

非药物治疗双心疾病的研究进展

徐钰潇¹, 梁健芬^{2*}, 李甜甜¹, 胡嘉洺¹, 谢舒慧¹

¹广西中医药大学研究生院, 广西 南宁

²广西中医药大学第一附属医院, 老年病科, 广西 南宁

收稿日期: 2024年9月24日; 录用日期: 2024年11月1日; 发布日期: 2024年11月13日

摘要

非药物的治疗手段越来越受到临床治疗疾病的关注。笔者认为目前中西医非药物治疗在双心疾病治疗过程中的重要性已开始逐渐展露, 但目前非药物治疗作用于双心疾病的临床研究与基础研究方面, 确实存在科学性的差异性, 疾病性质有时难以界定, 如何使两者达到统一, 仍然需要更多的临床工作者进行更好的临床实践与推广及经验总结。

关键词

双心疾病, 非药物治疗, 综述

Research Progress on Non-Drug Therapy for Double Heart Disease

Yuxiao Xu¹, Jianfen Liang^{2*}, Tiantian Li¹, Jiaming Hu¹, Shuhui Xie¹

¹Graduate School of Guangxi University of Chinese Medicine, Nanning Guangxi

²Department of Geriatrics, The First Affiliated Hospital of Guangxi University of Chinese Medicine, Nanning Guangxi

Received: Sep. 24th, 2024; accepted: Nov. 1st, 2024; published: Nov. 13th, 2024

Abstract

Non-drug treatment has attracted more and more attention in clinical treatment of diseases. The author believes that the importance of non-drug therapy of traditional Chinese and Western medicine in the treatment of double heart disease has begun to gradually reveal. However, there are indeed scientific differences in the clinical research and basic research of non-drug therapy on double heart disease. The nature of the disease is sometimes difficult to define. How to achieve unity

*通讯作者。

文章引用: 徐钰潇, 梁健芬, 李甜甜, 胡嘉洺, 谢舒慧. 非药物治疗双心疾病的研究进展[J]. 中医学, 2024, 13(11): 2926-2930. DOI: 10.12677/tcm.2024.1311433

between the two still requires more clinical workers to carry out better clinical practice and promotion and experience summary.

Keywords

Double Heart Disease, Non-Drug Therapy, Review

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

双心疾病是基于心脏器质性病变导致患者心理情志健康同时受损的疾病，即心血管疾病和心理障碍[1]。双心疾病具体可表现为已确诊的心血管疾病继发心理情志问题，又或是已确诊的心理情志问题合并心血管疾病，更有些表现为单纯的精神心理问题但却仅出现心血管疾病症状的表现[2]。大量临床及基础研究证据也证明了冠脉血管疾病与心理疾病的临床表现及发病风险之间具有密切联系[3]。Izquierdo 团队[4]通过量表对比得出相较于单纯心肌梗塞(MI)的人群而言，MINOCA (非阻塞性冠状动脉的心肌梗死)的人群会有更多的情绪障碍。近些年来，中医学中的非药物疗法已经开始引起人们的注意。相关研究人员[5]将非药物治疗放入心血管疾病的诊疗方案，同样取得了不错的临床效果。非药物疗法的临床应用也逐渐被认可，推广非药物临床研究也越来越多，本文即是对具体的中西医非药物治疗法治疗双心疾病的相关研究进行概述。

2. 双心疾病的基本认识

2.1. 双心疾病的中医病因病机

传统中医学认为心“主神志”，“心若动则五脏六腑随动”，心统帅人体生命活动和主宰精神活动，心神不安则焦虑、抑郁叠生，故神志病以“心之神”受损为主要表现。《灵枢·天年》曰：“失神者死，得神者生。”神志活动对脏腑的反作用主要表现为情志活动对脏腑气机和生理功能的影响。情志活动是人体正常的情绪情感反应，情志由内而发，可以调动脏腑之气，影响其升降出入，其中怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，惊则气乱，思则气结。适度的情志活动可以调节脏腑气机，增强机体对应激源的适应性[6]。张景岳认为：“情志之伤，从心而发。”“若情志之郁，则总由乎心，此因郁而病也。”心血管疾病发生时，心神必然受扰，进而影响整个认知过程中的“任物、忆、意、志、思、虑、智”所有环节，最终导致心理障碍的出现，从而引发双心疾病[7]。《王氏内存》中亦说过：“治一切心病，药所不及者，亦宜设法以心治心。”即“双心”同治，在治疗心脏器质性病变的同时，重视患者的“心理”问题，“双心”协治，形神同调，共奏奇效[8]。

