

艾灸期门治疗中医情志病

——陶春潮医师经验继承

胥海珠 曾俊 杨刚

遂宁市中医院 四川 遂宁 629000

【摘要】：情志疾病是当代社会的高发病症，其发病机制复杂，治疗难度大。陶春潮医师秉承“百病皆郁”的学术思想，创造性地运用艾灸期门穴配合推拿手法治疗各类情志病，临床疗效显著。陶师认为情志不遂则气机郁滞，郁久化火伤阴，导致诸多病变。通过温和灸期门穴，配合推拿疏通经络，可调和肝脾、理气解郁、平衡阴阳，从根本上治疗情志疾病。本文系统总结陶师临床经验，包括理论依据、操作方法及学术特色，以期对中医治疗情志病提供参考。

【关键词】：艾灸；期门穴；情志病；百病皆郁；经验传承

DOI:10.12417/2811-051X.26.04.076

1 引言

随着现代社会节奏加快、竞争压力增大，情志疾病发病率逐年攀升。抑郁症、焦虑症、失眠、躯体化障碍等情志相关疾病严重影响患者生活质量。中医学认为，情志致病源于七情内伤，导致气机紊乱、脏腑失调。《黄帝内经》云：“怒伤肝、喜伤心、思伤脾、忧伤肺、恐伤肾”，明确指出情志与脏腑的对应关系^[1]。陶春潮医师从事中医临床工作，对情志病的治疗有独到见解。陶师强调“百病皆郁”的核心理念，认为情志不畅是百病之源，气机郁滞是疾病发生的关键环节。在治疗上，陶师善用艾灸期门穴为主穴，配合针刺、推拿等综合疗法，临床取得良好疗效。本文系统整理陶师学术思想与临床经验，以传承其宝贵医学遗产。

2 理论基础

2.1 百病皆郁的学术思想

陶师承袭明代医家朱丹溪“气血冲和，百病不生，一有拂郁，诸病生焉”的观点，提出“百病皆郁”的学术核心^[2]。陶师认为，郁证并非单指情志抑郁，而是指气机郁滞、运行不畅的病理状态。无论外感内伤、虚实寒热，最终都会导致气血津液运行障碍，形成郁滞。情志不遂是气机郁滞的首要原因，肝失疏泄则气机不畅，进而影响脾胃升降、心神安宁、肺气宣降、肾气封藏，导致五脏功能失调。陶师强调：“治郁必先疏肝，疏肝首选期门”。肝主疏泄，调畅气机，为气机升降出入的枢纽^[3]。肝气条达则全身气机通畅，肝气郁结则百病由生。因此，解郁的关键在于疏肝理气，恢复肝脏正常疏泄功能。

2.2 肝与情志的关系

《素问·阴阳应象大论》指出：“肝在志为怒”。肝藏血、主疏泄，调节情志活动。肝气升发太过则易怒，肝气郁结则抑郁寡欢^[4]。陶师认为，现代人工作压力大、情绪波动频繁，最易伤肝。肝郁日久，可横逆犯脾导致肝脾不和，出现腹胀、纳差、便溏；可化火上扰心神，出现失眠、心悸、烦躁；可耗伤

阴血，出现头晕、目眩、月经不调。肝与其他脏腑关系密切，肝病可传及他脏，他脏病变也可影响肝。陶师临床常见“肝郁脾虚”“肝郁化火”“肝肾阴虚”等证型，均与肝失疏泄有关。因此，治疗情志病必须以调肝为核心，兼顾他脏。

2.3 期门穴的特点与作用

期门穴为足厥阴肝经募穴，位于乳头直下，第六肋间隙，前正中线旁开4寸。募穴是脏腑之气汇聚于胸腹部的特定穴位，《难经》云：“募在阴”，说明募穴与脏腑关系密切。期门作为肝经募穴，是调理肝脏功能的要穴^[5]。陶师总结期门穴有四大功效：一是疏肝解郁，调畅气机；二是理气止痛，治疗胁痛、胃痛；三是调和肝脾，改善消化功能；四是宁心安神，治疗失眠焦虑。艾灸期门穴，借助艾火温热之性，温通经络、行气活血，增强疏肝解郁之效。相比针刺，艾灸更为温和，患者依从性好，尤其适合虚寒体质及畏针者。

