

基于心主神明理论探析十三鬼穴治疗焦虑障碍的研究进展

顾子清¹, 李晓宁^{2*}

¹黑龙江中医药大学研究生院, 黑龙江 哈尔滨

²黑龙江中医药大学附属第二医院, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2026年6月21日; 录用日期: 2026年7月15日; 发布日期: 2026年7月22日

摘 要

随着社会工作生活学习压力增大, 焦虑症的发生的人群范围逐渐增大, 发生率也逐渐增高。利用传统针刺治疗焦虑症, 可以避免西药带来的头晕嗜睡、胃肠道不适、口干乏力、肝肾功能轻微损伤等躯体不良反应副作用。神明藏于心, 人体情志安宁与否由心主导, 因此焦虑发病多责之于心。中医学将焦虑归入郁证一类, 十三鬼穴作为古时治疗情志失常的专用穴方, 其相关记载最早见于《备急千金要方》。经现代医家的研究, 鬼穴在治疗焦虑症方面具有显著的效果。本文在心主神志的基础上分脏腑论述十三鬼穴对焦虑症的治疗。

关键词

焦虑症, 十三鬼穴, 心主神明

Research Progress on the Treatment of Anxiety Disorders with Thirteen Ghost Points Based on the Theory That the Heart Governs the Spirit

Ziqing Gu¹, Xiaoning Li^{2*}

¹Graduate School, Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

²The Second Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

Received: June 21, 2026; accepted: July 15, 2026; published: July 22, 2026

*通讯作者。

文章引用: 顾子清, 李晓宁. 基于心主神明理论探析十三鬼穴治疗焦虑障碍的研究进展[J]. 临床医学进展, 2026, 16(7): 1935-1941. DOI: 10.12677/acm.2026.1672719

Abstract

With the increasing pressure from work, daily life and academic study, the population suffering from anxiety disorders is expanding continuously, and its incidence rises year by year. Traditional acupuncture for anxiety disorders can avoid physical adverse reactions induced by western medicines, such as dizziness, drowsiness, gastrointestinal discomfort, dry mouth, fatigue and mild damage to liver and kidney functions. Traditional Chinese medicine holds that the heart stores the spirit and dominates emotional stability, so the pathogenesis of anxiety is mostly attributed to the heart. Anxiety disorders are categorized as depressive syndromes in TCM. As a classic acupoint prescription for emotional disorders in ancient times, the Thirteen Ghost Points were first recorded in *Essential Prescriptions Worth a Thousand Gold Pieces*. Modern medical studies have verified that the Thirteen Ghost Points exert remarkable curative effects on anxiety disorders. Based on the TCM theory that the heart governs the spirit, this paper elaborates the therapeutic mechanism of the Thirteen Ghost Points for anxiety disorders from the perspective of zang-fu organs.

Keywords

Anxiety Disorders, Thirteen Ghost Points, The Heart Governs the Spirit

Copyright © 2026 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

十三鬼穴最初文献记载名为“十三穴”，是古人用于调治各类情志失常病症的经验效穴集合[1]。古代医家普遍将精神情志异常归咎于邪鬼侵扰，故而在命名中加入“鬼”字，由此衍生出十三鬼穴这一称谓。历代医家对十三鬼穴的记载存在一定差异，后世多在孙思邈原有取穴体系上不断增补修订，亦有医家结合自身临床经验另行归纳总结，致使该穴组在穴位名称、定位归属、针刺顺序及取穴总数等方面形成了诸多版本[2]。《备急千金要方》卷十四《小肠腑方·风癲第五》[3]载有“百邪所病者，针有十三穴也……别是术家秘要”一文，系统记述了该组穴位的名称、具体定位、针刺深浅及施针次第，成为后世传承与应用十三鬼穴的源头。孙思邈所著《千金翼方》一书，对十三穴的配伍内容进行了小幅调整，后世多部针灸典籍均收录整理了“孙真人十三鬼穴”相关内容，其中包含杨继洲编撰的《针灸大成》[4]、徐凤撰写的《针灸大全》[5]以及高武编纂的《针灸聚英》[6]，却在腧穴的定位及名称上略微有所不同，孙真人《备急千金要方》中劳宫、申脉共用鬼路名称，鬼心取肺经太渊；《针灸大成》中鬼心为心包的原穴太渊，第九穴的劳宫改为间使，命名鬼窟；《针灸聚英》在徐凤基础上将第九穴鬼窟改为鬼营；《针灸大成》第九穴弃用间使，改为劳宫，复用鬼窟之名，同时改鬼臣为鬼腿。现代大多沿用杨继洲的《针灸大成》中孙真人十三鬼穴歌中所论述的穴位治疗焦虑症等神志病。

