

心身疾病“从神论治”的针刺康复策略探析

——基于调神、解郁、振阳、健中的临床思维

姚泗萍^{1,2,3*}, 虞梅^{1,2,3#}, 张博^{1,2,3}, 宋磊^{1,2,3}, 华梓琪^{1,2,3}, 孙洁^{1,2,3},
阿力亚·阿力木江^{1,2,3}, 王文斐⁴

¹新疆精神卫生中心, 新疆 乌鲁木齐

²新疆精神卫生研究所, 新疆 乌鲁木齐

³乌鲁木齐市第四人民医院/中医科, 新疆 乌鲁木齐

⁴新疆医科大学临床医学院, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2025年8月29日; 录用日期: 2025年10月10日; 发布日期: 2025年10月24日

摘要

目的: 探讨基于中医“从神论治”理论框架下针刺治疗心身疾病的系统性康复思路与临床策略, 以期为精神卫生领域(精卫)的针灸临床实践提供理论依据与可操作的针方范式。方法: 立足于中医整体观与“神-形”互构理论, 结合作者在精神卫生中心的长期临床实践, 系统梳理心身疾病的“神”机失调病机, 提出以“调神”为核心, 融通“解郁、振阳、健中”于一体的针刺治疗体系。文章重点阐释了“心俞三神”“风花四关解郁”“董氏五奇振阳”“公孙七老健中”四大特色针方的组方原理、腧穴配伍及临床应用逻辑。结果: 本文构建了以“神”为统领的针刺康复四维路径: (1) 畅神调神, 心脑并治: 通过心俞、神门等调“心神”与神庭、四神聪等调“脑神”相结合, 实现心脑神机的协同调控; (2) 解郁畅神, 气血为重: 运用“风花四关”方(四花、四关、四风穴), 疏肝理气, 调和气血, 畅通少阳枢机, 以解情志之郁; (3) 振阳助神, 以消阴翳: 取董氏奇穴“五奇”(灵骨、大白、三皇穴等), 温补元阳, 益肾填精, 为神机活动提供物质与动力基础; (4) 健中通神, 枢轴轮转: 化裁“老十针”为“公孙七老”方, 健运中气, 恢复脾胃升降之枢, 以资后天而养先天之神。结论: “从神论治”是针刺干预心身疾病的核心法则。通过构建“调神-解郁-振阳-健中”的多维协同治疗模式, 从心脑、气血、元阳、中气等不同层面恢复神机的平和与通畅, 体现了中医针灸整体调节、标本兼顾的治疗优势。该思路为心身疾病的中医康复提供了系统化的针刺方案, 值得在精卫临床中进一步验证与推广。

关键词

从神论治, 针刺疗法, 康复策略, 针方配伍, 中医心理学

*第一作者。

#通讯作者。

Acupuncture Rehabilitation Strategies for Psychosomatic Disorders Based on the Principle of “Treating from the Shen”

—A Clinical Thinking Framework Integrating Regulating Shen, Resolving Depression, Invigorating Yang, and Strengthening the Middle Jiao

Siping Yao^{1,2,3*}, Mei Yu^{1,2,3#}, Bo Zhang^{1,2,3}, Lei Song^{1,2,3}, Ziqi Hua^{1,2,3}, Jie Sun^{1,2,3}, Alimujiang-Aliya^{1,2,3}, Wenfei Wang⁴

¹Xinjiang Uygur Autonomous Region Mental Health Center, Urumqi Xinjiang

²Xinjiang Uygur Autonomous Region Institute of Psychiatry, Urumqi Xinjiang

³Department of Traditional Chinese Medicine, The Fourth People's Hospital of Urumqi, Urumqi Xinjiang

⁴Clinic of Clinical Psychology, Xinjiang Production and Construction Corps General Hospital, Urumqi Xinjiang