2.2. 双心疾病的发病机理

西方医学已经明确指出，人体有两个与应对压力密切相关的激素系统：交感神经-肾上腺髓质系统和下丘脑-垂体-肾上腺皮质系统[9]。当机体的形态处于紧张或激动的状态时，交感神经-肾上腺髓质系统会迅速激活，导致一种叫做儿茶酚胺的激素分泌增多。这种激素会让心跳加快，心肌更加兴奋，但也导致动脉硬化、血流动力学升高，甚至引发心肌缺血和心律失常等问题。同时，精神压力则会通过下丘脑-垂体-肾上腺皮质系统产生影响。在这个系统的作用下，炎症因子细胞可能会被激活，进而损

害血管内壁。这还可能激活血小板上的某些因子,导致冠状动脉硬化,发展为冠心病,甚至于因冠脉病变导致心力衰竭[10]。总之,情绪紧张和精神压力确实与心血管疾病有着密切的关联。它们可能通过干扰神经-内分泌系统的平衡,进一步影响我们的心血管健康[11]。

3. 非药物治疗治疗双心疾病

3.1. 情志疗法

传统中医学认为双心疾病是心系疾病同“郁证”、“脏躁及百合病”情志疾病的结合。双心疾病的发生发展与情志活动是息息相关的,传统医家也提出过:“七情之伤,虽伤于身体,疾必归于心。”近年来,研究人员[12]已经尝试建立情志疾病动物模型,探讨情志同疾病治愈的关系。张先庚等[13]通过七情治疗配合情志用药,极大缓解了育鼠创伤后压力心理障碍症引起的子鼠发育迟缓问题。康锦伟等[14]通过中医七情相胜疗法理论出发,对高血压合并焦虑症的临床患者进行干预后,观察组的 SAS 评分、日间血压以及夜间血压明显低于对照组,说明中医情志干预对高血压合并焦虑症的双心疾病患者有着治疗意义。李延芳等[15]使用五志相克规律为指导进行双心疾病的治疗,能够有效缓解主导患者的沮丧及坏面的情绪,提高患者信心及正反馈机能,缩短住院时间。

3.2. 五行音乐疗法

宫商角徵羽的音乐疗法,也称为五行音乐疗法,主要基于中医的阴阳五行学说以及藏象学说。中医的五行学说认为,宇宙万物都可以归纳为木、火、土、金、水这五种基本元素(或称为“五行”),而机体的五脏(肝、心、脾、肺、肾)则与五行相互对应。同样地,五音(角、徵、宫、商、羽)也与五行有着紧密的联系,每种音调都能对应到特定的脏腑和情绪。早在《黄帝内经》中,就已经提出了“五音疗疾”的理论,详细论述了宫、商、角、徵、羽等五种音阶调治疾病的原理。这些音阶被归属于五行,不同的音阶具有不同的作用,可以影响人体的阴阳平衡和脏腑功能。聆听不同音调的音乐可以影响人的情绪,进而调节脏腑功能,达到治疗疾病和强身健体的目的。现代研究[16]也表明音乐疗法可作为一种非药物治疗方法,通过旋律、节奏和音色等元素来平衡和调节情绪,从心理上激发双心疾病患者的心灵共鸣,唤起其内心深处的情感反应改善对疾病的态度。林淑惠等[17]运用音乐疗法配合穴位按摩明显改善双心疾病患者胸闷、胸痛、心悸不适等症状。刘亚锋等[18]运用五行音乐疗法结合具体病因病机进行辨证论治,按照“宫商角徵羽”五音同理替换的“甘酸辛咸苦”五味的准则,双向调控心脏功能,振奋精神状态后对比单纯使用药物治疗气血两虚型心血管神经症患者,拥有更好的临床疗效。

3.3. 心理认知疗法

认知疗法[19]是西方认知心理学中的重要一环,双心疾病产生的重要因素则是患者对自身环境产生了过度焦虑认知。因此,学会识别患者产生过度焦虑认知的原因并帮助患者重新建立正确的认知便成为改善双心疾病的重要一环。认知疗法具体而谈可指错误认知重建、放松行为疗法及积极行为的正强化 3 种方式。通过这三种方式,逐渐减轻患者心中的恐惧心理,帮助患者对该疾病建立新的认知,改善焦虑抑郁等不良情绪。许潇静等[20]运用贝克认知疗法联合运动康复训练护理模式对冠心病患者干预 3 个月,比较两组患者动脉硬化程度、心功能、心理状况,两组生活质量各维度评分均高于干预前,且观察组高于对照组($P < 0.05$)。有效改善患者的动脉硬化程度。康延海等[21]运用 MBCT(即正念认知疗法)协同艾司西酞普兰进行疾病治疗,并选用 SPSS 对数据进行分析,得出 MBCT 可有效改善患者病理状态,纠正负性自动思维,减轻自杀意念。邱辉等[22]结合正念认知疗法可显著提高 GAD 患者正念思维水平,有效改善患者自我怜悯水平、焦虑状态、睡眠质量及生活质量。