焦虑障碍也常被简称为焦虑症，该类精神疾病核心特征为无特定诱因、无具体指向的持续内心惶恐与紧绷感，常同步伴随明显的自主神经功能紊乱、躯体肌肉僵硬以及坐立难安等躯体表现[7]。2019年全国精神卫生流行病学调查数据显示，在各类精神障碍病种中焦虑障碍的患病占比居于首位，该病年度患病率达5.0%，终身患病比例则为7.6% [8]。5-羟色胺再摄取抑制剂是世界精神病学协会优先推荐的一线治疗药物，然而以SSRI类制剂为代表的西医化学药物，在长期持续使用过程中，普遍存在副作用突出、

患者服药配合度偏低等现实局限[9]。焦虑症属于中医“郁症”的范畴,“郁证”作为病名,主要成熟于金元以后(尤其朱丹溪);唐以前多归在“癫狂、狂走、惊、邪祟、忧悲”等神志病范畴。相较于其他疗法,针灸凭借安全可靠、疗效确切、不产生依赖等特点,在郁证的临床干预中占据重要地位[10]。

2. 心主神明

2.1. 心主神明理论

心主神明是中医核心脏象理论,指心脏能够统摄机体活动,心被称作君主之官,一身精神、意识、思虑、决断皆由心神统管;与此同时,心神可统摄周身脏腑、躯体及五官九窍,调和周身气血与阴阳平稳,是维系人体全部生命机能的核心调控枢纽。《素问·灵兰秘典论》借助“心者,君主之官也,神明出焉”阐明心脏统摄人体精神意识活动的关键作用。神不能脱离物质独立存在,心气、心血是心神活动赖以运行的根本,气血由心推动循环周身,心神依附于血液运行布散全身。心气是心脏生理功能的动力,负责推动神明升降出入。《文心雕龙·神思》有言“神居胸臆,而志气统其关键”,可见心神一旦失于安定,各类疾患便会相继产生。作为调控全部精神情志的核心,“神”的盛衰安定与否,和人体情绪变化存在直接且紧密的内在联系[11]。藏象学说体系内,心脏占据着至关重要的核心位置,主导人体全部生理生命进程。心脏除掌管周身血脉运行之外,还管控人类感知、思虑与精神情志,是各类神志活动产生与统管的核心脏器[12]。传统中医依据五脏分藏神志的理论,将人体精神认知、情绪感知等功能划分为神、魂、魄、意、志五类,分别归属心、肝、肺、脾、肾各司其职,各脏各司储藏对应神志的职能。

2.2. 心神统摄五脏

人体五种情志分属于五脏,但所有情志活动最终皆统摄于心。《黄帝内经》中关于五脏藏神的理论阐明:五脏所藏之神是情志产生的本源,心神起到总领调控的根本作用,大脑则为各类神志活动汇聚之处[13]。精神情志活动虽和五脏机能均存在关联,但其产生皆根源于心神,由心进行总领管控,这就是“心藏神”理论的核心内涵,着重突出心对全部情志意识的统摄作用。《灵枢·邪客》提出“心者,五脏六腑之大主也,精神之所舍也”,进一步佐证心在神志调控中的核心地位。点明心神能够统摄机体精与气,同时管控血、津液在体内的输布流转。五脏内储藏的精微物质化生脏腑之气,以此推动各脏器完成生理运作;只有心神安定和顺,全身脏腑机能方能协调统一,人体的形体与情志状态才可趋于平和安稳。心脏通过“心主神明”的作用调节情绪;保持精神稳定;心为君主,统率五脏六腑,故情志所伤,首犯于心,张介宾在《类经》中言:“心为脏腑之主,而总统魂魄,并该意志”,阐明忧愁扰动心气则肺脏受牵连,思虑耗伤心神则脾脏受损,暴怒扰乱心气则肝气失和,惊惧牵动心神则肾脏受累,由此可见五种情志皆由心神主导调控[14]。任何一脏功能失常,最终都会扰动心神;而安定心神,又能反向调和肝、脾、肺、肾,是中医治疗情志疾病的核心思路。心神安定,则肝疏泄有度、脾运化正常、肺宣降如常、肾封藏有司;心神失常,则引发五脏气机紊乱,出现胸闷、胃胀、心慌、肌肉紧张等焦虑障碍的躯体化症状。

