

中医五行音乐疗法治疗女性不孕症的研究进展

张 佳, 尹巧芝*

成都中医药大学临床医学院, 四川 成都

收稿日期: 2025年1月24日; 录用日期: 2025年2月17日; 发布日期: 2025年2月26日

摘 要

女性不孕症患者的情绪与妊娠结局密切相关, 焦虑、抑郁往往是导致女性不孕症的重要心理因素。中医五行音乐疗法是一种历史悠久、独具特色的中医外治法, 它将五脏与五音相联系, 通过运用角、徵、宫、商、羽五种不同调式乐曲调理五脏。对于女性不孕症患者, 特别是伴有焦虑、抑郁状态的患者, 通过五行音乐疗法改善患者生理、心理健康状况是一种值得尝试和研究的方法。

关键词

女性不孕症, 五行音乐疗法, 焦虑抑郁状态

Research Progress on the Treatment of Female Infertility with Traditional Chinese Medicine Five Element Music Therapy

Jia Zhang, Qiaozhi Yin*

Clinical Medicine College of Chengdu University of Traditional Chinese Medicine, Chengdu Sichuan

Received: Jan. 24th, 2025; accepted: Feb. 17th, 2025; published: Feb. 26th, 2025

Abstract

The emotions of female infertility patients are closely related to pregnancy outcomes, and anxiety and depression are often important psychological factors leading to female infertility. Traditional Chinese Medicine Five Elements Music Therapy is a long-standing and unique external treatment method that links the five organs with the five tones. It regulates the five organs through the use of music in five different modes: Jue, Zhi, Gong, Shang, and Yu. For female infertility patients, especially those with anxiety and depression, improving their physical and mental health through five element

*通讯作者。

文章引用: 张佳, 尹巧芝. 中医五行音乐疗法治疗女性不孕症的研究进展[J]. 临床医学进展, 2025, 15(2): 968-972.
DOI: 10.12677/acm.2025.152433

music therapy is a method worth trying and researching.

Keywords

Female Infertility, Traditional Chinese Medicine Five Elements Music Therapy, Anxiety and Depression State

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

近年来,随着生育率逐年下降,生育问题也逐渐成为当今社会关注的热点,不孕不育问题也引起了广泛的重视。据2019年的调查数据显示,我国目前不孕不育患病率将超过18% [1]。并且随着现代社会的高速发展,人们的工作生活压力日益增加,这个数值仍在逐年增长。目前,女性不孕症已成为现代医学研究的一个热点,如何解决女性不孕症患者的生育问题、进一步提高生育率是一个值得我们共同探讨与研究的问题。根据女性不孕症的相关因素研究表明[2],不孕患者的情绪、心理状态与最终的妊娠结局具有高度相关性,而焦虑抑郁状态通常是造成女性不孕症的一个重要心理因素。故关注女性不孕症患者的心理健康并缓解患者的焦虑抑郁状态对女性不孕症的治疗及妊娠结局的发展不可或缺。而中医五行音乐疗法在治疗焦虑抑郁、改善患者情绪及心理健康状况行之有效,现对中医五行音乐疗法治疗女性不孕症进行综述如下。

2. 中、西医对女性不孕症的认识

现代医学将“育龄期女性,有正常性生活,未避孕而1年未受孕(排除男方因素)”称为女性不孕症 [3]。怀孕是一个从排卵到受精,再到受精卵着床、胚胎发育的漫长而复杂的过程,其中任意一个环节出现异常都有可能致不孕,比如排卵障碍、输卵管运输障碍、卵泡发育不良、宫颈子宫发育异常以及机体免疫应答等因素。在如今男性主导的社会中,女性往往承担着更多来自家庭、工作以及舆论的压力,这导致大部分女性不孕症患者常常伴有一定程度的焦虑、抑郁情绪。大多数轻度的焦虑、抑郁状态就可导致女性不孕的病情加重,受孕概率进一步降低;少数严重的患者可能进一步发展为抑郁症、焦虑症,甚至出现自残、轻生等极端行为[4]。

