

# 子午流注择时五行音乐疗法概述及研究进展分析

赵 灿<sup>1\*</sup>, 谢文彬<sup>1</sup>, 康 萍<sup>1</sup>, 黄 蓉<sup>1</sup>, 蒋 维<sup>2#</sup>

<sup>1</sup>湖南省直中医医院妇二科, 湖南 株洲

<sup>2</sup>湖南省直中医医院护理部, 湖南 株洲

收稿日期: 2024年8月22日; 录用日期: 2024年9月24日; 发布日期: 2024年9月30日

## 摘 要

本综述旨在对子午流注择时五行音乐疗法进行全面的综合分析和总结。子午流注运用历史悠久, 五行音乐疗法同样悠久, 两者结合的子午流注择时五行音乐疗法是中医领域的一个新兴研究方向, 已经吸引了广泛的关注和研究。本文通过分别收集并分析子午流注和五行音乐疗法的相关文献和研究成果, 对该领域的研究进行了系统性的综述, 主要包括子午流注择时和五行音乐疗法的定义、理论基础、科学作用以及两者的临床应用等, 以期为我国传统医学子午流注择时五行音乐疗法的应用和发展提供参考。

## 关键词

子午流注择时, 五行音乐疗法, 研究进展

# Overview and Research Progress Analysis of the Five Elements Music Therapy with Midnight-Noon Ebb-Flow

Can Zhao<sup>1\*</sup>, Wenbin Xie<sup>1</sup>, Ping Kang<sup>1</sup>, Rong Huang<sup>1</sup>, Jiang Wei<sup>2#</sup>

<sup>1</sup>Second Gynecology Department, Hunan Province Directly Affiliated TCM Hospital, Zhuzhou Hunan

<sup>2</sup>Nursing Department, Hunan Province Directly Affiliated TCM Hospital, Zhuzhou Hunan

Received: Aug. 22<sup>nd</sup>, 2024; accepted: Sep. 24<sup>th</sup>, 2024; published: Sep. 30<sup>th</sup>, 2024

## Abstract

This review aims to provide a comprehensive analysis and summary of the Five Elements Music

\*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 赵灿, 谢文彬, 康萍, 黄蓉, 蒋维. 子午流注择时五行音乐疗法概述及研究进展分析[J]. 护理学, 2024, 13(10): 1326-1333. DOI: 10.12677/ns.2024.1310189

**Therapy with midnight-noon ebb-flow. Midnight-noon ebb-flow has a long history, and the Five Elements Music Therapy also has a long history. The combination of the two, Midnight-noon ebb-flow and Five Elements Music Therapy, is an emerging research direction in the field of traditional Chinese medicine, which has attracted widespread attention and research. This article provides a systematic review of research in the field by collecting and analyzing relevant literature and research results on Midnight-noon ebb-flow and Five Elements Music Therapy, respectively, mainly including the definition, theoretical basis, scientific role, and clinical application of Five Elements Music Therapy with midnight-noon ebb-flow, in order to provide a reference for the application and development of Five Elements Music Therapy with midnight-noon ebb-flow in traditional medicine in China.**

## Keywords

Midnight-Noon Ebb-Flow, Five Elements Music Therapy, Research Progress

Copyright © 2024 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

中医子午流注在我国有着悠久的历史，是中华民族传统医学宝库中最具特色的宝贵理论，对祖国中医学疾病治疗做出了突出贡献。五行音乐疗法也有悠久的历史，其始于《黄帝内经》，距今已有 2000 多年的历史，音律和中医都源于中华民族传统的哲学思想，用音律来指导疾病的治疗和养生同样也有着 2000 多年的长久应用[1]。以子午流注理论为基础，联合五行音乐疗法的治疗研究，在临床上已被广泛应用于多种疾病中，对于某些特定疾病的疗效还没有得到现代科学的充分验证，需要进一步的研究和临床试验来验证其效果[2]。因此，对该领域仍值得深度挖掘、整理和归纳，这对该领域的发展有着重要的指导意义和研究价值。笔者查阅相关资料后发现诸多疑问，子午流注择时是否能与五行音乐疗法相结合，子午流注择时五行音乐疗法的实施从诊断到治疗是否有相应理论或现代医学支持。因此，笔者总结了子午流注择时五行音乐疗法的相关文献，旨在探析子午流注择时五行音乐疗法在临床中发挥的作用。