Received: Aug. 29th, 2025; accepted: Oct. 10th, 2025; published: Oct. 24th, 2025

Abstract

Objective: To explore and systematize the acupuncture rehabilitation strategies for psychosomatic disorders based on the traditional Chinese medicine (TCM) principle of “Treating from the Shen” (mind-spirit), aiming to provide a theoretical framework and practical acupuncture protocols for clinical practice in psychiatric and psychosomatic medicine. **Methods:** Drawing upon the holistic TCM theory of the interdependence between “Shen” (spirit) and physical form, and informed by extensive clinical experience in a psychiatric setting, this paper systematically analyzes the pathogenesis of psychosomatic disorders centered on “Shen” disturbance. It proposes an integrated acupuncture treatment system with “Regulating the Shen” as its core, supplemented by “Resolving Depression, Invigorating Yang, and Strengthening the Middle Jiao.” The paper elaborates on the theoretical foundations, acupoint selection, and clinical logic of four characteristic acupuncture formulas: “Xin-Shu-San-Shen,” “Feng-Hua-Si-Guan,” “Dong-Shi-Wu-Qi,” and “Gong-Sun-Qi-Lao.” **Results:** The study constructs a four-dimensional acupuncture rehabilitation pathway: (1) Harmonizing the Shen, Treating Heart and Brain Together: Combining acupoints that regulate the “Shen of the Heart” (e.g., Xinshu, Shenmen) with those that regulate the “Shen of the Brain” (e.g., Shenting, Sishencong) to achieve synergistic regulation of the heart-brain axis. (2) Resolving Depression to Smooth the Shen, Focusing on Qi and Blood: Utilizing the “Feng-Hua-Si-Guan” formula to course the liver, regulate Qi, harmonize blood, and unblock the Shaoyang pivot, thereby alleviating emotional stagnation. (3) Invigorating Yang to Support the Shen, Dispelling Yin Cold: Employing the “Dong-Shi-Wu-Qi” formula to warm and tonify the primordial Yang, replenish kidney essence, and eliminate pathological Yin, providing the material and energetic foundation for Shen activity. (4) Strengthening the Middle to Connect the Shen, Restoring the Pivot: Modifying the classic “Lao-Shi-Zhen” into the “Gong-Sun-Qi-Lao” formula to fortify the Spleen and Stomach, restore the ascending and descending functions of the Middle Jiao, and ensure the smooth transformation and transportation of nutrients to nourish the Shen. **Conclusion:** “Treating from the Shen” is the core principle for acupuncture intervention in psychosomatic disorders. By establishing a multi-dimensional, synergistic treatment model of “Regulating Shen - Resolving Depression - Invigorating Yang - Strengthening the Middle,” this approach aims to restore the harmony and smooth flow of Shen from multiple levels—heart-brain, Qi-blood, primordial Yang, and central Qi. This embodies the holistic and comprehensive advantages of TCM

acupuncture. This systematic strategy offers a valuable acupuncture rehabilitation paradigm for psychosomatic disorders and warrants further clinical validation and promotion.

Keywords

Treating from the Shen, Acupuncture Therapy, Rehabilitation Strategy, Acupoint Prescription, TCM Psychology

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

心身疾病已成为当代社会影响个体健康与社会福祉的重要公共卫生问题。传统中医学对此类疾病有着深刻的认识，其核心在于“神”的概念。在中医理论中，“神”不仅指人的精神意识，更是生命活动的主宰，其与躯体的生理功能相互依存、相互影响。心身疾病的本质，正是情志因素长期扰动“神”机，导致神形失和、脏腑功能紊乱的病理过程。

当前，针灸治疗心身疾病已形成多种理论流派与临床方案。主流方法包括：(1) “调神醒脑”法，以头针、脑穴为主，侧重于直接调节脑府功能；(2) “疏肝解郁”法，以四关穴、太冲、期门等为核心，旨在疏泄肝气、调畅情志；(3) “交通心肾”法，通过针刺神门、太溪等穴，以求水火既济、安神定志；(4) “健脾养心”法，以足三里、三阴交、内关等穴为主，通过调理后天以养心神。这些方案各有侧重，在临床实践中均取得了一定疗效。

中医强调整体观，认为“神”的安定与否直接关联着气血的运行、脏腑的协调[1]。一旦“神”失其常，如出现焦虑、抑郁等情志失调，便会引动气机逆乱，进而影响气血的生成与输布，诱发或加重躯体症状。反之，躯体的不适也会反噬精神，形成恶性循环。因此，在精卫临床的康复治疗中，我们始终抓住“神机受扰或失养”这一核心病机，将“治神”作为首要治则。通过针刺等手段调节“神”的状态，旨在打破心身交互的恶性循环，恢复机体的内在平衡[2]。这一“从神论治”的思想，为针灸干预心身疾病提供了独特的理论视角和实践路径。

2. 畅神调神 心脑并治

2.1. 针刺调神，心脑并治

治疗心身疾患，首要在于“畅神、调神”。中医理论中的“神”，其功能由心与脑共同承担。心为“君主之官，神明出焉”，主管神志；脑为“元神之府”，是神志活动的物质基础[3]。两者相辅相成，缺一不可。若仅关注脑部的“神”，而忽视心主血脉对神志的滋养作用，则治疗难以周全。因此，我们在临床实践中，强调“心神”与“脑神”并重，采用体针与头针相结合的策略，创立“心俞三神”针方，以求协同增效，达到调和气血、安神定志、恢复神机的最佳状态[4]。