3. 焦虑分属脏腑病机

焦虑症病位主要责之于心、肝两脏,病情进展过程中亦可累及脾、肾等脏腑。本病发病多由情志失畅引发,初始多见肝失疏泄、气机郁结,气郁日久则化生内火;火热之邪持续耗损阴血,致使心血亏虚、心神失养。若患脏腑机能偏弱,又加情志波动等外界诱因,便会进一步扰乱心主神明的生理功能。此外,长期忧思不解亦会造成周身气机壅滞,进而引发多脏腑功能紊乱,病变可波及心、肝、胆、脾、胃、肾多个部位。纵观临床证候演变,以肝、心、脾、肾脏腑功能失常最为多见,气机郁滞与内热炽盛是贯穿病程的两大核心病理特征[15]。

3.1. 心为君主, 主明则神安

心居君主之位, 统领全身所有脏腑, 心神依靠调和各脏腑经气, 以此实现对机体各部机能的整体管控。古籍提出“心藏脉, 脉舍神”, 可见心主神志的功能建立在心主血脉的生理基础之上。只有心气充盈、脉道顺滑、营血充足, 心神方可得到充分濡养。而气血生成依靠脾脏, 血液约束亦有赖脾的功能, 脾气运化有力、统摄血液功能正常, 血脉与心神才能维持协调平衡。朱丹溪提出, 机体气血顺畅调和便不易滋生疾患, 一旦气机郁滞, 各类病症便会相继出现。长期过度思虑会持续损耗心阴与心血, 同时妨碍脾胃运化, 造成气血生成匮乏, 心神失去滋养而易被病邪侵扰。《景岳全书·怔忡惊恐论治》亦有相关论述, 若心脾气血亏虚, 人群常会出现心中悸动、易惊善恐等不适[14]。“鬼宫”是人中穴的古称, 其中“宫”具备两层内涵: 其一指代君主、神魂栖息之所, 其二关联口唇发声与心神表达。该穴位隶属于督脉, 便是临床熟知的人中。中医理论将心比作君主, 统藏人体全部神志活动, 而此穴坐落于口唇上方, 擅长调理各类神志异常。人中具备醒神开窍、宁心定志的功效, 临床上常用于治中风神昏、猝然倒地、惊风抽搐, 同时对精神恍惚、肢体震颤、癫狂失常等病症亦有良好疗效。焦虑病机为心火浮越、心神不敛, 鬼宫疏通督脉经气, 引导脑阳下济、心气敛藏, 解除心神躁动引发的心慌心悸。胸椎 T1-T5 脊神经节同步投射心脏自主神经, 构成“督心轴”, 水沟刺激信号沿脊髓下行调控心脏传导系统[16]。鬼窟, 鬼之洞穴, 即劳宫穴, 手厥阴心包经的荥穴, 《针灸大成》定名“鬼窟”, 治癫狂、躁狂、善怒、哭笑无常、惊恐、心烦、失眠、恍惚、悲泣、郁证。“鬼封”在“舌头一寸, 当舌中下缝”, 即海泉, 该穴位于舌下, 舌为心之苗窍, 故具有清心泻火、开窍醒神、定狂安神的作用[17]。