## 2. 子午流注择时概述

### 2.1. 子午流注择时的定义

子午流注学说是我国较古老的时间治疗学，认为人体五脏经脉在特定的时间内会达到旺盛[3]。这一理论表明，脏腑经络的气血是随着十二个时辰盛衰而交替的，当气血运行流注到某个脏腑时，就是这个脏腑的主令时辰，此时也是调理这个脏腑功能的最好时机[4]。子午流注学说以中医经络学说和脏腑学说为基础，“子午”表示时间，“流注”表示运动变化之意，其言明的是气血，同时将时间、空间因素和生物节律特性相融合，达到脉气运行、分布、输注的过程[5]。子午流注[6]由流通身体的气血，每周流进和流出，如水流一般，循环往复，人体气血的盛衰有自然时间的节律变化。子午流注择时是以中医阴阳五行学说为基础，从时间角度研究人体脏腑、经络气血盛衰流注规律的一种择时治疗理论[7][8]。子午流注择时以“相应”的整体观为基础，通过定时择时，在人体气血最有利的时候，因势利导，择时介入，可使气血运行达到阴阳平衡[9]。

### 2.2. 子午流注择时的理论基础

子午流注的提出最早起源于《黄帝内经》[10]，此外，《难经》《渊海子平论》等古代医典中也有关

于时间、经脉的相关学说。金、元、明三代子午流注学说也趋于成熟。金代阎明广为《流注指微针赋》作注，著有《子午流注针经》三卷，是现存最早的一部与子午流注有关的专著，“子午流注”之名由此而来[10]。明代杨继舟的《针灸大成》等对子午流注作了总结和完善的，使之形成了较为完备的理论体系[11]。《黄帝内经》表明，人体的十二经脉气血有盛衰之期，这种变化是由于阴阳两气昼夜消长造成的。气血流动的起落时间会随着时间的变化而变化，因此可以选择不同的时间进行气血阴阳的调节[12]。7~9点为辰时，此时胃经最旺盛；9~11点为巳时，脾经最旺盛；11~13点为午时，心经最旺盛；13~15点为未时，小肠经最旺盛；15~17点申时，膀胱经最旺盛；17~19点为酉时，肾经最旺；19~21点为戌时，心包经最旺盛；21~23点为亥时，三焦通百脉；23~凌晨1点为子时，胆经最旺盛；1~3点为丑时，肝经最旺盛；3~5点为寅时，肺经最旺盛；5~7点为卯时，阳渐消阴渐长[13]。

### 2.3. 子午流注择时的科学作用

子午流注是以时间变化为前提，以人和天地、日月等环境相应性为理论依据的“天人合一思想”[14]。聂道芳等[15]从自然界环境、人体自身气血运行、疾病发生发展演变过程、现代实验结果等四个层面阐述了子午流注学说节律的机理，证实了这种节律在气血运行中是存在的。杨美娜等[16]提出了机体电磁辐射可表征中医之“气”的观点，表明地球自转一周后，机体电磁辐射场会随规律而改变，与子午流注的科学内涵相对应。不同的研究者从不同的角度阐明了子午流注的科学内涵，他们基于中医理论和现代医学理论对子午流注理论的科学性进行了有力论证，使子午流注学说由抽象变为现实，便于对子午流注的理解和运用，为其在临床上的合理应用打下了坚实的基础。子午流注在现在的中医护理中应用非常广泛。目前采用拔罐、敷贴、针灸、艾灸、刮痧、热疗、穴位注射、音乐疗法等中医护理技术，配合子午流注择时治疗，效果更好。这是对中医护理技术的一次科学提升。