2.2. 心俞三神，针方释义

“心俞三神”由心俞、体针三神(神堂、神道、神门)及头针三神(神庭、本神、四神聪)共七穴构成。心俞、神堂、神道位于背部第五胸椎附近，均内应于心，能直通心气，宁心安神[5]。配合手少阴心经的原穴神门，可养心气、定心神，为调理心神的要穴。头针三神则直接作用于头部，神庭、本神、四神聪能

充盈脑髓，镇静脑神，是调节脑神功能的关键穴位。此七穴联用，既通过心俞、神门等穴调养心神，保障气血生化以奉养脑神，又通过头针三神直接作用于脑府，实现心脑神机的同步调控，从而有效改善失眠、焦虑、神志恍惚等心身症状[6]。

2.3. 畅神调神，心悟发微

心神与脑神并非孤立存在，心神主导着血液的生成与运行，为脑神及其他脏腑之神提供必要的物质基础。当心神清明，气血充盈，脉道通畅，则神得以滋养，功能正常。反之，若心神失养，气血亏虚，运行不畅，则脑神及五脏神均会因失养而功能失调，出现神思不属、认知障碍等问题[7]。同时，脑神作为最高指挥中心，也对心神起着调控作用。二者一主气血，一主髓海，分工协作，共同维系着生命活动的有序进行[8]。因此，针刺治疗必须兼顾心脑，才能从根本上恢复“神”的主宰功能。

3. 解郁畅神 气血为重

3.1. 针刺解郁，气血为重

《丹溪心法》有云：“气血冲和，万病不生，一有怫郁，诸病生焉。”现代社会的生活方式，如久坐、久视、缺乏运动，极易导致肝气不舒，气机郁滞，进而影响血行，形成“气血怫郁”的亚健康状态。心身疾病的起因，多与情志不遂、肝失疏泄相关[9]。肝主疏泄，调畅全身气机，是维持气血和调的关键。因此，我们在治疗中，特别重视“解郁”这一环节，以“风花四关解郁方”为核心，旨在疏利气机、调和气血，为“神”的畅达扫清障碍[10][11]。

3.2. 风花四关，针方释义

“风花四关”由四花、四关、四风三组穴位构成。四花穴指膈俞与胆俞，膈俞为血会，能活血化瘀；胆俞为气会，能疏调肝胆气机。二穴同用，一血一气，气血双调，且常向肝俞透刺，以增强疏肝理气之力[12]。四关穴即合谷与太冲，合谷属阳明经，善行气活血；太冲属厥阴经，善疏肝理血。二穴相配，一上一下，一气一血，一升一降，能有效调节气机升降，被誉为“开四关”[13]。四风穴指风池与风市，均属足少阳胆经，能宣通少阳经气，祛风清热。将此三组穴位结合，形成“风花四关”之方，能全面疏解肝郁，调和气血，畅通少阳枢机，使郁结之气得以宣发，从而缓解情志不畅，达到“解郁以畅神”的目的。

3.3. 解郁畅神，心悟发微

阴阳平衡是健康的根本。而气机的条达是维持阴阳动态平衡的前提。肝作为“罢极之本”，其疏泄功能正常与否，直接决定了气机是否通畅[14]。若肝气条达，则气血和顺，脏腑协调，神志安宁。若肝气郁结，则气机逆乱，气血失和，进而影响“神”的稳定。因此，治疗心身疾病，必须重视肝的功能，通过疏肝解郁来恢复气机的正常运行。这不仅是治疗“郁证”的关键，更是为“神”的安定创造一个内在的、和谐的生理环境。

4. 振阳助神 以消阴翳

4.1. 针刺振阳，以消阴翳

阳气是生命活动的动力源泉，具有温煦、推动、防御等功能。在精神卫生临床中，我们常见到因长期过劳、作息失常、房事不节等因素导致的肾阳亏虚、精气不足之证[15]。患者常表现为精神萎靡、倦怠乏力、畏寒喜暖，甚者出现阳虚阴盛、虚阳外浮的假热之象。此类患者，“神”失其养，根源在于元阳不振。因此，我们采用“董氏五奇振阳方”，旨在温补肾阳，填补精气，从根本上增强神机活动的原动力，驱散阴寒之邪[16]。