3.2. 脾为后天, 气血足则神养

脾为机体运化水谷、滋生气血精微的后天本源, 《金匱要略·脏腑经络先后病脉证》载有“四季脾旺不受邪”之名论。脾脏可腐熟摄入的水谷物质, 进而生成精、气、血、津液等营养物质以濡润滋养周身脏腑; 血可充养气机, 气又能安定元神, 二者相辅相成维系神志安定。气为神志活动提供物质基础。脾主湿, 为生痰之源, 脾的机能受损, 脾不散精, 水液代谢失衡, 停滞体内便会滋生痰浊湿邪, 邪气壅滞扰及心脉, 致使心神失于濡养守护, 诱发郁证类情志病症。痰火属于引起焦虑的病理因素, 平素嗜食肥甘厚味、烟酒辛辣, 脾胃运化失司, 水湿聚而成痰; 情绪压抑迁延日久, 易造成肝失条达、气机阻滞, 郁滞日久便会滋生内热, 耗灼体内津液, 最终凝聚形成痰浊之邪; 忧思过度伤脾, 痰湿内生, 郁久化热, 痰与火搏结, “郁皆在中焦”, 则损伤脾胃[14]。心烦焦灼、终日紧张多虑、遇事惊惕难安、急躁易怒、胡思乱想; 重则坐卧不宁、莫名惶恐, 夜间思绪纷纭难以入眠。痰浊蒙蔽清窍则头脑昏沉、胸闷压抑、思绪杂乱不能自控。鬼垒即足太阴脾经井穴隐白, 位于四肢末端, 脾属土而为气血生化之源, 《素问·八正神明论篇》言: “神者, 气血也”。井属木, 脾统摄血, 脾经气血上注于心, 使得心血充盈、心神得养, 针灸隐白能健脾和胃、益气生血、疏肝理气、清心宁志、温阳回厥、调经。鬼床[17]对应的是足阳明胃经颊车这一腧穴。足阳明经为多气多血之经, 上达头面, 可开窍醒神、安神定志、泻阳明痰火。颊车深层三叉神经下颌支可形成三叉神经-迷走神经反射弧, 迷走神经为脑肠轴核心传入纤维, 直接调控胃肠动力、脾胃消化功能, 实现“调脾以安神”双向调控[18]。鬼臣即曲池, 为阳明经合穴疏通阳明经气, 能够助脾胃运化水谷, 充盈气血, 间接安定神志。

3.3. 肝为刚脏, 疏泄则情畅

《素问·举痛论篇》言: “百病皆生于气。”肝气条达, 则周身气机升降出入顺畅, 心神安宁。《素问》提出: “肝者, 将军之官, 谋虑出焉”, 思虑筹划、情绪调节与决断功能皆由肝脏所主。肝气条达通畅, 人方能从容应对诸事, 思虑适度有度。若周身气机运行失畅, 便会形成肝气郁滞; 气滞日久可阻滞

血行而生瘀血,亦可水湿运化失司、痰浊内生,郁热久积又会耗伤阴液;气机升降出入失衡、逆乱失序,各类情志躯体病症随之而起[19]。气机疏泄失调,太过、不及均可诱发气血耗损,虚热内生;脏腑所藏气血,是维持神志正常、引发情志病变的核心根基[20]。肝胆互为表里,《灵枢·本神》强调心藏神,《素问·宣明五气篇》云:“胆者中正之官,决断出焉”,心胆之气亏虚,人体神、魄失于敛藏,周身气机运行逆乱,进而出现夜梦繁多、易惊心慌、心中悸动、遇事胆怯多虑等表现。神志失常会持续耗散心胆本气,而心胆气虚又会加剧神志紊乱,形成恶性循环;心神失守则心气日渐耗损,无力温养胆之络脉,胆腑失于阳气温煦,疏泄气机的功能亦随之阻滞[10]。心神负责感知辨识,而胆承担决断之功,二者配合方能维持情志平稳。若心、胆机能失调,胆失决断之能,便会干扰心统摄神志的生理作用,继而引发各类情志失常表现[21]。肝主藏血,血具有濡养的作用,肝血充足,则心神得养。肝郁日久,气郁化火,肝火亢盛,肝火上逆灼心扰神。肝阴耗损日久,阴不敛阳,虚阳上浮扰动心神,出现心烦焦虑、潮热失眠、胆怯易惊,多见于更年期慢性焦虑。鬼信即手太阴肺经井穴少商,井穴位于四肢末端,为阴阳交接之处,疏通阳郁,透热下行。井穴所处的解剖位置含有脊神经以及伴行的血管的终末,而现代研究把脊神经终末归属中医理论“心”的范围[22][23]。故鬼垒、鬼信均可治疗情志病。

3.4. 肾为先天,精充则神旺

肾为先天之本,肾藏精,精气能够化生元气与神志,是气机、精神活动生成的物质根基;反过来神志可以统摄周身之气,充当精、气运行的统领,因此固护精气有助于安定元神。肾脏能够化生骨髓、滋养骨骼,《灵枢·海论》中曾明确提出髓液汇聚于脑,将脑部称作髓海。肾精储备充沛,髓海便能充盈饱满,大脑神志活动也会清明顺畅。肾精不足则志弱胆怯,精不上奉于心则心神失养。肾为水火之宅,内藏元阴、元阳,是全身阴阳根本,肾阴充足,上济于心,制约心火,则心神安定。肾主之“志”,广义指一切情志活动,狭义上则指某一时期内相对稳定的心理活动[24],《灵枢·九针论》指出“精气……并肾则恐”,研究[25][26]表明,持续的害怕、恐惧既是焦虑症的致病因素,也是核心症状,且焦虑症患者在处理恐惧相关负性刺激时,大脑多个区域会出现大范围激活现象。鬼路对应申脉穴,该腧穴归属于足太阳膀胱经。有研究表明申脉配伍针刺可显著降低广泛性焦虑患者血清皮质醇,HAMA量表恐惧、思虑分项同步改善[27]。《针灸甲乙经》记载:“癫狂互引僵仆,申脉主之”,说明申脉可以治疗失眠、癫狂等神志方面的疾病[17]。