而中医对于不孕症的记载最早可追溯至夏商周时期,《周易》有言“妇三岁不孕”提出不孕病名。而唐代《千金要方·求子》中“凡人无子,当为夫妻具有五劳七伤、虚羸百病所致”,首先指出不孕的病因,并同时提出“全不产”、“断绪”的分类。中医认为肾藏精、主生殖,肝藏血,脾主运化,故女性不孕症的病位主要在肝、脾、肾三脏,以肾虚为根本病机,或可兼有肝郁、血瘀、痰湿、湿热或气血不足。肾虚则使冲任血海亏虚、天癸乏源;肝郁则情志不舒、冲任不充;血瘀则胞宫、胞脉阻滞不通;痰湿则脂膜壅塞胞中;湿热易阻滞气机;气血不足则冲任血虚、胞宫失养;故因肾虚、肝郁、血瘀、痰湿、湿热、气血不足等原因均可致不孕。

3. 中医五行音乐疗法的理论基础

五行音乐疗法以阴阳、五行、脏腑学说为基础,将五行、五音、五脏及五志之间的客观对应关系整合起来,针对不同的疾病有效运用角、徵、宫、商、羽不同调式乐曲进行干预,对肝、心、脾、肺、肾五

脏起到调理作用,是一种历史悠久、独具特色的中医外治法。

“整体观”是中医学的基本特点。中医讲究“天人合一”,认为人与自然是相互影响、相互统一的,《黄帝内经》中记载:“天有五音,人有五脏,天有六律,人有六腑。此人与天地相参。”故人之五脏与自然之五音相互联系、密不可分。《素问·阴阳应象大论》中指出“角、徵、宫、商、羽”五音分属“木、火、土、金、水”五行,即“角声入肝,徵声入心,宫声入脾,商音入肺,羽声入肾”[5]。唐代王冰更是形象生动地描绘出五音各自的特点:“角谓木音,调而直也;徵谓火音,和而美也;宫为土音,大而和也;商谓金音,轻而劲也;羽谓水音,沉而深也。”即五音中,角属木,其性柔和、条达,可解郁养肝;徵属火,其性兴奋、活泼,可舒心愉神;宫属土,具有敦厚、庄重、典雅等特点,可健脾助运;商属金,其性清彻、肃静,可补肺润肺;羽属水,曲调哀怨凄凉,具有补肾益精、坚骨生髓之功。

“辨证论治”是中医治疗疾病的基本原则。因此,应用中医的五行音乐治疗疾病时还应与辨证思维相结合,如肝病用角音,心病用徵音,脾病用宫音,肺病用商音,肾病用羽音;对情志病中的怒伤肝则用角音,喜伤心则用徵音,思伤脾则用宫音,忧伤肺则用商音,恐伤肾则用羽音。例如,欧阳修《送杨真序》记载:“予尝有幽忧之疾,退而闲居,不能治也。既而学琴于友人孙道滋,受宫声数引,久而乐之,不知其疾之在体也。”即孙道滋利用五行属土的“宫声”运土,舒达其郁结之土气,使得气机畅通,从而缓解了欧阳修的“幽忧之疾”。

此外,五音也有对应的生克乘侮关系。宫生徵,徵生商、商生羽、羽生角,于调式上为主属关系,此为相生;而商、角属金、木;徵、羽属水、火,均为大二度,系不协和音程,属相克。如“思胜恐”“恐伤肾”治疗应选宫调,“恐胜喜”“喜伤心”治疗应选羽调,“怒胜思”“思伤脾”治疗应选角调,“喜胜忧”“悲胜怒”“怒伤肝”治疗应选商调,“忧伤肺”治疗应选徵调。例如,名曲《胡笳十八拍》中用较重的金属性的商音对体内过剩的木气产生抑制效果,同时又配上婉转的水属性的羽音使滞郁的肝气柔顺,进而达到养肝解郁的作用。