4.2. 董氏五奇，针方释义

“董氏五奇”取自董氏奇穴，包括灵骨、大白及三皇穴(天皇、地皇、人皇)。灵骨、大白位于手背，深刺可贯通上、中、下三焦，具有强大的温阳补气之功。三皇穴(天皇即肾关，地皇即漏谷，人皇即三阴交)虽位于脾经路径，但其定位与传统三阴交有别，是董氏奇穴中补肾益精的要穴，能振奋先天之本[17]。此方将温阳补气与补肾填精相结合，既补后天脾胃之气以资化源，又固先天肾中之阳以壮根本，从而有效提升机体的整体阳气水平，使脑神得以充养而通畅。

4.3. 振阳助神，心悟发微

“精、气、神”三者互根互用。精是神的物质基础，气是精化为神的动力。肾为先天之本，藏精纳气，其功能的强弱直接决定了精气的盛衰，进而影响“神”的旺盛与否。在心身疾病的康复期，特别是针对神疲乏力、意志消沉的患者，单纯调神难以奏效，必须从“肾”入手，补益肾精，振奋元阳[18]。同时，必须关注“气化”功能，只有气化有力，肾精才能有效转化为神明之用。因此，“振阳”不仅是补充能量，更是激活了“精化气，气化神”这一生命转化过程。

5. 健中通神 枢轴轮转

5.1. 针刺健中，枢轴轮转

脾胃居于中焦，为“后天之本”、“气血生化之源”，其功能如同车轴，斡旋着全身气机的升降出入。若脾胃虚弱，中气不运，则清气不升，浊气不降，可导致上热下寒、心肾不交等复杂病机。心身疾病的患者，常因情志影响脾胃运化，或因脾胃虚弱而神失所养[19]。因此，我们在治疗中，始终将调理脾胃作为重要环节，创制“公孙七老健中方”，旨在恢复中焦的枢轴功能，为神机的正常活动提供源源不断的后天精微物质。

5.2. 公孙七老，针方释义

“公孙七老”是在王乐亭教授“老十针”(上脘、中脘、下脘、气海、天枢、内关、足三里)的基础上化裁而来。“老”字既指方中诸穴均为调理脾胃的经久验方，也寓意其疗效稳固可靠。我们在原方基础上，增配了双侧公孙穴。公孙为足太阴脾经的络穴，通于冲脉，并通过阴维脉与内关相联系，具有强大的健脾和胃、理气宽中之效。公孙之名源于黄帝之姓，象征中央土德，与位居中央的脾胃相应[20]。将公孙与“老十针”七穴合用，形成“公孙七老”之方，极大地增强了健运中气、升清降浊、调理阴阳的作用，使中焦枢纽运转灵活，气血生化有源，最终达到“健中以通神”的目的。

5.3. 健中通神，心悟发微

脾胃健运，才能将饮食水谷转化为精微物质，进而化生气血，奉养全身，包括脑神和五脏神。若脾胃功能失常，即使先天之精再充足，后天之精也无法得到补充，最终导致精亏神疲。因此，要使“神”得以畅达，首要任务是保证其物质基础的充足。这正如《素问》所言，脾胃为“仓廪之官”。在心身疾病的治疗中，无论病机如何复杂，只要存在脾胃虚弱的病机，都应将其作为治疗的根基[21]。通过“健中”，为“神”的恢复提供了坚实的物质保障。

6. 小结与展望

综上所述，针对心身疾病的针灸康复，本研究以“从神论治”为总纲，构建了“调神、解郁、振阳、健中”四位一体的综合治疗策略。这四大维度并非孤立，而是相互关联、协同作用的整体：调神是目标，

解郁是手段,振阳是动力,健中是根基。在临床实践中,以“心俞三神”、“风花四关”、“董氏五奇”、“公孙七老”四大特色针方为技术核心,根据患者的具体证候进行灵活配伍和加减,并权衡虚实,施以相应的补泻手法。

与现有主流针灸方案相比,本框架的独特优势在于其系统性与整体性。它超越了单一脏腑或病机的局限,将“神”置于核心地位,通过多靶点、多层次的协同干预,力求从根本上恢复神机的平衡与通畅。尽管在临床实践中已取得一定成效,但对针刺手法的探索仍在继续。例如,对“心俞三神”方的应用,已从单纯刺激发展为结合头针的综合方案;对神门穴的刺激,也尝试了从神门深透少海的长针强刺激;对“振阳方”的穴位,发现特定的“针颤”手法能显著增强温阳效果。