## 3. 子午流注择时的临床应用

### 3.1. 择时治疗

近年来，子午流注择时在疾病治疗方面取得了较好的进展。许多研究者对子午流注择时进行了科学性的阐述并进行了临床应用，他们将子午流注择时用于中医外治法指导中，其在治疗慢性支气管、强直性脊柱炎、原发性高血压、围绝经期失眠、便秘等疾病中均有较好的疗效[17]-[21]。魏玉凤等[17]在西医常规治疗的基础上，采用子午流注择时选择阳气旺盛时服用中药，治疗急性发作的风寒型慢性支气管炎，其结果比单纯的西医治疗效果要好一些。曹慧雄等[18]将子午流注择时结合常规治疗应用于强直性脊柱炎治疗中，用于缓解强直性脊柱炎腰痛，结果使临床治疗能取得较好疗效，且该方法为操作、操作简便、副作用小。陶雅等[19]通过子午流注择时联合耳穴埋豆干预治疗原发性高血压患者，控制其动态血压水平，结果使中医证候积分降低，患者相关症状减轻，生活质量提高。此外，有研究者采用子午流注择时耳穴贴压结合中医情志干预治疗围绝经期妇女失眠，结果患者相关实验室指标5-HT、NPY、SP水平均有所改善，患者睡眠质量明显提升[20]。梁小利等[21]在一项改善便秘的研究中，通过子午流注择时穴位贴敷，改善老年气阴两虚的功能性便秘。子午流注多是结合其他治法同时对患者进行干预，这能起到较好的协同作用，值得临床推广。

### 3.2. 择时护理

子午流注择时除了在疾病治疗方面的运用外，在护理中的运用也起到了较好的效果。黄志艳等[22]的研究表明，采用子午流注择时结合温和灸对脾虚痰滞型患者进行生活质量干预，其效果显著，疗效增强。朱云飞等[23]研究了中医热烫对妇科腹腔镜手术后无切口疼痛的影响，发现子午流注能减轻患者的病痛，

同时还能减轻切口压力, 加快患者康复。还有研究表明, 将子午流注择时理论运用于构建中风后失眠患者的中医护理临床路径中, 结果中风后患者的睡眠质量得到改善, 提高了患者的生活质量[24]。张小春等[25]运用子午流注理论, 系统地阐述了昼夜节律与人体气血阴阳的关系, 并应用于指导手术病人的生活作息, 取得了较好的疗效。此外, 也有研究者将子午流注的择时应用到健康教育中, 效果很好。王文锐等[26]为便于临床护理人员在实践中迅速运用子午流注理论, 设计了子午流注临床护理应用盘, 根据节律机制, 择时护理、宣教, 精确地做到因时施护, 提高了护理效果。可见, 子午流注择时已有广泛的运用, 并且有较好的运用效果, 值得在临床治疗、护理中进行推广。

## 4. 五行音乐疗法概述

### 4.1. 五行音乐疗法的定义

五行音乐疗法以《黄帝内经》五行学说为基础, 它从根本上是区别于西方音乐疗法的, 它以中医理论为基础, 辨证选用相应音乐, 辨证施治[27]。古人根据五行学说, 运用“比类取象法”将五脏-五音-五志有机地联系在一起, 利用五行生克关系治病。五行中“木、火、土、金、水”对应五脏“肝、心、脾、肺、肾”, 对应五音“角(Mi)、徵(So)、宫(Do)、商(Re)、羽(La)”, 对应五志“怒、喜、思、悲、恐”[28]。古人通过长期的实践活动发现, 五音与五脏之间存在着密切的互动和共鸣关系[29]。所以可以用同样调式的音乐, 让人得到情绪的宣泄和平衡。五行以五行学说为基础, 结合音乐领域与医学领域, 根据阴阳平衡、五音应五脏等理论, 选择相应的音乐, 对人体气机运行进行调理, 以达到治病、干预疾病的目的[30]。

