

基于心身医学探析五行音乐疗法治疗妊娠恶阻的研究进展与应用前景

陈秀均^{1*}, 王 铭¹, 梁 丹^{2#}

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产科, 广西 南宁

收稿日期: 2024年8月6日; 录用日期: 2024年9月4日; 发布日期: 2024年9月19日

摘 要

妊娠恶阻是最常见的妊娠并发症之一, 主要表现为妊娠早期出现恶心呕吐, 头晕厌食, 甚则食入即吐。长期得不到缓解的严重妊娠恶阻可能与不良妊娠结局、孕妇的身心健康与子代的远期生长相关。五行音乐疗法是中医特色外治法之一, 有坚实的中医理论基础。近20年的五行音乐疗法的相关研究表明五行音乐疗法可以影响人的心理状态, 从而调节身心, 治疗疾病。本文将探讨五行音乐疗法治疗妊娠恶阻的理论基础, 着重从中医心身医学的立场出发, 并对其在妊娠恶阻的临床应用进行了归纳总结, 为使用五行音乐治疗妊娠恶阻提供理论基础。

关键词

妊娠恶阻, 五行音乐疗法, 妊娠并发症, 心身医学, 研究进展

Research Progress and Application Prospects of Five Elements Music Therapy in Treating Nausea and Vomiting of Pregnancy Based on Psychosomatic Medicine

Xiujun Chen^{1*}, Ming Wang¹, Dan Liang^{2#}

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

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

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 陈秀均, 王铭, 梁丹. 基于心身医学探析五行音乐疗法治疗妊娠恶阻的研究进展与应用前景[J]. 中医学, 2024, 13(9): 2284-2289. DOI: 10.12677/tcm.2024.139340

Received: Aug. 6th, 2024; accepted: Sep. 4th, 2024; published: Sep. 19th, 2024

Abstract

Nausea and vomiting during pregnancy, commonly known as hyperemesis gravidarum, is one of the most common pregnancy complications. It primarily manifests as nausea, vomiting, dizziness, and anorexia in early pregnancy, sometimes even leading to immediate regurgitation upon eating. Severe Nausea and Vomiting during Pregnancy that does not subside over time may be associated with adverse pregnancy outcomes, maternal physical and mental health, and long-term growth of offspring. Five Element Music Therapy is one of the unique external treatment methods in traditional Chinese medicine (TCM), with a solid theoretical foundation. Research related to Five Element Music Therapy over the past 20 years indicates that it can influence human psychological states, thereby regulating the mind and body to treat diseases. This article will explore the theoretical basis of using Five Element Music Therapy to treat Nausea and Vomiting during Pregnancy, focusing on the perspective of TCM psychosomatic medicine, and summarize its clinical applications in Nausea and Vomiting during Pregnancy, providing a theoretical foundation for using Five Element Music Therapy in treating this condition.

Keywords

Nausea and Vomiting of Pregnancy, Five Elements Music Therapy, Pregnancy Complications, Psychosomatic Medicine, 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

目前在现代医学中妊娠剧吐(hyperemesis gravidarum, HG)没有公认的定义,因此妊娠剧吐的诊断以排除性诊断为主,具有典型临床症状但其他疾病不能解释,而妊娠期恶心呕吐(Nausea and vomiting of pregnancy, NVP)一般定义为在妊娠前三个月开始没有其他原因的恶心、呕吐和或干呕症状[1]。现代医学中的妊娠剧吐可以参照妊娠恶阻治疗辩证治疗。以往人们对于妊娠剧吐的重视程度不够[2],及妇女本身对怀孕期间使用药物持怀疑态度[3],简单地认为该病是妊娠的早孕反应之一,属于自限性疾病[4]。若妊娠期恶心呕吐恶化加重,控制症状就变得更加困难,不仅会降低孕妇的生活质量还会减少其工作时间,美国一项调查显示 NVP 加重还会平均增加 40%医疗花销,孕妇平均医疗花费达 1824 美元,更为严重的是极容易威胁母婴安全[5]。近年来,随着社会意识的发展,孕妇的身心健康越来越成为成为了人们关注的焦点。研究发现,妊娠出现严重恶心呕吐的病史与不良妊娠结局、孕妇的身心健康与胚胎和婴儿远期的生长发育密切相关[6]。荷兰一项研究发现妊娠期恶心呕吐患者的生活质量较未发生妊娠期恶心呕吐的人群差[7]。因此,有效治疗妊娠期剧吐对确保母婴健康至关重要。五行音乐疗法,就是根据中医传统的阴阳五行理论和五音对应,用角、徵、宫、商、羽五种不同的音调的音乐来治疗疾病的方法[8],一般是在常规医药干预基础上,配合五行音乐疗法,据证选音乐与曲调,以缓解妊娠恶阻。

