



• 中医 • 中西医结合 •

五行音乐疗法治疗卒中后抑郁的研究进展

董人齐¹, 周霞², 李丽²

【摘要】 卒中后抑郁(PSD)是卒中患者常见并发症之一,其与卒中事件相关,属于情感障碍性疾病,主要发生于卒中后3~6个月。目前,PSD的治疗方法主要包括药物疗法及非药物疗法,其中药物疗法依赖性强、患者经济负担较重,非药物疗法可避免口服抗抑郁药物的依赖性及对胃肠道的刺激、易被患者接受。五行音乐疗法属于非药物疗法,其以“五脏相音”理论为基础,并根据辨证结果选曲治疗PSD,针对性较强。本文主要综述了五行音乐疗法治疗PSD的研究进展,以期为临床有效治疗PSD提供参考。

【关键词】 卒中; 抑郁; 五行音乐疗法; 综述

【中图分类号】 R 743 R 749.42 **【文献标识码】** A DOI: 10.3969/j.issn.1008-5971.2019.10.y01

董人齐, 周霞, 李丽. 五行音乐疗法治疗卒中后抑郁的研究进展 [J]. 实用心脑肺血管病杂志, 2019, 27 (10): 109-111. [www.syxnf.net]

DONG R Q, ZHOU X, LI L. Research progress of Five elements music therapy in the treatment of post-stroke depression [J]. Practical Journal of Cardiac Cerebral Pneumal and Vascular Disease, 2019, 27 (10): 109-111.

Research Progress of Five Elements Music Therapy in the Treatment of Post-stroke Depression DONG Renqi¹, ZHOU Xia², LI Li²

1. Shandong University of Traditional Chinese Medicine, Jinan 250014, China

2. The Second Affiliated Hospital, Shandong University of Traditional Chinese Medicine, Jinan 250001, China

Corresponding author: ZHOU Xia, E-mail: lusy2000@126.com

【Abstract】 Post-stroke depression (PSD) is one of common complications in stroke patients that related to stroke events, which belongs to emotional disorders and mainly occurs within 3 to 6 months after stroke. Drug therapy and non-drug therapy are the main therapeutic methods of PSD at present, thereinto dependence of drug therapy is strong and patients' economical burden is heavy, however non-drug therapy may avoid the dependence of oral antidepressants and gastrointestinal stimulation, which is easily accepted. Five elements music therapy, as non-drug therapy, is based on the theory of "the five internal organs phase sound" and highly targeted by selecting songs according to syndrome differentiation results. This paper reviewed the research progress of Five elements music therapy in the treatment of PSD, in order to provide a reference for effective treatment of PSD on clinic.

【Key words】 Stroke; Depression; Five elements music therapy; Review

卒中后抑郁(post-stroke depression, PSD)是卒中患者常见并发症之一,指卒中患者因中枢神经损伤、长期卧床、生活习惯改变等引起的抑郁情绪及一系列躯体症状,以兴趣减退、睡眠障碍、思维迟钝、情绪低落甚至绝望为主,可严重影响患者神经功能的恢复^[1]。既往文献报道,PSD发病率为30%~50%,且主要发生于卒中后3~6个月,但卒中后1~3年内其发生风险依然很高,应引起重视^[2]。多数学者认为,PSD的发生与生物-心理-社会因素有关^[3],包括年龄、性格、

文化程度、病情、病程、心理社会因素、病灶部位等^[4]。

音乐疗法是一种心理疗法,但五行音乐疗法区别于心理学上一般意义的音乐疗法,其根植于中国文化,具有中医特色。古代音乐由宫、商、角、徵、羽五种调式组成,与五行相合。五行音乐疗法基于《黄帝内经》中“五音配五脏”的理论,根据辨证结果选取不同调式,既是音乐治疗手段,又具有辨证论治特色。本文主要综述了五行音乐疗法治疗PSD的研究进展,以期为临床有效治疗PSD提供参考。

