

# 从“情志怫郁”论慢性荨麻疹的病因病机<sup>\*</sup>

李萌<sup>1</sup> 周昕欣<sup>2\*\*</sup>

(1. 辽宁中医药大学, 辽宁 沈阳 110847; 2. 辽宁中医药大学附属第二医院, 辽宁 沈阳 110847)

**摘 要:**慢性荨麻疹病变过程中,常以情志郁结及气机郁滞的“怫郁”为突出表现。“情志怫郁”损伤主要累及肺、肝、心、脾等脏,通过迟滞及消沉脏腑气机,易致六淫外邪侵袭,变生风、火、痰、瘀、虚,影响并促进了慢性荨麻疹的发生、演化、复发及迁延。相应表现为悲忧伤肺,肺卫不固,风蕴肌肤;郁怒伤肝,肝阳化火,血随风动;心神郁遏,化火伤阴,血虚失养;思虑郁脾,气虚痰凝,迁延反复等病因病机特点。从“情志怫郁”探讨慢性荨麻疹的病因病机,对于丰富慢性荨麻疹的中医诊疗理论,探索有效的情志干预手段,提高临床治愈率,降低复发率,具有现实的临床实践指导意义。

**关键词:**荨麻疹;情志怫郁;精神因素;病因;病机

**中图分类号:**R275

**文献标识码:**A

**文章编号:**2096-1340(2023)03-0055-04

**DOI:**10.13424/j.cnki.jscstem.2023.03.011

荨麻疹是一种以皮肤出现风团、剧烈瘙痒为主症的过敏性皮肤病,是最常见的皮肤病之一。慢性荨麻疹(chronic urticaria, CU),指荨麻疹每周发作两次以上,并持续复发超过六周,发病率约为0.05%~3%<sup>[1]</sup>。中医称本病为“瘾疹”“赤白游风”“鬼饭疙瘩”等,以表虚卫外不固,感受风邪;饮食不节;情志内伤;肝肾不足,血虚风燥等为主要病机,其中,情志内伤既是CU发病的关键致病因素,也是CU病变过程中的突出病症表现,而“情志怫郁”作为情志内伤的重要类型,可导致气机阻滞,气血不和,肌肤失于濡养,风邪外侵;或焦虑抑郁使气机不畅,阴阳失和,火热内生,壅滞肌肤,促进CU病变发生,使病情迁延反复。因此,从“情志怫郁”探讨CU的病因病机及辨治,对于提高其临床疗效,具有一定的理论及实践参考价值。

## 1 “情志怫郁”与心身性皮肤病

皮肤与神经精神系统具有相同的胚胎起源,并存在免疫系统、激素和神经递质之间独特的相互作用<sup>[2]</sup>,因此,精神障碍及心理问题在许多皮肤

病的发生发展过程中起有重要作用<sup>[3]</sup>。首先,皮肤病伴发精神疾病现象十分常见,各种皮肤病变在侵犯五脏过程中,可产生浮躁、暴躁、急躁、烦躁和焦躁等情绪表现,并影响皮肤病的发生、发展和预后<sup>[4]</sup>,而皮肤病的反复发作,又给患者带来巨大的心理压力,而愈发抑郁急躁、紧张焦虑,极易形成恶性循环更加迁延难愈。研究显示,神经精神因素导致CU发生与发展的作用机制,与NGF、SP、CGRP、内源性阿片样肽类、5-HT及肥大细胞等多种因素有关,但详细机制仍有待于深入研究<sup>[5]</sup>。中医学认为情志内伤是各类疾病发生的关键病因,各种社会因素如经济或家庭状况、文化程度、人际关系等均能影响人的情志活动,若不能调节适应则可直接损伤脏腑精气,诱发多种情志病和心身疾病。在皮肤病的情志致病因素中,“情志怫郁”占有十分重要的地位。“怫郁”亦作“怫悒”,即“心情不舒畅”<sup>[6]</sup>之意,主要表现为“情志郁结”及“气机郁滞”<sup>[7]</sup>。“情志怫郁”不仅引起脏腑、经络、组织、器官等部位气机迟缓及消沉,破坏营卫、气

\* 基金项目:国家自然科学基金青年项目(81803849)