2. 音乐疗法的溯源与作用机理

从人类早期的活动遗迹可以知道,音乐疗法最早是被用于巫医对人的治疗中。古希腊哲学家毕达哥

拉斯最早提出“音乐医学”的概念,他认为欣赏音乐在一定程度上有利于促进身心健康与维持心理平衡。音乐治疗在创造力和生命力蓬勃的文艺复兴时期也得到了长足的发展。20 世纪 50 年代起音乐疗法在美国作为新式治疗手段,并逐渐成为一门新兴学科[9]。我国虽然自古就有音乐治疗的相关思想,但是音乐治疗作为一门学科在我国发展起步较晚。

3. 五行音乐疗法的理论基础

中国传统哲学认为世界是由“木、火、土、金、水”五种元素组成,相互之间以生克制化关系而并称“五行”。中医基础理论中也有阴阳五行学说,五行与五脏具有对应关系。中国传统医学与中国传统音乐均是在中国传统文化的土壤中孕育而成,二者基于共同的哲学基础。《灵枢·邪客》曰:“天有五音,人有五脏,天有六律,人有六腑。”五行音乐即将中国传统音乐的基本音:角、徵、宫、商、羽谱成乐曲[10]。五行音乐疗法属于我国传统音乐疗法的范畴,《黄帝内经》最先把五音理论引入祖国传统医学领域,其中五音是中国传统乐曲的基本要素,它有狭义和广义之分。狭义的五音即为角、徵、宫、商、羽 5 种音调;广义的五音是自然界发出的一切声音。在《黄帝内经》中“以音为药”,将五音归属对应五行,即“五行音乐”是将五行、阴阳、五志、五脏等理论与音乐相合,形成了五种不同调式用以治疗不同疾病。《素问·阴阳应象大论》中对五脏与五志、五音的关系有明确的阐述:“肝在音为角,在声为呼,在志为怒,怒伤肝,悲胜怒;心在音为徵,在声为笑,在志为喜,喜伤心,恐胜喜……”,人们便知道了情绪变化对人体的影响,以及不同情绪之间相互制约、相互控制的联系。

中国历史上音乐养生的最重要代表人物之一嵇康曾在《琴赋》写道“(音乐)诚可以感荡心志,而发泄幽情,可以导养神气,宣和情志”;元代擅长治疗情志病的著名医家朱震亨亦认为:“乐者,亦为药也”;医家万全在《幼科发挥》较为详细地记载:汪元津的小儿子,因“伤食病疟”而“发搐”、“喜睡”,遂让汪元津小儿子平日里的玩伴,在窗前敲钹打鼓,唱歌跳舞,“未半日目开而平复也,凡十日而安”的音乐治疗案例[11]。古人认为音乐是天地和谐、阴阳调和的表现形式。《吕氏春秋》如是记载:“凡乐,天地之和,阴阳之调也。”中医学中认为人体健康的本质即是脏腑气血阴阳的和谐。《内经》“百病生于气,而止于音”解释了人体气机的不畅或紊乱可导致各种疾病的发生,而音乐调畅气机的作用,可促进疾病痊愈。

当声音传播的介质发生变化时,声音在传播的过程中就会产生不同程度的消退与亢进,通过声波与五脏共振所产生的能量对五脏固有频率震动所产生的能量进行纠正,“损有余而补不足”,这或许就是五音治病的作用机制[12]。陈宇坤和耿少辉等人通过大量文献溯源和考证研究发现[13],五音作为一种声波振动,具有特异的能量属性,其的振动频率可引起五行属性相同的脏腑经络产生共振,从而起到治疗作用。五行音乐疗法能够改善患者抑郁症状,改变患者血清细胞因子含量,改善患者免疫功能[14]。