### 4.2. 五行音乐疗法的理论基础

现代音乐治疗学作为一门独立完整的学科诞生于 1940 年代的美国, 大量的现代科学研究结果表明, 音乐可以通过其特定的旋律、节奏、和声等因素影响人的心理和生理活动, 从而调节躯体疾病[31]。现代音乐疗法运用于住院病人的心理调适已经取得了一定的效果, 但是现代音乐疗法没有理论基础, 音乐的选择也没有依据可循, 效果也是千差万别。五行音乐疗法作为我国传统中医治疗手段有着悠久的历史。

《黄帝内经》是我国最早将中医理论与五音相结合的, 形成比较完整体系的著作[32]。《黄帝内经》提出: “天有五音, 人有五脏; 天有六律, 人有六腑”[33]。此外, 《吕氏春秋·大乐》[34]中记载: “音乐之所由来者远矣, 生于度量, 本于太一, 太一出两仪, 两仪出阴阳, 阴阳变化, 一上一下, 合而成章”。可见音乐由来相当久远, 它产生于音律度数的增减, 以自然之道为根源, 是由阴阳的变化而来的。运用五行理论, 将辨证施治与五行乐疗相结合, 以达到调养身心、防治疾病的功效。

### 4.3. 五行音乐疗法的科学作用

音乐疗法可以阻断介导不良心理症状发生的神经内分泌系统, 通过减少血管紧张素、IL-1、IL-6、儿茶酚胺等炎症细胞因子在血液中的释放, 缓解患者焦虑、抑郁的症状[35]。现代五行音乐更讲究节奏和力度, 有流行元素, 能激发人的情绪和活力[36]。而古典五行音乐讲究旋律与音色的和谐, 节奏缓慢, 给人以宁静平和之感, 有助于调和人体之气机[37]。五行音乐疗法根据治疗目的和应用领域, 可分为预防保健类、调养类、治疗类等不同类型[38]。预防保健类主要用于提高人体调动人体的气机, 通过音乐的韵律和旋律来促进气血的流通。调节身心类主要用于缓解压力, 调节情绪, 帮助人们放松心情, 舒缓焦虑和紧张情绪。而治疗疾病的音乐则是针对特定疾病进行治疗的音乐曲目, 如高血压、失眠、抑郁症等[39]。现代五行音乐疗法研究表明, 通过音乐的“五音”振动与人体的“五脏”生理振动产生“共振”, 使脏腑之间的平衡得到调整, 从而达到对疾病进行治疗的目的。在临床应用上, 五行乐疗法在多个领域均有显著成效。

## 5. 五行音乐疗法的临床应用

### 5.1. 五行音乐疗法在治疗护理中的应用

五行音乐疗法是一种融合了中国古典阴阳五行学说和中医脏腑辨证的独特治疗方法，具有无不良反应、安全系数高、操作简便、费用低廉等优点，成为中医临床治疗中广泛应用的一种新型心理干预手段[40]。五行音乐疗法被证实具有治疗多种疾病的功效，如高血压、失眠、抑郁症、保胎等。通过选择符合患者五行属性的音乐曲调，调和病人的气机，减轻症状，提高他们的生活质量。张晓娟等[41]对伴有失眠的肝阳上亢高血压患者进行干预，其中干预组采用五行音乐疗法，用商音和宫音进行干预，结果表明，宫音可以使人精神内敛，安定情绪和稳定神经系统；商音则可以调节肺气，抵抗外邪，增强抵抗力，使患者的血压降低。Zhu 等[42]通过多项 RCT 的文献研究发现，音乐能显著降低产前抑郁，中医五行音乐比普通音乐效果更好。腾博等[43]的研究表明，五行音乐疗法通过辨证选音，可以有针对性地进行治疗，其特点是无痛、无毒副作用，尤其适合孕妇这一特殊人群，对孕妇先兆流产保胎效果显著。可见，五行乐疗法在临床上的应用十分广泛，临床疗效显著。值得将其应用于更多的疾病治疗和护理中，继续发挥其安全、有效的作用。