\*\* 通讯作者:周昕欣,副主任中医师。E-mail:zhouxinxincc@163.com

血、阴阳等有序的平衡状态,也是风、寒、湿、燥、火(热)等六淫外邪侵袭,痰饮、水湿、瘀血等病理产物蓄积的重要因素,影响并促进了皮肤病证的发生、复发、迁延及演化。因此,积极控制焦虑、愤怒、害怕、羞耻、抑郁、恐惧等精神症状,是有效干预心身性皮肤病的重要方法。

## 2 “情志怫郁”与慢性荨麻疹的病因病机

在 CU 发病过程中,“情志怫郁”损伤主要累及肺、肝、心、脾等脏,相应表现为悲忧伤耗肺卫、郁怒升发肝阳、焦虑郁遏心神、忧思郁滞脾气等病因病机。

**2.1 悲忧伤肺,肺卫不固,风蕴肌肤** 因肺主呼吸之气及周身之气的生成及运行,通过宣发及肃降的协调配合,使气血津液运行输布至周身各处,肺气宣发卫气、津液、阴血,达皮肤、腠理、玄府,发挥防御、温煦、滋润、濡养等作用,肺与皮肤相互为用,两者在生理病理上密切相关。《诸病源候论·风病诸候下·风候》云:“人皮肤虚,为风所折,则起瘾疹。”《证治准绳》又云:“风邪客于肌中则肌虚,真气发散,又被寒搏皮肤,外发腠理,开毫毛,淫气妄行之则为痒也。”均指出外邪侵袭是 CU 发生的主要外因。近年研究显示,在外因致病过程中,环境污染与 CU 发病率之间有显著相关性,环境毒邪的病因病机、致病特点,与 CU 发病机制有一定相似性<sup>[8]</sup>,提示增强肺卫防御功能对 CU 防控及治疗具有重要意义。由于肺气及卫阳的生成、运行及布散,易于受到悲忧情志刺激影响,而产生正气耗损及气机逆乱。因此,若患者意志消沉,悲哀忧伤过度,日久损伤肺之气阴,皮肤失养,卫气不固;或因瘾疹迁延不愈,病情反复发作,长期产生负面悲忧情绪,致肺气生成不足,宣肃失利,均可引起营卫失和,卫外失职,风邪乘虚外侵,蕴结皮肤,游移走窜,不定时出现风团、瘙痒等症状表现。因此,积极改善悲观不良情绪,恢复肺主治理调节气血津液功能,保证肺气充沛,肺气通利,防止外邪侵袭,是各种皮肤病证的治疗基础,更是 CU 治疗及康复的前提条件。

**2.2 郁怒伤肝,肝阳化火,血随风动** 肝升发条

达、通调气机,肝藏血,乃气血运行枢纽,肝气疏通便气血充足,皮肤得肝木濡养则润泽健康。《吴注黄帝内经素问》曰:“肝气急而志怒,故为将军之官。”肝主调畅情志,怒气最易伤肝。若郁怒日久,则肝失疏泄,肝气郁滞则气血不和,搏于肌肤可发为 CU;另一方面,肝郁日久,升发太过,则肝阳上亢,郁而化火,耗阴生风<sup>[9]</sup>,加之外界之风通于肝,血随风动,而发为风团,皮肤瘙痒。正如《医学入门》载:“赤白游风属肝火。”《外科枢要·论赤白游风》云:“赤白游风,属脾肺气虚,腠理不密,风热相搏,或寒闭腠理,内热拂郁;或阴虚火动,外邪所乘;或肝火风热、血热。”均说明肝火与 CU 密切相关。过度愤怒、抑郁烦躁等不良心理因素,是影响 CU 发病的重要病因,多表现为肝郁化火证候,平素情绪暴躁,善太息,治以疏肝理气泄热,常用柴胡、栀子、芍药等治疗。若气滞重者加木香、香附等,以破气行滞;若肝郁日久,引起脾虚,正如《金匱要略》所云:“见肝之病,知肝传脾。”可加白术、山药、党参等,以健脾益气,或治以疏肝泄热,调和肝脾,凉血祛风,并注意调摄精神抑郁<sup>[10]</sup>,或采用养血疏肝通络法配合心理干预治疗,对于 CU 合并 H. pylori 感染,具有疗效确切,复发率低, H. pylori 根除率高等治疗特点<sup>[11]</sup>。因此,注重肝脏“体阴用阳”生理特性,治以养肝、柔肝、平肝、疏肝,恢复肝主调畅情志功能,兼顾调理脾胃运化及升降,对于 CU 迁延不愈者,可另辟蹊径,使预后更佳。