3 艾灸期门穴的操作规范与配伍应用

3.1 艾灸操作的具体规范

陶师在长期临床实践中，摸索出一套规范化的艾灸期门穴操作方法，确保治疗效果稳定可靠。在体位选择上，陶师根据患者具体情况灵活选择。一般情况下采用仰卧位，患者平卧于治疗床上，充分暴露胸肋部，身体放松，呼吸自然。对于年老体弱、不便平卧者，可采用半卧位或坐位，但需要注意保持体位稳定，避免艾灰掉落烫伤。在穴位定位上，陶师强调准确定位的重要性。以乳头为标志，沿乳头垂直向下，在第六肋间隙处即为期门穴。女性患者需要注意避开乳房组织，男性患者相对容易定位。双侧同时取穴，注意左右对称。对于肥胖患者或肋骨不明显者，可以让患者深呼吸，通过观察胸廓运动来确定肋间隙位置^[6]。

在艾灸具体操作上，陶师采用温和灸法，这是最为常用、安全有效的艾灸方法。选用质量上乘的陈年艾条，点燃后将火头对准期门穴，距离皮肤2-3厘米，以患者感到温热舒适、无

灼痛为度。艾条与皮肤的距离需要根据患者耐受情况随时调整,体弱者、皮肤敏感者距离可稍远,体质壮实者距离可稍近。施灸过程中保持艾条相对固定,也可以做小幅度回旋运动,使热力更加均匀。每穴灸 15-20 分钟,以局部皮肤潮红、患者感到深部温热为佳。双侧期门穴可同时施灸,也可依次施灸,总时间约 30-40 分钟。灸量需要根据患者体质、病情轻重、季节气候等因素灵活掌握。初次施灸者灸量宜小,逐渐增加;体质虚弱者灸量宜小,体质壮实者灸量可大;病情轻者灸量宜小,病情重者灸量可大;春夏季节灸量宜小,秋冬季节灸量可大。疗程安排上,急性期患者每日 1 次,慢性期患者隔日 1 次,10 次为一疗程,疗程间休息 3-5 天。一般需要 2-3 个疗程才能取得稳定疗效。

陶师特别强调施灸过程中的注意事项,以确保治疗安全有效。施灸时室内要保持适宜温度,避免受凉感冒。患者衣物要充分暴露施灸部位,但其他部位要注意保暖。施灸最好在饭后 1 小时进行,空腹或饱食后立即施灸均不适宜。孕妇慎用艾灸,尤其要避免灸腹部穴位。月经期间可以正常施灸,但经量过多者需慎重。施灸过程中要密切观察患者反应,若出现头晕、心慌、恶心、大汗等晕灸现象,应立即停止施灸,让患者平卧,给予温开水或糖水。施灸后局部皮肤可能出现潮红、温热感,这是正常反应,数小时后会自行消退。若出现水疱,小水疱可自行吸收,大水疱需要用消毒针刺破,涂抹烫伤膏,保持局部清洁。施灸后多饮温开水,促进代谢,有助于排出体内毒素。施灸当日避免洗冷水澡,以免寒邪侵袭。对于需要长期调理的患者,陶师鼓励其学习自我艾灸方法,在家中坚持施灸,以巩固疗效,预防复发。