综上所述,在中国传统医学的诊治疾病的理念中,音乐不止是一种艺术形式用以抒发情感和寄托情感,同时也是一种治疗疾病的方式。

4. 音乐疗法的作用机制

音乐是人类情感的一种表现形式,人们可以通过音乐体验从而引发轻松、愉悦或忧愁、悲愤等情绪共鸣,达到心理上的情感平衡,从而调节情绪。音乐疗法是集医学、音乐、心理、物理等多学科为一体的交叉学科,不仅带给人愉悦的享受,还可通过心理、生理双重作用影响人的身心[15]。作为一门音乐与人文精神和生命科学相融合的新医疗技术,它包括治疗、调节、教育和训练等方式的综合性过程[16]。可以从情绪调节与神经递质假说、社会沟通假说方面阐述音乐疗法的作用。研究发现,在听音乐时大脑的双侧脑区杏仁核、海马体以及旁边缘结构包括眶额皮质、海马旁回和颞叶等被激活,这表明音乐能够调节

情感核心区域的活动[17]。音乐疗法效果的关键因素在于情绪调节, Koelsch 提出认知神经学假说, 认为音乐可以调节大脑边缘结构的的活动, 这些结构和情绪的产生、维持和调节密切相关[18]。音乐的另一个生化特征是神经递质多巴胺的分泌增加, 使用正电子发射型计算机断层显像和 ^{11}C -放射性标记能够在听音乐的高峰情绪时发现纹状体内源性多巴胺释放[19]。学者梅茹和王亚军认为, 低社会支持是妊娠期不良心理因素产生的独立危险因素[20]。叶伟娟通过对妊娠剧吐孕妇进行心理管理干预开展临床观察发现, 系统性心理干预能够有效消除孕妇的紧张、焦虑、抑郁等不良心理情绪, 改善孕妇的心理状态, 提高治疗效果[21]。音乐治疗是一个科学的系统治疗过程, 而不是简单、随机和无计划的音乐活动[22], 根据患者不同的参与方式, 音乐疗法可被划分为主动型音乐治疗和被动型音乐治疗。主动型音乐治疗需要治疗对象跟着治疗师进行音乐相关的学习与训练, 而被动型的音乐治疗需要治疗对象在治疗师的指导下倾听音乐, 从社会沟通角度而言, 在音乐治疗过程中共同的音乐活动给治疗对象提供社会交流的媒介[23][24]。作为一种非药物疗法, 音乐疗法不仅可以避免药物可能引发的不良作用, 而且更易于为患者所接受[24]。当前音乐疗法作用机制尚处于深入探索研究阶段, 其神经、体液及内分泌的多系统调控多于改善临床躯体症状的结果是明确的。

5. 妊娠恶阻的病因病机

妊娠恶阻的病名最早见于《金匱要略·妇人妊娠病脉证并治》: “妇人得平脉, 阴脉小弱, 其人渴, 不能食, 无寒热, 名妊娠。” 历代医家虽对恶阻的病因病机多有阐释, 但盖难统一, 妊娠恶阻的主要病机为冲气上逆, 胃失和降, 脾胃的升降运动无不影响着水谷精微, 人体有胃虚、肝热、痰滞[25]。气是构成宇宙万物的原始物质, 气的运动称为气机, 气机的表现形式是升降出入, 脾胃是气机升降的枢纽, 气的升降看似对立, 实则又是统一的一种运动, 《素问·六微旨大论》有云: “天有阴阳交泰, 人有升降出入”、“出入废则神机化灭, 升降息则气立孤危, 故非出入则无以生长壮老已, 非升降则无以生长化收藏” 皆强调了气机升降相因对人体生命活动的重要性。《素问·经脉别论》云: “饮入于胃, 游溢精气, 上输于脾, 脾气散精, 上归于肺, 通调水道, 下输膀胱, 水精四布, 五经并行。” 说明脾胃不仅是人体气血生化之精气血津液的周流不休, 而脾胃升降失调, 气机上逆亦可导致妊娠恶阻的发生。五音调节脏腑应以调节脏腑气机作为突破点。喜则气缓, 思则气结, 悲(忧)则气消, 恐则气下。情志的变化和气机直接相关, 气的运动是人体所有生理病理活动的根本机制[26], 也是情志活动的内在机制。