**2.3 心神郁遏,化火伤阴,血虚失养** 《素问·至真要大论》曰:“诸痛痒疮,皆属于心。”《外科大成》亦云:“疹属少阴君火。”指出心主藏神功能失常,常表现为机体疼痛、瘙痒等感觉异常,且心为君火之官,以阳气为用,心神调节心之气血阴阳运行,维系了心脏正常搏动的频率及节律,调控了各脏腑组织器官功能发挥。若心神郁遏,神气不行,心阳郁而化生火热,则熏灼耗伤肌肤阴血,肌肤失于阴血濡养,又外风袭表则皮肤瘙痒可发风团。王冰在《补注黄帝内经素问》中便有记载:“心寂则痛痒微,心躁则痛痒甚。”说明若心神不宁,烦躁不安可加重瘙痒,也明确了心神对瘙痒性皮肤病有着

十分重要的影响。此类患者可见平素心烦不止,兼有心悸不安,失眠等症状,甚或皮肤干燥、甲错等血虚风动之症。选用合欢皮、酸枣仁、柏子仁等以养心安神,平素注意心态平和,舒畅宁静则预后更佳。如张靖芳<sup>[12]</sup>认为心之阳气散布于皮表的各种组织,维持皮表正常生理功能、抵御外邪侵袭,而从心阳、心血、心神论治荨麻疹,可有效改善症状,提高治愈率,同时降低复发率。另一方面,CU患者常伴随情志烦躁、风团红赤、夜卧难安等症状,亦是心火内炎,心神郁遏不宁所致。采用安神止痒汤治疗慢性荨麻疹,以生龙骨、煅牡蛎为君药,安神潜阳,与氯雷他定分散片比较,可显著降低皮损程度、改善瘙痒情况<sup>[13]</sup>。

**2.4 思虑郁脾,气虚痰凝,迁延反复** 《丹溪心法》云:“瘾疹多属脾。”CU常因难以忍受的剧烈瘙痒,给生活和工作,带来极大困扰,使患者产生焦虑、紧张等不良情绪。同时,本病易发生于手臂、颜面等暴露部位,并可留下色素沉着,或搔抓瘢痕,影响美观,加重患者心理压力,致使思虑过度或所思不遂,导致气滞或气结,而郁滞脾气,又可因寝食难安,饮食失节,而致脾失运化,正气化生不足,水液不归正化,痰浊内生,蕴结化热,与风邪胶结于肌肤,肌肤失养,营卫失和,瘙痒反复不愈。在病因病机方面,毛铃铃<sup>[14]</sup>指出脾虚湿邪内蕴,裹挟风寒热瘀诸邪,壅遏体内及肌表,是CU迁延难愈的主要病机。在治疗方面,皮肤科泰斗赵炳南教授根据古方五皮饮化裁而成多皮饮,以健脾除湿治本为主,佐以和血疏风而止痒,用于治疗顽固性CU,具有较好的临床疗效<sup>[15]</sup>。现代医学认为氧化应激反应与CU发病密切相关,可促使肥大细胞、CD4<sup>+</sup>T淋巴细胞、嗜酸性粒细胞和嗜碱性粒细胞等在CU患者皮内浸润<sup>[16]</sup>,而氧化应激反应是痰与CU发生的交叉环节<sup>[17]</sup>。因此,基于“脾为生痰之源”理论认识,通过健脾化痰祛湿,辅以音乐情志护理,排解忧愁思虑情绪,谨调饮食五味,恢复脾气健运之职,可以阻断病情迁延发展进程。