1 中医对PSD的认识

中医学理论中没有与PSD对应的病名,根据其临床表现可归于“郁证”范畴。有学者认为PSD属“中风”“郁证”合病^[5],为复杂因素致病,与年龄、病情、病变部位、功能障碍及家庭社会支持等因素有关,其中病变部位与功能障碍占主导地位。

基金项目: 国家重点研发计划中医药现代化研究重点专项(2018YFC1706005):“五音调神”法治疗中风后抑郁(轻中度)中医康复规范化研究

1.250014 山东省济南市,山东中医药大学

2.250001 山东省济南市,山东中医药大学第二附属医院

通信作者:周霞, E-mail: lusy2000@126.com

卒中患者一时不能接受躯体功能障碍，故情志不畅，抑郁寡欢，肝失疏泄、气机郁滞，横逆犯脾，导致脾失健运，故见纳差、脘痞、便溏或便下无力；气血生化乏源，血不养心、心神失于濡养故心虚胆怯，阳不入阴故难以入睡；肝郁化火、扰动心神出现失眠多梦；上述皆为郁证之表现。《丹溪心法·六郁》中指出，“气血冲和，万病不生，一有怫郁，诸病生焉，故人身诸病，多生于郁。”可见情志不畅是诸病之源。《景岳全书·郁证》中指出，“凡五气之郁，则诸病皆有，此因病而郁也。至若情志之郁，则总由乎心，此因郁而病也”，认为郁病包括因病而郁和因郁而病两种类型，而PSD属于前者，但其发病兼有二者特点，两者相互影响：情志怫郁加重卒中症状，而身体功能障碍又加重患者心理负担，导致抑郁产生，故PSD成为卒中患者康复的难点。

PSD病因病机分虚实两端，实证多因气机郁滞、痰浊、瘀血等阻于脉络或气血上冲发病，虚证多为脏腑气血亏损所致。PSD实证在脏为肝，肝气郁滞，失其冲和条达之态，气机运行不畅故情绪低落，悲观无趣；虚证在脏为肾，与心、脾相关。PSD发作期以实证为主，恢复期以虚证为主、虚实夹杂；疾病初期多为肝郁气滞，中后期则兼见心脾肝肾亏损之象，脑为病位，与心、肝、脾、肾相关。

2 五行音乐疗法

2.1 五行音乐疗法溯源 古人所书“药”字为藥，与“樂”（乐）相近，只是多了代表植物的“艹”字头。由此可见，药者，源于樂也。音乐也是一味治病的良药，这与朱丹溪所论述的“乐者，药也”相呼应。音乐的频率、节奏及其声波振动的规律可引起机体器官的共振，音乐所激发的情感体验因曲调变化而有所差异，故对PSD患者生理、心理均能起到治疗作用。正如《灵枢·邪客》所载，“天有五音，人有五脏；天有六律，人有六腑。此人之与天地相应也。”《素问·阴阳应象大论》记载：“肝主目，…在音为角；心主舌，…在音为徵；脾主口，…在音为宫；肺主鼻，…在音为商；肾主耳，…在音为羽。”“角、徵、宫、商、羽”五种不同的音阶与人体五脏密切相关，根据五行属性，五音与五种人类情绪（怒、喜、悲、忧、恐）相互对应，故而形成“五音应五脏”的五脏相音观点。

2.2 五行音乐疗法的辨证应用 陈春凤等^[6]应用现代声诊采集软件和检测方法，采用样本熵方法搜集并分析了803例五脏病变患者声音信号，结果表明辨闻五音可诊疗疾病。郝万山教授以五音通经观点^[7]与中华医学电子音像出版社合作出版《中国传统五行音乐（正调式）》，以我国传统乐器演奏传统名乐并分为五音，以供临床使用。五音与脏腑、情志相