6. 音乐疗法临床应用

随着社会转型, 音乐疗法越来越被广大临床工作者所关注到, 相关临床试验、生理病理机制与作用机制研究也取得了长足进步, 心身医学亦迎来了新发展。郑萍等[27]通过临床观察发现对妊娠剧吐患者实施音乐疗法, 可进一步调动患者机体的潜能和心理耐受阈值、消除患者的负面情绪, 能有效改善其妊娠剧吐症状, 从而提高治疗效果缩短住院时间, 有利于孕妇及胎儿的身心健康。田冬梅等[28]研究发现, 伴有抑郁焦虑情绪的孕晚期孕妇做胎心监护时播放五行音乐, 能明显降低胎心监护检测数据的假无反应型, 减少不必要的产科干预。五音通过调节相应脏腑功能和气血的运行, 达到颐养身心、调节情绪的目的[29]。李芳和谢金凤等[30]通过探讨输液辅, 以心理干预及音乐治疗妊娠剧吐的临床疗效得出结论: 常规西医输液辅以心理干预及音乐治疗妊娠剧吐疗效确切、安全、实用。严金婵[31]在中医五行音乐结合静脉补液治疗妊娠剧吐的效果观察中发现: 对照组以静脉补液治疗, 观察组予以中医五行音乐联合静脉补液治疗, 观察组的总有效率为 93.10%, 显著高于对照组的 68.97%, 中医五行音乐联合静脉补液治疗妊娠剧吐的效果确切, 值得临床应用。徐启锋等[32]研究发现五音疗法可用于改善脾胃运化功能。何亚丽[33]研究发现心理干预加音乐疗法可以轻妊娠剧吐患者的焦虑、抑郁情绪, 提高治疗效果, 缩短住院时间。音乐疗法

在临床应用中主要作为辅助治疗应用,作为单一干预手段目前相关研究尚缺乏,临床仍以躯体症状为关注和治疗重点。

7. 小结与展望

五行音乐疗法治疗疾病注重形神合一。音乐疗法不是音乐和疾病的简单相加,而是需要将音乐、医学和心理学的高度结合,其中把握人的心理变化规律的运用是贯穿音乐治疗始终的关键环节。在具体治疗方面,音乐治疗的过程是人与音乐、人与人互动的过程,现代医学认为音乐疗法是心理的共鸣与疏导,使人的情绪得以宣发和调节。在应用方面,五行音乐疗法的推广应用仍有众多短板和限制,五音疗法临床应用常作为辅助疗法;在人员和技术方面也存在多层次、多方面的不足,如缺乏音乐疗法专业人员、相关标规范和准、健全管理与干预网络等;而公众对心理治疗认知亦较为局限,五行音乐与大众喜闻乐见的现代音乐曲目风格仍有出入,部分患者难以接受,这就有悖于怡情悦性这一治疗初衷,影响治疗效果。在研究领域方面,目前多数临床研究仅考虑了音乐疗法的短期疗效,而音乐疗法对于妊娠恶阻是否有长期疗效,尚须经临床大样本、多中心、随机对照研究的进一步证实,并应重视受试者定期随访的实施。尽管五行音乐疗法的推广有诸多阻碍,我们仍应致力于将现代音乐与传统五行音乐相结合,形成一套完整、规范化的五行音乐疗法[8]。目前,五行音乐疗法已形成一套理论知识支撑,而且以其简便易操作、疗效佳、无不良作用等优势,越来越被人们所接受,因此五行音乐疗法应用于妊娠恶阻的防治有一定的发展前景。

参考文献

- [1] Koot, M., Boelig, R., van't Hooft, J., Limpens, J., Roseboom, T., Painter, R., *et al.* (2018) Variation in Hyperemesis Gravidarum Definition and Outcome Reporting in Randomised Clinical Trials: A Systematic Review. *BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology*, **125**, 1514-1521. <https://doi.org/10.1111/1471-0528.15272>
- [2] Dean, C. (2016) Does the Historical Stigma of Hyperemesis Gravidarum Impact Healthcare Professionals' Attitudes and Treatment towards Women with the Condition Today? A Review of Recent Literature. *MIDIRS Midwifery Digest*, **26**, 186-193.
- [3] Committee on Practice Bulletins-Obstetrics (2018) ACOG Practice Bulletin No. 189: Nausea and Vomiting of Pregnancy. *Obstetrics & Gynecology*, **131**, e15-e30.
- [4] 陈露露, 漆洪波. 美国妇产科医师学会“妊娠期恶心呕吐指南 2018 版”要点解读[J]. 实用妇产科杂志, 2018, 34(6): 421-426.
- [5] Piwko, C., Koren, G., Babashov, V., *et al.* (2013) Economic Burden of Nausea and Vomiting of Pregnancy in the USA. *Journal of Population Therapeutics and Clinical Pharmacology*, **20**, e149-e160.
- [6] 郭立燕, 翟敏, 毛书奇, 乔岩岩, 韩英杰. 胚胎停育环境行为危险因素的病例对照研究[J]. 环境与健康杂志, 2017, 34(4): 341-344.
- [7] Bai, G., Korfage, I.J., Groen, E.H., Jaddoe, V.W.V., Mautner, E. and Raat, H. (2016) Associations between Nausea, Vomiting, Fatigue and Health-Related Quality of Life of Women in Early Pregnancy: The Generation R Study. *PLOS ONE*, **11**, e0166133. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0166133>
- [8] 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.
- [9] 冯艳. 论从美国音乐治疗学科体系看该学科在中国的发展[J]. 中国市场, 2015(19): 271-272.
- [10] 徐乐娉. 基于 fNIRS 技术对定制状态音乐干预前额叶功能的机制研究[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州中医药大学, 2021.
- [11] 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.
- [12] 潘良, 樊笛, 胡慧. 基于声波共振原理探讨五音治病的作用机制[J]. 北京中医药大学学报, 2016, 39(9): 731-733.
- [13] 陈宇坤, 耿少辉, 李江波, 等. 五行音乐曲目及其治疗抑郁症临床应用研究[J]. 中华中医药杂志, 2019, 34(9): 4234-4237.
- [14] 陈建荣. 五行音乐疗法治疗抑郁症的机制探讨[J]. 中国医药指南, 2018, 16(25): 177-178.