4. 音乐疗法的作用机制及应用

我国古代五音疗疾思想与现代新兴的音乐疗法不谋而合。现代的音乐治疗学是一门新兴的边缘交叉学科,其结合音乐、心理学、医学、康复学等专业学科的特点为一体,作为一种新型的无创的治疗方式逐渐被推广、被重视。关于其治病的机制尚不能完全明确,目前有多个假说有待进一步证实,例如生理学假说认为放松音乐一方面通过改善患者生理指标进而降低患者的焦虑水平,另一方面通过增加个体体内的脑源性神经营养因子(brain-derived neurotrophic factor, BDNF)水平,进而改善焦虑症状;而认知神经学假说认为音乐对大脑边缘结构的激活调节了个体情绪,使得音乐疗法对焦虑产生疗效,同时增强了焦虑患者额叶激活水平以及与其他脑区的功能连接,改善了执行控制能力,使得焦虑患者对担忧和恐惧情绪有更高的抑制能力,焦虑状态随之改善[6]。

目前音乐作为一种行之有效的缓解焦虑抑郁情绪的工具,正在被广泛运用于诸多行业领域中。2021年, Lucia Gassner 等[7]对系统评价和卫生技术评估报告进行了搜索,选择了 10 项具有中等/低偏倚风险(RoB)的随机对照试验,结果表明音乐治疗对于精神分裂症患者整体没有明显改善,但对于自闭症谱系障碍、抑郁症、痴呆症患者的身心健康具有明显的改善作用。范春来等[8]的随机对照研究显示中医药联合音乐治疗对肠道肿瘤临床疗效良好,可有效减轻患者焦虑抑郁情绪,提高生命质量,改善睡眠,其作用机制可能与改善 NLR、TNF- α 、IL-6 等水平有关,且安全性较好,有临床推广价值。刘亚珍等[9]研究认为对老年性聋患者采用音乐疗法可显著改善言语识别能力,减轻患者负面情绪,提高其认知功能及生活质量。代亚,谭红保等[10]研究发现音乐疗法应用于无痛分娩,能帮助稳定孕产妇生命体征,缓解焦虑情绪,减轻应激反应的发生;使血清 DYN 水平增加,相对减少机体的炎性疼痛介质表达,并减轻孕产妇分

娩后的疼痛感。提高新生儿 Apgar 评分, 减少缺氧酸中毒的发生, 降低孕妇产后出血量。程月红等[11]对 102 例抑郁症患者进行随机对照实验, 结果表明音乐疗法在辅助改善抑郁症患者抑郁情绪有着积极的影响, 能够快速缓解抑郁情绪。

5. 中医五音疗法在女性不孕症中的应用

中医认为, 情志是致病的重要因素, 通过五音疗法调畅情志从而达到治疗疾病的效果。因此, 张大伟[12]教授尤重患者情志的疏导, 以使精神开朗、平心静气, 为患者制订相应的怡情处方。如伴有情志不畅者, 可选角音, 如《欢乐歌》《云庆》等以助疏肝解郁。伴见过度思虑者可选宫音, 如《彩云追月》《渔舟唱晚》等以减缓焦虑。

此外, 亦有学者对五音疗法在女性不孕症的临床疗效及应用进行了部分探索。例如, 刘昱磊, 王俊玲等[13]对 120 名具有反复自然流产史的先兆流产患者进行追踪实验, 结果表明中医五行音乐疗法可明显降低焦虑、抑郁反复自然流产患者 SAS、HAMD 评分, 降低血浆皮质醇水平, 缓解患者焦虑、抑郁情绪, 可显著提高妊娠成功率。徐甜甜, 余畅等[14]选取 65 例行 IVF-ET 妇女作为研究对象, 探讨正念减压疗法联合五音疗法对行 IVF-ET 妇女的干预效果及自我效能的影响, 观察组干预后抑郁焦虑状态得到明显改善, 其生活质量、社会支持度和自我效能也明显提高, 观察组获卵数、优质胚胎数和妊娠率均高于对照组(均 $p < 0.05$), 这说明基于前述正念减压疗法联合五音疗法对 IVF-ET 妇女的影响, 患者临床妊娠结局也得到了一定的改善。堵吉[15]从阴阳、五行、七情学说角度介绍中医五行音乐疗法的特色和优势, 并在此基础上, 提出了中医音乐疗法在辅助生殖医学领域的可行性方案构建, 包括应用五音原理辨证施乐, 应用于子午流注原理分时择乐等。