3.2 辨证配穴的灵活应用

陶师强调,艾灸期门穴为主穴,但需要根据不同证型配伍使用其他穴位,以增强疗效。对于肝郁气滞型患者,表现为情绪抑郁、胸闷不舒、肋肋胀满、善太息、苔薄白、脉弦,治疗以疏肝理气、调畅情志为主。主穴选用期门、太冲,太冲为肝经原穴,是疏肝解郁的要穴,与期门配伍,一募一俞,内外相应,疏肝解郁效果倍增。配穴选用内关、合谷,内关为心包经络穴,宁心安神,理气止痛;合谷为大肠经原穴,行气止痛,开郁散结。四穴合用,共奏疏肝理气、调畅情志之功。艾灸与针刺结合,期门、太冲采用温和灸,内关、合谷采用毫针刺,得气后留针 30 分钟。

对于肝郁脾虚型患者,表现为情绪抑郁、疲乏无力、腹胀纳差、便溏、舌淡胖边有齿痕、脉弦细,治疗以疏肝健脾、调和肝脾为主。主穴选用期门、足三里,足三里为胃经合穴,是健脾和胃、补益气血的要穴。配穴选用中脘、脾俞,中脘为胃之募穴,腑会八会穴之一,健脾和胃,升清降浊;脾俞为脾之背俞穴,健脾利湿,补益脾气。四穴合用,既疏肝又健脾,标本兼治。艾灸方法上,期门、足三里、中脘采用温和灸,脾俞

可采用隔姜灸,以增强温阳健脾之效。对于肝郁化火型患者,表现为烦躁易怒、失眠多梦、口苦咽干、头痛目赤、舌红苔黄、脉弦数,治疗以疏肝清热、宁心安神为主。主穴选用期门、行间,行间为肝经荥穴,荥主身热,善于清泄肝火。配穴选用内关、神门,神门为心经原穴,宁心安神,清心除烦。四穴合用,疏肝清火,安神定志。此型患者艾灸时间可适当缩短,或采用针刺为主、艾灸为辅的方法,避免温热太过,助火伤阴^[7]。

3.3 推拿手法的协同作用

陶师强调针灸与推拿结合,相辅相成,增强疗效。推拿可以疏通经络、行气活血、调和脏腑,与艾灸配合使用,能够加强疏肝解郁的作用,改善局部血液循环,促进气机运行。陶师常用的推拿手法包括摩腹法、揉按肋肋法、推督脉法、拿肩井法等。摩腹法是最常用的手法,患者仰卧位,全身放松,医者立于患者右侧,将右手掌心按于期门穴,左手叠于右手背上,以期门穴为中心做顺时针环形摩动。手法要轻柔和缓,压力均匀,频率约每分钟 60-80 次,持续 5-10 分钟。摩腹法具有疏肝理气、调和气血、促进消化的作用,对于肝郁气滞、脾胃不和的患者效果尤佳。摩腹过程中可以感受到腹部逐渐变软,肠鸣音增强,患者感到腹部温暖舒适,这说明气血运行改善,疏肝健脾的效果正在发挥。

揉按肋肋法是针对肋肋部施术的专门手法。医者用双手拇指或掌根沿肋肋间隙由内向外揉按,重点揉按期门、章门、带脉、日月等穴位。手法力度要适中,以患者感到酸胀但能耐受为宜。每个穴位按揉 1-2 分钟,整个肋肋部操作 5-10 分钟。揉按肋肋法具有疏通肝经、行气止痛、解除肋肋胀满的作用,对于肝气郁结引起的肋肋胀痛效果明显。许多患者在揉按过程中会打嗝、矢气,这是气机通畅的表现,提示治疗有效。推督脉法是调节阳气、振奋精神的重要手法。患者俯卧位,医者立于患者一侧,用双手掌根沿督脉自大椎穴向下推按至腰骶部,反复操作 10-20 次。手法要沉稳有力,渗透到深层组织。推督脉法具有调节阳气、振奋精神、改善情绪的作用,对于情志抑郁、精神不振的患者有很好的疗效。督脉为阳脉之海,统摄一身之阳气,推督脉可以鼓舞阳气,使人精神振作,情绪改善^[8]。