3.5. 任督调和,阴阳平则神定

督脉为“阳脉之海”,任脉为“阴脉之海”,任督失调则阴阳失衡、神机失乱。《难经》记载督脉循行“入属于脑”。头脑为一身阳气汇聚之所,诸条阳经气血皆上行汇注于此;五脏六腑借助足太阳膀胱经背部腧穴,承接督脉输布的经气调控周身机能[28]。结合现代医学理论来看,人体全身组织脏器与各大生理系统,其运作过程均直接或间接由神经系统调控,大脑作为神经系统核心中枢,负责统筹协调全身脏器活动。从生理层面而言,督脉与脑同样具备统领全身机能、调控机体运转的核心作用;在病理层面,督脉相关病变多对应各类神志异常病症[29]。鬼枕即督脉穴风府,督脉总领周身诸阳,上行通路以风府为关键节点,经气由此入脑。脑为髓海、元神居所,焦虑、胆怯、思虑不休多源于督阳失宣、清窍失濡。鬼市对应的腧穴为任脉上的承浆穴,该穴位同时汇聚手阳明大肠、足阳明胃、督脉与任脉四条经脉之气。

《类经图翼》将鬼穴归为俞载:“承浆(鬼市)治百邪癫狂,当第八针;主惊痫、恍惚、悲泣、狂走。”《针灸大成》有言:承浆为任脉终端,风府为督脉要穴,二者分主前后、连通任督,为古代医家治疗情志病经典配对,印证鬼枕依靠调和任督二脉气血以治神志疾患。上星穴在十三鬼穴体系中别称鬼堂,归属于督脉。《说文解字·土部》解释堂的本义为殿堂。督脉循行直入颅脑,头身为阳气汇聚要道,全身经脉之气

皆上行汇聚于脑；元神藏于脑中，统摄人体所有神志活动，因此大脑如同承载诸神的殿堂[17]。

4. 小结

焦虑属于人群普遍存在的情志体验。历历代医家持续临床研究与理论总结，中医药针对该类情志病症积累了大量施治方案。2016年，世界中医药学会联合会对广泛性焦虑完成辨证分型规范，将其划分为五类核心证型，分别为肝郁化火、痰热扰心、心肾不交、心胆气虚以及心脾两虚证[7]。焦虑相关情志病症病变核心在心、肝两脏，病情迁延亦常会累及脾、肾。十三鬼穴分布于头面、四肢末端，涵盖督脉、任脉、心包、膀胱及十二经井荣要穴，兼具疏肝解郁、清泻火热、清心除烦、通督调神、开窍宁志之功。其中四肢井穴可开源泄热、清泻血分郁火，心包经穴位专清心泻火、解除心烦躁扰。头面督脉诸穴能醒脑安神、平定神魂躁动，通调一身阴阳，阴阳和则无疾。从根本上改善焦虑情志异常，具有安全无创、标本兼顾、整体调治的独特优势，为临床针灸治疗焦虑症提供了坚实的理论依据与可靠的临床指导。