### 5.2. 五行音乐疗法在养生保健中的应用

除疾病治疗外，五行音乐疗法还具有重要的养生保健作用。其能调节人体生理、心理机能，提高免疫力，达到保健养生的目的。对于老人、儿童、孕妇以及身体虚弱的人来说，五行音乐疗法是一种安全有效的保健方法。另外，五行音乐疗法也可用于心理治疗和康复治疗等方面。能缓解心理压力，调节情绪，促进心理健康。肖慧子等[44]在研究八段锦结合五行音乐疗法对气郁质银屑患者的护理效果时发现，运用这种疗法，可以有效降低患者的 PASI 评分，使其焦虑、抑郁的心理状况得到明显改善，进而提高患者的生活质量。万艳等[45]认为，紧急宫颈环扎围术期采用五行音乐疗法联合心理调养，对减轻病人的负面情绪有好处。对于术后康复、运动损伤等情况，五行音乐疗法能帮助患者早日康复。张晓瑞等[46]在研究子午流注择时五行音乐疗法对胰腺癌术后患者康复护理的影响时发现，这种独特的护理模式可以使患者焦虑、抑郁的情绪明显降低，有效改善患者的睡眠质量，减少术后并发症的发生。

综上所述，五行音乐疗法是一种具有深厚理论基础和实践应用价值的独特音乐治疗方法。通过合理的分类和应用，它可以针对不同情况选择合适的音乐曲调来调理人体的气机运行，从而达到治疗和干预疾病的目的。然而，仍需进一步的研究和探索来完善这一疗法，并提高其在实践中的应用效果和普及程度。

## 6. 子午流注择时五行音乐疗法的应用

### 6.1. 子午流注择时五行音乐疗法的概述

子午流注择时五行乐疗是将中医子午流注学说与五行音乐疗法相结合的一种治法。根据一天中不同时间的气血运行规律，选择适宜的音乐曲调，对人体的气机运行进行调理，以达到治病保健的目的[47]。在子午流注择时五行音乐疗法中，医生会根据病人的具体病情和需要，在特定的时间段，选择播放五行音乐的方法进行治疗。如早上 7 点左右放《梅花三弄》养肾，中午 1 点左右放《阳春白雪》《阳关三叠》养肺，晚上 7 点左右播放《塞上曲》疏肝，晚上 9 点左右放《女儿情》调血等。通过在特定的时间段选择相应的音乐曲调，能够更好地调节人体气机运转，促进气血循环，从而达到治病保健的目的。

### 6.2. 子午流注择时五行音乐疗法在治疗护理中的应用

子午流注择时五音疗法是运用中医阴阳五行传统理论，将五音与人体的五脏相对应，强调通过相应

的自然音乐,在特定的时间调节身体的脏腑[48]。该方法在临床上效果显著。李娜等[49]对100人的睡眠和疲劳状态进行干预研究,其中对照组采用常规五行音乐疗法,试验组采用子午流注择时五行音乐疗法。研究表明,试验组在改善睡眠质量和白天疲劳度方面的效果更为显著。王芬等[50]采用子午流注择时五行音乐疗法,对肝硬化失代偿期病人进行不良心理干预,结果病人焦虑、抑郁的程度明显降低,生活质量明显改善。潘琳等[51]的研究表明,对于慢性心衰患者,通过子午流注择时五行音乐疗法配合茯神安眠贴的干预,缓解了患者的焦虑和抑郁,提高了睡眠质量,不良反应的发生率也明显降低。子午流注择时五行音乐疗法能够缓解患者的精神紧张和焦虑,帮助患者放松身心,调节情绪,对于一些心身疾病、慢性病和术后康复等情况都有很好的疗效。同时,这种疗法还能提高人体免疫力,增强抵抗力和康复能力,对健康保健和康复治疗也起着不可忽视的作用。

