西医常以黄体支持治疗为主^[17];中医常以中药贴敷、艾灸、穴位按摩等特色疗法治疗^[18]。除此之外,还应对孕妇进行情志调理^[1]。故对于保胎患者,可在传统药物缓解因生理变化带来身体不适的同时,辅助运用五行音乐疗法,怡情悦性,改善患者情绪,身心同治,可提高保胎成功率。

2 音乐疗法及五音疗法的临床应用

2.1 音乐疗法 音乐疗法是集医学、音乐、心理、物理等多学科为一体的交叉学科,不仅带给人愉悦的享受,还可通过心理、生理双重作用影响人的身心^[19]。心理上,欣赏音乐,可使人的情志、脏器产生互动,达到畅志怡情的目的,通过音乐宣泄自身情感,引发情感上的共鸣,达到心理上的平衡,所谓“志之所至乐亦至焉”^[20]。生理上,音乐可以产生与人体脏腑、经脉相一致的声波震动。从生物学角度来看,振动的声波可促进人体分泌生理活性物质,如内啡肽,降低疼痛,使人快乐^[21]。还可以调节血液流动,刺激神经,降低交感神经的兴奋性,降低心率和呼吸频率,缓解主观疲劳,减轻患者焦虑、抑郁症状,促进身体自愈^[22]。从物理角度来说,音乐声波震荡以物理能量的形式,影响人体气的运动。

2.2 五音疗法 五音疗法属音乐疗法之一,《黄帝内经》首次将五音引向医学领域,以音为药,治病养生,“乐以治心,血气以平”,确定了其在医学体系中的作用^[23]。五音疗法以中医基础理论为指导,五音(角、徵、宫、商、羽)对五行(木、火、土、金、水),内应五脏(肝、心、脾、肺、肾),调控五志(怒、喜、悲、思、恐),依据五行学说相生相克理论,通过与五脏的联系来调节身心,具有调神、悦心、疏肝、解郁之功^[24]。研究显示,五音平和的旋律能调节交感神经兴奋,缓和交感神经对外周效应器的紧张性^[25]。相较于其他音乐疗法来说,五音疗法还有一定针对性,特异性。《黄帝内经》认为:“天有五音,人有五脏,天有六律,人有六腑”“百病生于气而止于音。”气机失调,便会产生病痛,因此调节气的运动,是防治疾病的重要途径^[26]。有针对性地调节气的运动、可改善脏器功能、优化心理状态,从调节气血、怡情悦性养性两方面作用于人体,达到保健和治疗作用。

2.3 五音疗法在保胎患者中的辅助作用 先兆流产常表现为阴道流血、下腹部疼痛、腰酸腰痛,面对这种情况,患者势必出现恐惧、焦虑,有一定心理负担。这种不良情绪反过来又会影响胎儿在母体中的发育,加重先兆流产症状。因此,应在中

西医药物治疗基础上,进行五音治疗^[27]。中医讲求辨证论治,辨证用药,五音疗法亦是如此,辨证选音,对证选乐,不同主调式的音乐有相对应的脏腑,可顺其脏腑施乐。角通于肝,属木音,顺应木气的展放,性条达,可除忧解思,止痛安神;徵通于心,属火音,顺应火气的上升,性躁烈,通调血脉,养心安神;宫通于脾,属土音,顺应土气的平稳,性冲和,调达中焦,稳定全身气机;商通于肺,属金音,顺应金气的收敛,性肃穆,调节肺之宣降,内收全身气机;羽通于肾,属水音,顺应水气的下降,性沉静,改善焦虑情绪^[28]。角、徵、宫、商、羽可分别作为主音^[29],构成五种不同调式的音乐,产生不同的声波振荡,不断变化的频率与人体器官共鸣互振,对人体生理、心理产生良性导向调节。当邪气侵袭,破坏脏腑器官经络间振动节奏的协调一致时,可利用五音经络传感,调整脏腑器官的振动节奏,使之协调,产生对人体有益的共鸣。通过调节五音,恢复脏腑功能,使人体情绪得舒,气血得畅,生理、心理维持在一个正常范围,使机体处于一个平衡的状态,从而达到治疗目的。五音的选取可根据五行生克规律^[30],在改善焦虑、抑郁等不良情绪方面取得较好疗效^[31-32]。先兆流产患者多数表现出忧心与恐惧,担心胎儿的情况,害怕流产。中医认为:恐伤肾,而思胜恐,可用浑和厚重、沉静悠扬的宫调音乐来治疗,运用其稳重、平和静穆的特性发挥其抚慰功效,即情志疗法中的情志相胜法。同时宫调应脾,可补脾气、助运化,补后天之精以养胎元;恐伤肾,对流产的恐惧使患者焦虑,致气机逆乱,损伤肾气,虚则补之,故采用恬静、苍凉柔润的羽调音乐,促进全身气机下降,恢复肾气。若兼有心神不安、郁郁寡欢的患者则应给予旋律欢快,通于心、应于喜的徵调音乐,可养心安神,振奋精神。若患者压力过大,愤懑不乐,可给予曲调舒展悠扬、亲切平和的角调音乐,疏泄肝气,调节全身气机。李志云等^[33]对先兆流产保胎患者在抑制宫缩治疗的基础上,加用五音疗法干预,结果显示与对照组相比,保胎成功率增高,宫缩消失时间缩短,孕周时间延长。研究显示,在常规治疗的基础上,辅助应用五行音乐疗法,结果显示相较于对照组皮质醇水平下降且妊娠成功率提高^[34]。