3.4. 针刺与灸法

针刺是通过刺激机体腧穴通过经络,去调节气血、阴阳及脏腑,而达到治疗目的。有学者通过研究针刺督、任、心包三脉得出其针刺三脉能够在功能上强心,在结构上调腑,从而达到改善双心疾病相关症状[23]。灸法则是通过调节机体的脂质代谢、减轻炎症反应,改善内皮细胞的功能及 ET、NO 的失衡,调节心肌细胞自噬稳态发挥治疗作用。有学者[24]通过四花穴药饼灸改善双心疾病表现进行临床疗效观察,结果显示患者疗效明显优于对照组($P < 0.05$),可以有效改善患者的心疾症状。

3.5. 传统养生功法

传统养生功法强调“动以顺气”,如太极拳、八段锦等运动方式。太极拳作为中国传统武术之一,强调循序渐进、松紧相间,通过身体的柔软和呼吸的调控,达到通畅气血、强身健体的效果。气功则是通过气之主导,运动身体,以达到平衡身心、增强体质的目的。刘鸿杰等[25]通过对 70 例心衰患者在基础口服药上,进行专业指导下进行太极拳锻炼,经过 6 周(5 次/周, 10~15 min/次)及 12 周干预锻炼,结果发现,太极拳后的双心疾病患者不适症状得到了明显改善,特别是精神状态改善尤为显著。张雷等[26]研究表明,八段锦能将“调身与调心”相结合,加入八段锦后的双心患者极大的提高了自身的心理及生活质量。

4. 讨论

综上所述,非药物治疗治疗双心疾病安全有效,副作用少。其中情志疗法通过调整患者的情绪和心理状态来达到治疗目的。它注重个体差异和辨证施治,因此具有很高的临床针对性和灵活性。情志疗法不仅适用于心理疾病的治疗,还可以辅助心血管疾病的治疗,帮助患者减轻焦虑、抑郁等情绪,提高生活质量。五行五音的音乐疗法历史悠久,对情绪的调节确有疗效,但能够支持及说服大众的临床及基础研究仍需进一步完善。心理认知疗法强调患者自身对自我的积极暗示和鼓励,旨在帮助患者建立积极的心理状态和应对策略。虽然心理认知疗法通常与药物联用,但其作为一种非药物治疗,在双心疾病治疗中同样具有重要意义。它可以帮助患者建立正确的自我认知,提高应对压力和挑战的能力。针灸作为传统中医治疗方法的优势瑰宝之一,以中医基础理论为指导,有临床及研究数据支持,治疗上有针对性,临床疗效显著,患者认可度极高。传统养生功法中古法八段锦、太极拳、健身强体气功、均是简单易学运动,患者有较好的依从性,此外,非药物治疗可多项联合使用,朱富等[27]通过运动基础上加入针灸治疗后发现,不仅患者的心功能得到了极大改观,同时还侧面增加患者对医嘱的依从性,促进了治疗进程。徐留仙等[28]运用情志与穴位联合疗法可有效缓解烦躁、焦虑等不良情绪。因此,加强非药物治疗研究对双心疾病患者及周围社会交际,甚至有社会均有重大意义。

参考文献

- [1] 丁荣晶,胡大一. 中国心脏康复与二级预防指南 2018 精要[J]. 中华内科杂志, 2018, 57(11): 802-810.
- [2] 丁荣晶. 老年双心疾病的研究进展[J]. 实用老年医学, 2016, 30(9): 10-13.
- [3] 陈晓虎,朱贤慧,陈建东,等. 双心疾病中西医结合诊治专家共识[J]. 中国全科医学, 2017, 20(14): 6-9.
- [4] Izquierdo, B., Lopez Pais, J., Fraile Sanz, A., Olsen, R., Abad, R., Nieto, D., et al. (2021) Anxiety in MINOCA Patients According to Latest Definitions. *European Heart Journal*, 42, ehab724.2665. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehab724.2665>
- [5] 葛君丽,曹斌,丛丛,等. 中医情志疗法在心系疾病中的应用概述[J]. 山东中医杂志, 2021, 40(8): 116-120.
- [6] 张宁,刘金涛,黄俊伟,等. 脏腑神志活动关系探赜[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(4): 67-70.
- [7] 范新彪,付焕杰,漆仲文,等. “血-脉-心-神”一体观辨治冠心病合并焦虑抑郁思路探析[J]. 中华中医药杂志, 2022, 37(10): 264-267.