最后,我们必须承认,心身疾病的治疗仍是医学领域的重大挑战。目前,现代科学对针灸作用机制的阐释仍缺乏足够坚实的循证依据,研究的质量控制也需进一步提升。未来研究应致力于通过严谨的临床试验和基础研究,为本“四位一体”框架的有效性和作用机制提供更高级别的循证医学证据,这些都是我们未来需要持续努力和突破的方向。

基金项目

本文由中医药“红山精英”培育工程——乌鲁木齐市中医药领军人才培养计划、中医药“红山精英”培育工程——乌鲁木齐红山青年岐黄学者培养计划支持。

参考文献

- [1] 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.
- [2] 张心梅,章文春. 从形气神三位一体生命观探析“心藏神”与“脑为元神之府”[J]. 中华中医药杂志, 2024, 39(11): 5737-5741.
- [3] 陈淑敏,王莹莹. “治脑调神”刺法治疗神志病探析及其临床应用[J]. 中华中医药杂志, 2024, 39(5): 2630-2632.
- [4] 张旭龙,范晓艳,王明威,等. 基于“脑-肠轴”理论探讨“醒脑调枢”针刺治疗抑郁症[J]. 四川中医, 2022, 40(8): 32-35.
- [5] 孟彦. 针刺“心俞三神”穴配合枣仁归脾二花汤治疗中风后失眠疗效分析[J]. 实用中医药杂志, 2017, 33(2): 124-125.
- [6] 宋阳,王恩忠,文丹阳,等. 疏肝调神针法联合三神穴长留针治疗强迫症的疗效观察[J]. 上海针灸杂志, 2022, 41(9): 878-882.
- [7] 寇育乐,宁博,谭曦舒,等. 从肺络及“畅络调神”理论辨治慢性阻塞性肺疾病合并焦虑抑郁[J]. 山东中医药大学学报, 2025, 49(4): 424-430.
- [8] 孙凯,吕佩祝,陈霞,等. 王顺教授“调神畅志”针灸临床学术思想浅析[J]. 针灸临床杂志, 2025, 41(5): 89-93.
- [9] 周子璞,刘鑫,张家燕,等. 庄礼兴调神针法治疗围绝经期广泛性焦虑障碍经验辑要[J]. 广州中医药大学学报, 2025, 42(5): 1182-1187.
- [10] 张剑平,付星. 针灸治疗抑郁症合并失眠的中医机理探讨[J]. 中国中医基础医学杂志, 2025, 31(5): 889-891.
- [11] 张芯予. “调脏解郁”电针治疗肝气郁结型郁证的临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 长春: 长春中医药大学, 2023.
- [12] 袁霞,申治富,廖伯年. 基于“阴阳调和”理论探析开四关在不寐治疗中的应用[J]. 湖北中医药大学学报, 2025, 27(3): 57-60.
- [13] 杨晶晶,惠建荣. 四关穴治疗卒中后抑郁研究进展[J]. 辽宁中医药大学学报, 2023, 25(8): 112-115.
- [14] 郑雅峰,魏超,王健,等. 针灸治疗抑郁症研究进展[J]. 中医学报, 2019, 34(4): 732-736.
- [15] 杨飞,王迅,刘森森,等. 浅析王迅调背振阳针法理论创新与临床实践[J]. 中医药临床杂志, 2025, 37(6): 1111-1116.
- [16] 郭林生,邱晓虎,刘雅玲. 董氏奇穴“调气针法”治疗失眠的效果[J]. 中国医学创新, 2024, 21(25): 20-24.
- [17] 胡容菁,谭庆晶,池圣杰,等. 特色针刺法治疗抑郁症临床研究进展[J]. 实用中医药杂志, 2022, 38(11): 2023-

2026.

- [18] 张博, 宋磊, 马堆贤. 精神障碍“从神论治”针刺康复思路探析[J]. 中医药通报, 2022, 21(12): 49-51.
- [19] 徐晓月, 安声潘, 何新芳. 《针灸大成》中公孙穴的临床应用探析[J]. 中医药导报, 2018, 24(10): 66-67.
- [20] 徐怡, 付渊博. 基于“形气神一体观”探讨老十针在失眠中的应用进展[J]. 中国医药导报, 2024, 21(34): 70-74.
- [21] 钱虹, 陈碧玉, 尹婷, 等. 调神健脾针灸法治疗心脾两虚型失眠症的临床观察[J]. 中国民间疗法, 2025, 33(12): 33-37.