3 五音疗法的应用前景

音乐疗法是现代重要心理疗法之一,五音疗法作为音乐疗法的一部分,基于中医基础理论,与五脏、五行、五志等相结合,通过影响机体气的运动,提高脏腑功能,改善不良情绪,以乐为药,药乐

同源。临床已证实五音疗法可有效缓解焦虑、抑郁情绪^[35],对因情志所导致的各类疾病均有一定治疗作用。由于孕妇体内激素波动,容易紧张、焦虑,这些负面情绪不利于妊娠。五音疗法具有无痛、无毒副作用等特点,通过辨证选音,可以有针对性地进行治疗,特异性高,有效性强,适用于孕妇这一特殊人群。五音疗法可从本质上消除这些不利于妊娠的负面因素,且容易操作,不拘泥于形式,灵活多变,不会给孕妇带来额外负担。

五音疗法至今尚未形成一套完整的理论体系,五行音乐与平时喜爱听的现代音乐仍有出入,部分患者难以接受,这就有悖于怡情悦性这一治疗初衷,影响治疗效果。我们应致力于将现代音乐与传统五行音乐相结合,形成一套完整、规范化的五行音乐疗法,进一步应用到先兆流产患者的保胎治疗中。

参考文献

[1] 焦丽璞.《黄帝内经》情志致病因素及调摄方法研究[D]. 济南:山西中医药大学,2020.

[2] 王兆卒. 甲状腺结节现代中医病因研究[D]. 北京:北京中医药大学,2020.

[3] 张兆洲,王炎,张怡,等. 情志理论在肿瘤防治中的作用初探[J]. 中华中医药杂志,2020,35(7):3329-3334.

[4] 胥铭轩. 情志因素与月经相关性的理论探讨和临床调查研究[D]. 北京:北京中医药大学,2014.

[5] 张素焱,李德辉,廖锐,等. 从情志方面探讨乳腺增生病因病机[J]. 时珍国医国药,2013,24(1):175-176.

[6] 阳少辉. 情志致病源流探讨及情志因素与妇科疾病的相关性研究[D]. 广州:广州中医药大学,2012.

[7] 钟燕英. 女性原发性不孕与继发性不孕患者在中医体质、证型及情志方面的对比研究[D]. 成都:成都中医药大学,2016.

[8] 李心悦. 中药联合耳穴压豆治疗早期先兆流产伴不良情绪患者的临床研究[D]. 杭州:浙江中医药大学,2022.

[9] 熊玉瑶,丁丽仙,李琼. 中医药治疗先兆流产的研究进展[J]. 世界最新医学信息文摘,2019,19(66):52-53.

[10] 李慧敏,武美丽,金莉娅,等. 不明原因复发性流产患者的心理因素对细胞免疫功能的影响[J]. 中国优生优育,2013,19(7):535-538.

[11] 龚桂芳,郑先琳,秦爽. 复发性流产病人孕早期焦虑、抑郁情绪与血清β-HCG、孕酮的相关性[J]. 护理研究,2015,29(25):3162-3164.

[12] 李慧敏,武美丽,金莉娅,等. 不明原因复发性流产患者的心理因素对细胞免疫功能的影响[J]. 中国优生优育,2013,19(7):535-538.