4 讨论与体会

4.1 艾灸优势

陶师认为,艾灸治疗情志病具有独特优势。一是温和舒适,患者易于接受,依从性好。二是温热刺激可促进血液循环,改善局部微循环,增强组织代谢。三是艾叶本身具有温经散寒、行气活血之效,与期门穴的疏肝功能相得益彰。四是操作简便,患者经指导后可在家自行施灸,便于长期调理。现代研究表明,艾灸可调节神经递质水平,改善下丘脑-垂体-肾上腺轴功能,提高机体抗应激能力。这从现代医学角度证实了艾灸治疗情志病的科学性^[9]。

4.2 整体观念

陶师强调整体治疗,认为情志病不仅是心理问题,更是全身气机失调的表现。治疗时既要调理情志,也要兼顾脏腑、气血、阴阳。艾灸期门为主,配合不同穴位,体现了“辨证论治”的原则。同时配合推拿,疏通经络,调和气血,体现了“内外兼治”的思想。

4.3 防重于治,因人制宜

陶师提倡“治未病”,强调情志调摄的重要性。建议患者保持心情舒畅、适度运动、规律作息,从根本上预防情志疾病。对于轻度情志不畅者,可定期艾灸期门穴保健,疏肝理气,防患于未然。陶师治疗注重个体差异,根据患者体质、病情、年龄等因素调整治疗方案。体弱者减少灸量,火热体质者配合清热穴位,虚寒体质者加强温补。体现了中医“同病异治、异病

同治”的辨证思维^[10]。

5 结语

情志疾病是当代社会的常见病、多发病,严重影响人民群众的身体健康和生活质量。陶春潮医师“百病皆郁”的学术思想,深刻揭示了情志病的发病本质,其运用艾灸期门穴配合推拿治疗情志病的临床经验,方法简便,疗效可靠,值得推广应用。期门穴作为肝经募穴,是调理肝脏、疏解情志的要穴,艾灸刺激温和持久,尤其适合慢性情志疾病的长期调理。推拿手法疏通经络、行气活血,与艾灸配合相得益彰。针灸推拿结合,标本兼治,从根本上改善患者身心状态。陶师的学术思想和临床经验,体现了中医整体观念和辨证论治的精髓,抓住了疾病的核心病机,提出了切实可行的治疗方法,为中医治疗情志病提供了新的思路和方法。

参考文献:

- [1] 刘媛媛,齐慧娴,陈涤平.《黄帝内经》中脏腑理论与阴阳五行关系探究[J].陕西中医,2025,46(1):92-95.
- [2] 朱明锦,傅睿,陈明显.从《金匱钩玄》探讨朱丹溪的脾胃学理论[J].北京中医药,2024,43(5):537-539.
- [3] 陶春潮,刘群.基于“从瘀论治”理论浅谈对失眠症的认识[J].中医临床研究,2020,12(30):18-20.
- [4] 王睿哲,郑晓微.《素问·阴阳应象大论》校勘两则[J].中医文献杂志,2025,43(3):1-38.
- [5] 刘可扬,樊旭.基于《内经》《难经》的五输穴原理探微[J].中华中医药学刊,2024,42(10):80-83
- [6] 马晓晨,陆惠洁,许秋靓.中医外治法在情志病领域研究进展[J].光明中医,2025,40(5):1025-1028.
- [7] 刘芷钰,孙志广.基于情志致病思想探讨中医药在治疗肠易激综合征中的应用[J].医药前沿,2025,15(6):88-90.
- [8] 程豪格,贺晨菲,刘向哲.基于形神一体观运用中医情志疗法辨治脑系疾病[J].现代中西医结合杂志,2025,34(1):97-102+107.
- [9] 吴沛泽,白洋,王胤,等.从“情之浊毒”探讨情志病的中医论治[J].中国医药导报,2025,22(22):124-128.
- [10] 岳秋香,崔小灿,王彤彤,等.基于中医“治未病”理念与情志调理法的模式下对高血压脑出血术后康复患者的影响研究[J].黑龙江医药科学,2025,48(9):39-42.