### 3 结语

随着心身医学理论与皮肤病学发病机制的深

入交融,使银屑病、痤疮、黄褐斑、荨麻疹等多种心身性皮肤病治疗效果不断提高。由于人体内存在着承担情志活动的整体调控系统<sup>[18]</sup>,而中医药学在“整体观念”指导下,对慢性荨麻疹研究方法和治疗方案呈现多样化趋势<sup>[19]</sup>,其以“形神一体观”为主导诊疗思想,从社会心理、精神情志角度出发,灵活辨治皮肤损伤及感觉异常,是中医皮肤病治疗的特色及优势所在,应加以推广、应用及提高。虽然从皮肤病学学科延展、病因病机理论深化、临床证治实践经验等层面,均有力支撑从情志内伤辨治CU的科学性及有效性,但从情志因素辨治CU的研究现状来看,存在基础及临床研究数量稀少,研究层次及水平较低,尤其缺少动物实验的实证研究等现实问题,且情绪的多变性,隐匿性,难掌控性,使其造模困难,难以有精确的鉴定标准<sup>[20]</sup>。鉴于中医情志致病与人体内部神经-内分泌-免疫网络调控系统关联紧密<sup>[21]</sup>,从“情志怫郁”理论出发,以肺、肝、心、脾等藏象理论为核心,以悲忧、郁怒、思虑等情志为要素,以免疫反应、变态反应、炎症反应、氧化应激反应、血液流变学等为主要评价指标,全面诠释CU的情志致病机制,客观评价中医情志干预的临床效果,为丰富CU治则治法理论,探索有效干预手段,提供必要的证据支持。

### 参考文献

- [1] Zuberbier T, Aberer W, Asero R, et al. Methods report on the development of the 2013 revision and update of the EAACI/GA2 LEN/EDF /WAO guideline for the definition, classification, diagnosis, and management of urticaria [J]. Allergy, 2014, 69(7): e1-e29.
- [2] 魏芬, 江建, 陈宏翔. 心身性皮肤病概论[J]. 皮肤科学通报, 2021, 38(2): 102-107.
- [3] 杨家慧, 陈宏翔, 喻楠. 心身性皮肤病特点与类型的研究进展[J]. 皮肤科学通报, 2021, 38(2): 157-161, 167.
- [4] 吴志洪, 张衍, 黄琴, 等. 中医皮肤病学情志致病的教学思路[J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20(13): 3-5.
- [5] 吕薇, 马丽俐. 精神因素致慢性荨麻疹发病机制的研究进展[J]. 中国皮肤性病学杂志, 2010, 24(7): 669-670.

- [6]汪卫东,洪兰,刘艳骄,等.不寐(非器质性失眠症)中医诊疗方案(试行)[J].世界睡眠医学杂志,2015,2(1):14-18.
- [7]吕莉君,沈忆奕,盛增秀.不寐从佛郁论治[J].浙江中医杂志,2021,56(8):600-601.
- [8]康帅,李悠然,李冰,等.基于环境毒邪论荨麻疹病因探赜[J].中国中医基础医学杂志,2022,28(4):507-509,555.
- [9]张苍,李伯华,王乐,等.论慢性荨麻疹的中医核心病机与辨治思路[J].北京中医药,2019,38(5):403-406.
- [10]陆萍,王淑珍,刘书珍(指导).刘书珍运用丹栀逍遥散治疗疑难病症验案举隅[J].中医药学报,2012,40(6):85-86.
- [11]李娜.养血疏肝通络法配合心理干预治疗慢性荨麻疹疗效观察[J].现代中西医结合杂志,2016,25(33):3725-3727.
- [12]张靖芳.慢性荨麻疹从心论治的理论研究[D].郑州:河南中医药大学,2017.
- [13]杨彦洁,黄尧洲,张贺,等.安神止痒汤治疗慢性荨麻疹30例[J].中医药导报,2013,19(4):95-96.
- [14]毛铃铃.健脾化湿治疗慢性荨麻疹的临证体会[J].浙江中医杂志,2022,57(1):30.
- [15]耿学英.赵炳南治疗荨麻疹经验探讨[J].中医研究,2008,21(3):56-58.
- [16]刘丽明,于波,张杰.慢性自发性荨麻疹自身免疫机制研究进展[J].中华实用诊断与治疗杂志,2015,29(12):1154-1156.
- [17]龚宇欣,张旭婷,董建,等.从痰论治慢性荨麻疹[J].环球中医药,2022,15(9):1626-1629.
- [18]吴晓康,贺新怀.浅析情志致病的藏象学基础及其与免疫的相关性[J].现代中医药,2005,25(4):5-6.
- [19]王永培,刘海燕,洪靖.中医药治疗慢性荨麻疹研究进展[J].陕西中医药大学学报,2018,41(5):152-155.
- [20]于东波,张宏方,于鹏龙,等.论情志致病的免疫学机理[J].现代中医药,2016,36(4):59-61.
- [21]朱慧渊,韦克克,张琛,等.基于情志致病理论探讨脑卒中神经-内分泌-免疫网络调控机制[J].陕西中医药大学学报,2019,42(5):28-30.

(修回日期:2023-01-04 编辑:杨芳艳)