需要说明的是,子午流注择时五行音乐疗法是一种比较复杂的治疗方法,需要医生有较高的专业素养和从业经验。在治疗过程中,医生需要根据病人的具体病情和反馈,及时调整音乐曲目的选择和播放时间,使治疗效果达到最好。另外,患者还需要积极配合医生的治疗建议,通过合理的饮食和生活习惯来辅助音乐疗法的效果。

## 7. 小结

子午流注择时五行音乐疗法是一种具有独特魅力和应用价值的疗法。它结合了中医理论和音乐艺术的治疗原理,通过合理地选择音乐的播放时间和曲目,对人体的气机运转进行有效的调理,促进气血循环,从而达到治病保健的目的。子午流注择时五行音乐疗法,因其人力、物力投入少,可操作性强,疗效佳,易接受,不受限于各种场景,在医院、社区、家庭均可应用,也因此吸引了越来越多的医护人员的关注和研究。然而,值得注意的是,对子午流注和五行音乐疗法的机理解释多以中医理论为依据,缺乏现代医学的有力论证,这是一个值得继续探索的方面。随着研究的深入和实践的积累,相信子午流注择时五行音乐疗法将会在未来的医学领域中发挥越来越重要的作用。

## 基金项目

湖南省中医药科研课题(项目编号: B2023127)。

## 参考文献

- [1] 刘渊,王平.基于五脏相音理论运用中华五行音乐治疗失眠探讨[J].中国中医基础医学杂志,2024,30(2):209-212.
- [2] 郭依桂,廖永红,廖自越.子午流注择时五行音乐疗法在缓解老年肝癌患者负性情绪中的疗效分析[J].世界最新医学信息文摘,2021,21(35):201-202.
- [3] 丛春蕾,张婷,孙舒,等.基于子午流注理论结合腹部悬灸治疗中风后瘫痪的护理研究[J].养生大世界,2021(18):41-42.
- [4] 蔡鑫,任亢宗,唐晓霞,等.辨证循经取穴在压疮护理中的运用[J].中国民族民间医药,2019,28(19):101-103.
- [5] 李艳,郭晖,宋亚刚,等.子午流注与生物钟[J].中华中医药杂志,2019,34(10):4770-4773.
- [6] 唐晓霞,沈云霞,李春娥,等.冰茶灵洗剂在子午流注理论指导下时辰给药预防ICU重症患者口腔溃疡的效果观察[J].中外医学研究,2020,18(33):176-178.
- [7] 陈俊仙,陈彩,杜瑾,等.子午流注穴位按摩联合果胶治疗肠内营养相关性腹泻临床研究[J].新中医,2021,53(16):147-150.
- [8] 王宇婷,吴蓓蓓,蔡迎,等.基于子午流注探讨五音疗疾机制[J].中华中医药杂志,2020,35(10):4884-4887.
- [9] 陈厚月,巫素青,宋应群,等.子午流注择时大黄芒硝穴位贴敷在无创通气相关性腹胀中的应用效果[J].中国当代医药,2022,29(23):181-185.
- [10] (金)阎明广.子午流注针经[M].上海:上海中医学院出版社,1986:126.