- [15] 蓝宪, 叶然, 林法财. 音乐疗法文献研究探析[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(4): 2099-2101.
- [16] 沈靖. 音乐治疗及其相关心理学研究述评[J]. 心理科学, 2003(1): 171-172.
- [17] Raglio, A., Galandra, C., Sibilla, L., Esposito, F., Gaeta, F., Di Salle, F., *et al.* (2015) Effects of Active Music Therapy on the Normal Brain: fMRI Based Evidence. *Brain Imaging and Behavior*, **10**, 182-186.
<https://doi.org/10.1007/s11682-015-9380-x>
- [18] Koelsch, S., Vuust, P. and Friston, K. (2019) Predictive Processes and the Peculiar Case of Music. *Trends in Cognitive Sciences*, **23**, 63-77. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2018.10.006>
- [19] 周月霞, 吴斌. 音乐疗法在老年医学中的应用及其生物学机制[J]. 中国老年学杂志, 2019, 39(8): 2027-2030.
- [20] 梅茹, 王亚军. 孕妇心理抑郁焦虑及相关影响因素分析[J]. 中国临床研究, 2015, 28(6): 752-754.
- [21] 叶伟娟, 张丽香, 王淑芳. 妊娠剧吐孕妇心理因素分析与心理干预[J]. 中医药管理杂志, 2017, 25(6): 125-126.
- [22] 高天. 音乐治疗学基础理论[M]. 北京: 世界图书出版公司, 2007: 14.
- [23] 纪铮, 高玥珊, 陈茜. 补充替代疗法在安宁疗护中的应用研究进展[J]. 现代临床医学, 2024, 50(4): 287-290.
- [24] 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.
- [25] 谈勇. 全国中医药行业高等教育“十三五”规划教材《中医妇科学》[M]. 第 10 版. 北京: 中国中医药出版社, 2016.
- [26] 金光亮. 论气机互调是情志相胜疗法的基本机理[J]. 中医杂志, 2008, 49(2): 104-106.
- [27] 郑萍, 林玉萍. 音乐疗法对妊娠剧吐的疗效观察[J]. 浙江预防医学, 2010, 22(2): 62-63.
- [28] 田冬梅, 何碧茹, 李嘉蔚. 五行音乐调节孕妇心理在胎心监护中的应用[J]. 深圳中西医结合杂志, 2016, 26(17): 5-7.
- [29] 李晨, 林法财. 基于太虚原象理论探讨五行音乐疗法[J]. 中华中医药杂志, 2022, 37(10): 6115-6119.
- [30] 李芳, 谢新风. 输液辅以心理干预及音乐治疗妊娠剧吐 58 例[J]. 中国民族民间医药, 2012, 21(11): 60-61.
- [31] 严金婵. 中医五行音乐结合静脉补液治疗妊娠剧吐的效果观察[J]. 临床医学工程, 2021, 28(8): 1091-1092.
- [32] 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.
- [33] 何亚丽. 心理干预加音乐疗法在妊娠剧吐患者中的应用及效果观察[J]. 中南医学科学杂志, 2015, 43(4): 476-478.