[13] 龚桂芳,郑先琳,秦爽. 复发性流产病人孕早期焦虑、抑郁情绪与血清β-HCG、孕酮的相关性[J]. 护理研究,2015,29(25):3162-3164.

[14] 陈燕萍. 先兆流产孕妇保胎治疗的临床护理进展[J]. 循证护理,2019,5(7):608-612.

[15] 宁思婷. 妊娠期妇女焦虑、抑郁等不良情绪对妊娠结局的作用评价[J]. 实用妇科内分泌电子杂志,2019,6(13):32-33.

[16] HUYBRECHTS K F, KULLDORFF M, S HERNÁNDEZ-DÍAZ, et al. Active surveillance of the safety of medications used during pregnancy[J]. Am J Epidemiol, 2021, 190(6): 1159-1168.

[17] 王甜甜. 中西医结合与单纯西医治疗早期先兆流产临床疗效的差异分析[J]. 海峡药学, 2018, 30(9): 207-208.

[18] 邹奕洁,赵娟,胡荣魁,等. 宁心法在胎动不安治疗中的应用——附28例临床资料[J]. 江苏中医药, 2018, 50(12): 42-44.

[19] 蓝宪,叶然,林法财. 音乐疗法文献研究探析[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(4): 2099-2101.

[20] 赵中秋,梁君昭,唐显群. 中医五音治疗郁病研究进展[J]. 陕西中医, 2020, 41(3): 406-408.

[21] 鲁剑萍,张翠娣,王娴. 中医五行音乐结合熏蒸治疗脑卒中后肩手综合征的研究[J]. 护理研究, 2013, 27(25): 2745-2746.

[22] 杨舒涵. 五音经络疗法思想探析[J]. 世界科学技术—中医药现代化, 2017, 19(12): 2040-2044.

[23] 吕鹏,李茵. 中医五音疗法研究进展[J]. 河南中医, 2021, 41(8): 1291-1296.

[24] 万秋,罗宵. 中医五音疗法的临床研究概况[J]. 中国民族民间医药, 2021, 30(12): 82-85.

[25] 张志业,颜敏,龙波,等. 中医五音疗法预防急性心肌梗死交感风暴的疗效观察[J]. 中医导报, 2019, 25(9): 87-89.

[26] 张浩,吕荣菊,郑智勇,等. 情志相胜疗法在抑郁症中应用及其机制研究[J]. 辽宁中医药大学学报, 2017, 19(8): 70-73.

[27] 王瑜玲,王健平. 音乐疗法对先兆流产患者影响的研究[J]. 国际护理学杂志, 2012, 33(6): 970-972.

[28] 王宇信,王彤. 中医五音疗法治疗情志病的理论基础与临床应用[J]. 中医学报, 2022, 37(1): 50-53.

[29] 郝万山,素心. 妙音通经焕新生——五音治疗原理[J]. 中国气功科学, 2000, 10(12): 42-43.

[30] 毛静,方蕾,刘姝,等. 耳穴埋豆配合中医五音疗法对早期先兆流产保胎患者焦虑情绪及睡眠质量的影响[J]. 河南中医, 2018, 38(10): 1565-1568.

[31] 赵廉政,陈以国. 传统中医五音疗法的研究进展[J]. 中华中医药杂志, 2016, 31(11): 4666-4668.

[32] 魏超容,余敏梅,黄道华,等. 中医五音疗法对早期先兆流产并发焦虑患者的影响[J]. 国际医药卫生导报, 2013, 19(21): 3366-3368.

[33] 李志云,姚琳琳,夏燕琼. 五行音乐辅助干预晚期先兆流产对孕周延长时间及孕产妇情绪和生存质量的影响[J]. 护理实践与研究, 2016, 13(22): 58-60.

[34] 刘昱磊,王俊玲,覃晓玲,等. 五行音乐疗法对抑郁焦虑反复自然流产患者妊娠结局的影响[J]. 四川中医, 2013, 31(2): 74-76.

[35] 江秋丹. 五音疗法辅助治疗肾虚肝郁型先兆流产效果观察[J]. 中国乡村医药, 2019, 26(17): 14-15.

收稿日期:2022-09-07

*基金项目:辽宁省科学技术计划项目(2014010061-301)。

作者简介:滕博(1994—),女,硕士学位。研究方向:妇科疾病的中医诊治及研究。

△通讯作者:王轶蓉(1974—),女,主任医师,研究生导师。研究方向:妇科疾病的中医诊治及研究。