- [11] 李先尧. 基于子午流注理论对湿热蕴结型痛风性关节炎疼痛的护理研究[J]. 医学食疗与健康, 2021, 19(5): 124-126.
- [12] 诸履宁, 施思. 子午流注针法临床研究进展[J]. 健康必读, 2020(32): 292.
- [13] 罗玫, 杨雨竹, 莫凤梅. 循时经络推拿配合治疗冠心病心绞痛患者的效果观察[J]. 护理学报, 2013(13): 54-56.
- [14] 蒋艳, 钱凤娥, 王海涛, 等. 基于子午流注理论的中医护理在功能性便秘治疗中的应用进展[J]. 全科护理, 2021, 19(34): 4810-4813.
- [15] 聂道芳, 董晓夫, 马红青, 等. 浅析子午流注的机制及其缺憾[J]. 针灸临床杂志, 2007, 23(9): 2-3.
- [16] 杨美娜, 韩金祥. 试论中医“子午流注”的科学内涵[J]. 中医学报, 2014(11): 1596-1598.
- [17] 魏玉凤, 陈世团, 宋天云. 子午流注择时法在中药治疗慢性支气管炎急性发作中的应用[J]. 光明中医, 2020, 35(23): 3668-3670.
- [18] 曹惠雄, 莫长勇, 周培存, 等. 中医护理技术配合子午流注法缓解强直性脊柱炎腰背痛 30 例[J]. 中国中医药现代远程教育, 2019, 17(9): 119-120.
- [19] 陶雅, 朱赛男, 王志云. 子午流注理论指导下的择时干预联合耳穴埋豆在原发性高血压患者中的应用效果[J]. 中西医结合护理(中英文), 2021, 7(12): 69-72.
- [20] 卢亚玲, 邢晓燕, 董朝妮, 等. 子午流注择时耳穴贴压结合中医情志干预对围绝经期失眠患者睡眠质量、情绪状态及神经递质水平的影响[J]. 临床医学研究与实践, 2023, 8(20): 138-141.
- [21] 梁小利, 王红艳, 韩雨欣, 等. 子午流注择时穴位贴敷在老年功能性便秘(气阴两虚型)患者中的应用研究[J]. 中国疗养医学, 2019, 28(3): 239-240.
- [22] 黄志燕, 冯国湘. 子午流注按时循经取穴法温和灸治疗脾虚痰滞型高血脂症 23 例临床观察[J]. 湖南中医杂志, 2018, 34(4): 1-5.
- [23] 朱云飞, 袁冬儿, 陈润清, 等. 子午流注中药热熨对妇科腹腔镜术后非切口疼痛的效果研究[J]. 护理学报, 2016, 23(24): 1-4.
- [24] 陈丽丽, 徐玉梅, 欧子杨, 等. 中医护理临床路径在中风后失眠患者中的应用[J]. 护理实践与研究, 2016, 13(20): 141-143.
- [25] 张小春, 沈丹丽, 龚冠闻, 等. 基于子午流注学说刍议加速康复外科对患者昼夜节律的保护[J]. 实用中西医结合临床, 2022, 22(17): 125-128.
- [26] 王文锐, 王玉玲. 子午流注临床护理应用盘的设计与应用[J]. 天津护理, 2016, 24(2): 170.
- [27] 韩诚, 郭蕾, 张俊龙, 等. 《黄帝内经》五行学说的源流及应用探析[J]. 中华中医药杂志, 2019, 34(10): 4486-4490.
- [28] 王思涵, 尚德阳. 中医五行音乐疗法对精神疾病和失眠的研究[J]. 世界睡眠医学杂志, 2019, 6(1): 47-48.
- [29] 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.
- [30] 李江波, 耿少辉, 包宇, 等. 我国传统音乐疗法的追本溯源[J]. 中华中医药杂志, 2019, 34(6): 2644-2647.
- [31] Li, X., You, X., Wang, C., Li, X., Sheng, Y., Zhuang, P., et al. (2020) Bidirectional Brain-Gut-Microbiota Axis in Increased Intestinal Permeability Induced by Central Nervous System Injury. *CNS Neuroscience & Therapeutics*, 26, 783-790. <https://doi.org/10.1111/cns.13401>
- [32] 张雪, 林琳, 岳胜南, 等. 论《黄帝内经》中的五音疗疾思想[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2018, 6(17): 23-24.
- [33] 王伟. 乳腺癌患者化疗期五音疗法对其应激状态影响分析[J]. 中医临床研究, 2019, 11(7): 72-74.
- [34] 蔡翌. 《吕氏春秋》音乐起源观念辨析[J]. 江苏社会科学, 2022(3): 193-201.
- [35] 祁欣, 孟爽, 汪伟. 音乐疗法对阿尔茨海默病小鼠空间学习记忆能力及神经免疫炎症因子的影响[J]. 中国老年学杂志, 2019, 39(18): 4567-4570.
- [36] 王思特, 张宗明. 古琴养生文化视角下的中医“阴阳”“五行”音乐治疗观[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(7): 4342-4344.
- [37] 李江波, 耿少辉, 包宇, 等. 我国传统音乐疗法的追本溯源[J]. 中华中医药杂志, 2019, 34(6): 2644-2647.
- [38] 张勇, 杨帅, 肖静怡, 等. 《黄帝内经》五音疗法考释[J]. 中华中医药杂志, 2022, 37(12): 7276-7278.
- [39] 郭琛琛, 鹿海峰, 庄贺, 等. “五音调神”法治疗卒中后失眠的临床疗效及机制研究[J]. 中国全科医学, 2022, 25(12): 1475-1481.
- [40] 徐启锋, 叶丽玮, 夏贞茹, 等. 浅谈五音疗法在心身疾患中的应用[J]. 中医临床研究, 2020, 12(22): 52-55.
- [41] 张晓娟, 李子锋, 丁劲, 等. 揞针联合五音疗法对肝阳上亢型高血压患者失眠的效果[J]. 护理学杂志, 2022, 37(1):