参考文献

- [1] 李爱东, 吴俊梅, 胡俊, 等. 十三鬼穴治疗神志疾病古代文献及现代研究概述[J]. 亚太传统医药, 2017, 13(2): 68-70.
- [2] 石雨, 王育林. 十三鬼穴考辨[J]. 中医学报, 2013, 28(11): 1772-1774.
- [3] 高文柱. 药王千金方[M]. 北京: 华夏出版社, 2004: 261-263, 858-859.
- [4] (明代)杨继洲. 针灸大成[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2006: 411-412.
- [5] (明代)徐凤. 针灸大全[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1958: 9-10.
- [6] (明代)高武. 针灸聚英[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2006: 257-258.
- [7] 基于个体化的广泛性焦虑障碍中医临床实践指南[J]. 世界睡眠医学杂志, 2016, 3(2): 80-94.
- [8] 国家卫生健康委办公厅. 精神障碍诊疗规范(2020年版)[Z]. 北京: 国家卫生健康委办公厅, 2020.
- [9] 刘果, 王旭梅. 精神科药物的正确认识和使用[J]. 实用药物与临床, 2009, 12(2): 73-76.
- [10] 许钊瀚, 刘钊汐, 丹禹钦, 等. 徐展琼教授运用庄氏调神针法治疗焦虑性失眠的临床经验摘要[J]. 四川中医, 2025, 43(3): 16-21.
- [11] 王丹, 徐娉, 盛敏, 等. 从“守神”角度浅探针刺治疗焦虑障碍的临床研究进展[C]//山东针灸学会. 2025年山东针灸学会第十七届学术年会论文集. 2025: 155-159.
- [12] 练长群, 方奕芬, 林嘉伟, 等. 从“心神-胸中-脑窍”论治冠心病合并焦虑抑郁[J]. 新中医, 2026, 58(7): 183-189.
- [13] 贾耿. 命门、元神脑神、识神心神关系再探讨(二)元神脑[J]. 中国中医药现代远程教育, 2019, 17(8): 25-29.
- [14] 王甜, 田汶沅, 冯玲. 基于“心脾相关”论治快速性心律失常合并焦虑[J]. 陕西中医, 2025, 46(4): 504-507.
- [15] 桂丹, 富文俊, 虢周科. 焦虑症海马神经元损伤分子生物学机制及丹枢逍遥散干预的研究进展[J]. 中国实验方剂学杂志, 2015, 21(9): 218-222.
- [16] 张玉婷, 秦珊, 王晓秋, 等. “心脑共主神明”的科学内涵及其在针灸治疗失眠症中的应用[J]. 南京中医药大学学报, 2025, 41(2): 181-188.
- [17] 刘绪银. 孙思邈鬼穴针灸术与传承[J]. 湖南中医药大学学报, 2025, 45(2): 303-311.
- [18] 闫丽超, 章奇, 郭蕾, 蔡杨乾, 王好, 李琳苹, 姜伟强, 孙晶. 颊车穴治疗神志类疾病机理探析[J]. 新中医, 2025, 57(22): 118-122.
- [19] 马晓兰, 王爱华, 李玥, 等. 以督-肝-神为核心的针法治疗神志病的理论探讨[J]. 中医研究, 2023, 36(6): 4-7.
- [20] 张延丞. 《黄帝内经》养神理论与应用研究[D]: [博士学位论文]. 北京: 北京中医药大学, 2021.
- [21] 张靓, 刘佳, 张宁, 等. 广泛性焦虑从胆论治理论探析[J]. 环球中医药, 2020, 13(1): 70-73.
- [22] 刘思宇, 黄文雅, 朱安宁, 等. 《千金方》十三鬼穴治疗神志病浅析[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(3): 1395-1398.
- [23] 高也陶. 《黄帝内经》的心主是脑脊神经系统[J]. 医学与哲学, 2010, 31(21): 78-79.
- [24] 钟霞, 赵天恩, 焦华琛, 等. 中医志本质探微[J]. 中华中医药杂志, 2024, 39(5): 2127-2131.

-
- [25] 太明蕊, 张松兴. 基于“肾在志为恐”及经络理论探讨焦虑症[J]. 中医临床研究, 2023, 15(16): 15-19.
- [26] McClure, E.B., Monk, C.S., Nelson, E.E., Parrish, J.M., Adler, A., Blair, R.J.R., *et al.* (2007) Abnormal Attention Modulation of Fear Circuit Function in Pediatric Generalized Anxiety Disorder. *Archives of General Psychiatry*, **64**, 97-106. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.64.1.97>
- [27] 牟艳艳, 赵娜, 谢晨, 等. 针刺治疗睡眠觉醒时相延迟障碍的疗效观察及对睡眠、情绪及血浆褪黑素水平的影响[J]. 上海针灸杂志, 2023, 42(5): 466-471.
- [28] 武峻艳, 王杰, 张俊龙. 从督脉的循行和作用谈“脑为元神之府”[J]. 中医杂志, 2015, 56(8): 636-639.
- [29] 刘继生, 张泓, 许明, 等. 基于“督脉乃脑之经络”理论探讨脊髓损伤对大脑的影响及其治疗方法的思考[J]. 中华中医药杂志, 2016, 31(8): 2968-2971.