目前我们对于五行音乐疗法在女性不孕症的治疗研究较少, 临床应用也留有较大空白。但现有理论及研究表明五音疗法在改善不孕患者焦虑抑郁状态、提高妊娠成功率方面具有一定的可行性, 值得我们进一步的探索与研究。

6. 小结

回看故纸堆里, 千年前的先贤前辈一笔一划写出木火土金水, 一曲一调谱出宫商角徵羽。经过上千年的传承与发展, 五行音乐疗法在中国传统阴阳、五行、藏象理论基础上, 逐渐形成了完整的音乐体系并广泛应用于各个领域。现有研究表明, 五音疗法对于改善女性不孕症患者焦虑、抑郁状态有明显效果, 并对妊娠结局产生一定的有利影响。但是目前对于五音疗法治疗女性不孕症的研究仍比较欠缺, 希望以后能有更多的理论与实验研究出现。

参考文献

- [1] 孙文希, 胡凌娟. 国内外不孕不育症现状及我国的干预策略探讨[J]. 人口与健康, 2019(12): 19-23.
- [2] 胡阔娜, 马彬, 张泽懿, 等. 女性不孕症患者生育生活质量影响因素的 Meta 分析[J]. 心理月刊, 2024, 19(8): 1-7.
- [3] 代玮, 郭艺红. 2023 年欧洲人类生殖与胚胎学学会《不明原因不孕症的诊断与治疗指南》解读[J]. 实用妇产科杂志, 2024, 40(7): 527-531.
- [4] 祁秀娟, 魏丽娜, 段玉英, 等. 不孕症妇女焦虑抑郁心理状态调查[J]. 中国妇幼保健, 2008(2): 228-230.
- [5] 李元琪. 浅论《黄帝内经》五音治疗思想及现代临床应用价值[J]. 浙江中医药大学学报, 2014, 38(12): 1441-1443.
- [6] 周子涵, 潘文谊, 邱依雯, 等. 音乐疗法干预焦虑的作用机制[J]. 中国临床心理学杂志, 2024, 32(3): 711-716.
- [7] Gassner, L., Geretsegger, M. and Mayer-Ferbas, J. (2021) Effectiveness of Music Therapy for Autism Spectrum Disorder, Dementia, Depression, Insomnia and Schizophrenia: Update of Systematic Reviews. *The European Journal of Public Health*, 32, 27-34. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckab042>
- [8] 范春来, 蔡青青, 季晓杭, 等. 中医药联合音乐疗法对老年晚期肠道肿瘤患者临床疗效及其机制探讨[J]. 辽宁中

- 医药大学学报, 2024, 26(8): 217-220.
- [9] 刘亚珍, 刘烨松, 仇顺锋. 音乐疗法对老年性聋患者言语识别能力及负面情绪的影响[J]. 中国听力语言康复科学杂志, 2024, 22(3): 290-293.
- [10] 代亚, 谭红保, 宋桂林, 等. 音乐疗法在无痛分娩中对母婴的影响[J]. 广东医学, 2024, 45(2): 254-259.
- [11] 程月红, 王雨静, 徐琳. 音乐疗法对抑郁情绪的影响[J]. 河北医药, 2024, 46(7): 1091-1094.
- [12] 常文蕊, 张大伟. 张大伟教授治疗肝肾阴虚型不孕症经验拾要[J]. 中医临床研究, 2019, 11(15): 122-125.
- [13] 刘昱磊, 王俊玲, 覃晓玲, 等. 五行音乐疗法对反复流产病人焦虑、抑郁状态的影响[J]. 深圳中西医结合杂志, 2012, 22(4): 208-212.
- [14] 徐甜甜, 余畅, 金菲菲, 等. 正念减压疗法联合五音疗法对行体外受精-胚胎移植妇女的干预效果及自我效能影响[J]. 现代实用医学, 2022, 34(8): 1094-1096.
- [15] 堵吉. 中医子午流注五行音乐理论在辅助生殖中的辨证施乐方案构建[J]. 中国社区医师, 2022, 38(35): 75-77, 80.