46-48.

- [42] Zhu, Y., Wang, R., Tang, X., Li, Q., Xu, G. and Zhang, A. (2021) The Effect of Music, Massage, Yoga and Exercise on Antenatal Depression: A Meta-Analysis. *Journal of Affective Disorders*, **292**, 592-602.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.05.122>
- [43] 滕博, 王轶蓉. “以乐为药”探讨五音疗法对先兆流产保胎患者的影响[J]. 西部中医药, 2022, 35(12): 170-172.
- [44] 肖慧子, 蒋谷芬. 八段锦结合五行音乐疗法对气郁质银屑病患者护理效果研究[J]. 护士进修杂志, 2018, 33(24): 2252-2255.
- [45] 万艳, 胡文丽, 熊颖, 等. 五行音乐疗法联合心理护理在紧急宫颈环扎围术期的疗效研究[J]. 基层医学论坛, 2023, 27(24): 92-94.
- [46] 张晓瑞, 文艳杰, 韩颖. 子午流注择时五行音乐疗法在胰腺癌术后患者康复护理中的应用及其效果[J]. 解放军护理杂志, 2018, 35(21): 54-57.
- [47] 王宇婷, 吴蓓蓓, 蔡迎, 等. 基于子午流注探讨五音疗疾机制[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(10): 4884-4887.
- [48] 肖璐. 子午流注择时五音疗法联合穴位敷贴治疗肝郁气滞型失眠的效果[J]. 中国当代医药, 2023, 30(10): 144-146, 155.
- [49] 李娜, 王丽娜, 张鑫杰, 等. 子午流注择时五行音乐疗法对急性心肌梗死患者经皮冠状动脉介入治疗术后睡眠质量和疲劳程度的影响[J]. 中国当代医药, 2023, 30(7): 188-192.
- [50] 王芬, 谢红丹, 何创, 等. 子午流注择时五行音乐疗法联合中医药膳食加餐对肝硬化失代偿期患者焦虑抑郁和营养状况的影响[J]. 长春中医药大学学报, 2020, 36(5): 1048-1051.
- [51] 潘琳, 刘英华, 邓露双. 子午流注择时五行音乐疗法联合茯神安眠贴对慢性心力衰竭患者心理状态及睡眠质量的影响[J]. 中国医学创新, 2023, 20(29): 107-111.