- [8] 王梦玺, 陈晓虎. 从认知心理学视角剖析双心疾病[J]. 北京中医药大学学报, 2022, 45(4): 23-27.
- [9] Esler, M.D., Jennings, G., Schlaich, M., Lambert, G., Thompson, J., Lambert, E., *et al.* (2020) The Adrenal Medulla in Cardiovascular Medicine: An Untold Story. *Journal of Hypertension*, **39**, 819-829. <https://doi.org/10.1097/hjh.0000000000002748>
- [10] Lu, H., Yang, Q. and Zhang, Y. (2022) The Relation of Common Inflammatory Cytokines with Anxiety and Depression and Their Values in Estimating Cardiovascular Outcomes in Coronary Heart Disease Patients. *Journal of Clinical Laboratory Analysis*, **36**, e24404. <https://doi.org/10.1002/jcla.24404>
- [11] 苏瑞, 肖践明, 张敏. 精神心理障碍及下丘脑-垂体-肾上腺轴对冠心病的影响[J]. 心血管病学进展, 2018, 39(3): 72-76.
- [12] 彭新, 徐晟翔, 尹玉芳, 等. 中医情志研究动物实验模型的思考[J]. 中国中医基础医学杂志, 2017, 23(8): 144-145.
- [13] 张先庚, 曹冰, 曹俊, 等. 中医护理对 PTSD 模型子代鼠焦虑行为的调节作用[J]. 时珍国医国药, 2016, 27(7): 235-237.
- [14] 康锦伟, 林庆, 王懿. 中医情志疗法干预原发性高血压合并焦虑症的临床观察[J]. 中西医结合心脑血管病杂志, 2019, 17(5): 153-155.
- [15] 李延芳. 中医情志护理的双心医学模式在心内科护理中的应用[J]. 中医药管理杂志, 2019, 27(7): 80-81.
- [16] 杨航, 党根深, 柳叶, 等. 音乐疗法治疗抑郁症的研究进展[J]. 中外医学研究, 2023, 21(29): 185-188.
- [17] 林淑惠, 谢金霞. 音乐疗法配合穴位按摩对双心疾病患者的疗效观察[J]. 光明中医, 2017, 32(7): 17-18.
- [18] 刘亚峰, 马洁, 刘甲寒, 等. 五行体感音乐疗法联合加味八珍汤治疗气血两虚型心血管神经症疗效观察[J]. 实用中医内科杂志, 2020, 34(9): 19-22.
- [19] Wiles, N., Thomas, L., Abel, A., Ridgway, N., Turner, N., Campbell, J., *et al.* (2013) Cognitive Behavioural Therapy as an Adjunct to Pharmacotherapy for Primary Care Based Patients with Treatment Resistant Depression: Results of the Cobalt Randomized Controlled Trial. *The Lancet*, **381**, 375-384. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(12\)61552-9](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(12)61552-9)
- [20] 许潇静. 贝克认知疗法联合运动康复训练对冠心病患者心功能及心理状态的影响[J]. 医学理论与实践, 2023, 36(2): 153-155.
- [21] 康延海, 盛莉. 艾司西酞普兰联合正念认知疗法对老年抑郁症患者负性自动思维及自杀意念的影响[J]. 中国老年学杂志, 2020, 40(19): 117-120.
- [22] 邱辉, 王鹏, 王宗琴, 等. 自我悲悯干预结合正念认知疗法对广泛焦虑症患者正念思维、焦虑状态及睡眠质量的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30(9): 16-21.
- [23] 高子雁, 任路. 基于“调任通督强心”法探讨针灸治疗围绝经期双心疾病[J]. 辽宁中医药大学学报, 2024, 26(5): 103-107.
- [24] 戴玉, 李艳, 张磊. 四花穴、心俞隔药饼灸治疗气虚血瘀型冠心病心绞痛随机对照研究[J]. 吉林中医药, 2018, 38(2): 109-111.
- [25] 刘鸿杰. 太极拳锻炼治疗冠心病慢性心衰的临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州中医药大学, 2017.
- [26] 张雷, 谢炎蓉, 朱巧, 等. 八段锦对心力衰竭患者心功能及心理影响的临床研究[J]. 继续医学教育, 2022, 36(1): 146-149.
- [27] 朱富, 张学正, 李静. 运动康复联合艾灸神阙治疗冠心病心力衰竭患者的临床观察[J]. 中西医结合心脑血管病电子杂志, 2018, 6(22): 174-175.
- [28] 徐留仙, 俞佳. 耳穴压豆联合情志护理改善冠状动脉粥样硬化性心脏病患者不良情绪效果评价[J]. 新中医, 2020, 52(13): 183-186.