配属，其关系及功效详见表1。

3 五行音乐疗法治疗PSD

3.1 选调原则 五行音乐疗法依据五行配属关系，根据辨证结果选择与其对应的音乐调式，或以“实则泻其子，虚则补其母”为原则选调，以“震荡血脉”、调和气血，发挥其治疗疾病的作用。选调原则有以下几种：（1）相应：参考“五音应五脏”理论，选择与病变脏腑相对应的音乐治疗，如属心火亢盛者可采用徵音治疗；（2）相生：以五行相生理论为基础，如某一脏腑虚损则采用其母脏相应的音乐以补之，如脾气虚证者可选择徵音治疗；（3）相胜：以五行相克理论为基础，如某一脏腑精气过胜则泻其有余，应选用对应其子脏的音乐以制约。

3.2 调式选用

3.2.1 单一调式 林奕等^[8]、胡晶等^[9]研究表明，选用角调音乐治疗PSD具有一定效果，提示单一调式角调可用于治疗PSD。

3.2.2 多种调式联合 陶崇华^[10]在舒肝解郁胶囊治疗基础上应用角、宫调音乐治疗PSD，结果显示，治疗后PSD患者汉密尔顿抑郁量表（HAMD）（24项）评分明显降低，中医证候表现明显改善。有动物实验结果显示，采用宫调、羽调音乐干预的抑郁模型小鼠悬尾不动时间、游泳不动时间明显缩短，分析其原因可能与宫调、羽调音乐可调节抑郁小鼠模型脑内5-羟色胺和去甲肾上腺素含量有关^[11]。

3.3 音乐强度、聆听时间、治疗周期 临床应用五行音乐疗法时音乐强度一般由小渐强，最终以患者感觉舒适为宜。关于音量要求，有研究者建议维持在30分贝^[12]或20~40分贝^[13]；也有学者主张根据患者喜好循环播放选定曲目，音量介于40~60分贝^[8]。播放时长一般为30 min/次或40~60 min/次，1次/d，疗程为4周。为避免患者审美疲劳或出现烦躁甚至抵抗情绪，一般不选择单曲循环播放，应尊重患者喜好，选择2~3首甚至5~6首五行音乐相应的调式进行播放^[14]。笔者所在课题组认为，曲调选用可不局限于《中国传统五行音乐（正调式）》等音乐光盘，也可根据患者地域文化特色选取地方民歌或戏曲，根据主旋律判别调式，再根据辨证结果选用，同样具有治疗效果。

3.4 五行音乐疗法联合其他疗法

3.4.1 五行音乐疗法联合针灸 王敏等^[15]采用五行音乐配合针刺治疗PSD，其首先根据PSD辨证选取乐曲循环播放，30 min/次；针刺取穴以大脑额叶情感区为主，主穴选取内关穴、神门穴、百会穴、四神聪穴、印堂穴、太冲穴，配以足三里穴、

表1 五音与五行、五志、脏腑配属表

Table 1 Allocation of the five notes with the five elements, the five minds and viscera

五音	主音	特点	五声	五行	脏腑	五季	五方	五志（情志）	演奏工具	功效	曲目
角	3Mi	长而高	呼	木	肝、胆	春	东	怒（烦躁易怒）	古箫、竹笛、木鱼	展演气机，调节肝胆疏泄，兼能疏脾和胃	《胡笳十八拍》《江南丝竹乐》《春风得意》
徵	5So	高而尖	笑	火	心、小肠	夏	南	喜（紧张焦虑）	古琴、古筝、小提琴	升提气机，调节心功能，兼能助脾胃、利肺气	《紫竹调》《十面埋伏》《花好月圆》
宫	1Do	浊而重	歌	土	脾、胃	长夏	中	思（消沉忧郁）	古埙、笙、竽、葫芦笙	稳定气机，调节脾胃升降，兼能保肺气、利肾水	《月儿高》《春江花月夜》《月光奏鸣曲》
商	2Re	响而强	哭	金	肺、大肠	秋	西	悲（忧郁悲伤）	编钟、磬、锣鼓、长号	使气机内收，调节肺气的宣发和肃降，兼能保肾抑肝	《阳春白雪》《广陵散》《走西口》
羽	6La	沉而低	呻	水	肾、膀胱	冬	北	恐（胆怯恐惧）	鼓、水声	使气机沉降，调节肾与膀胱功能，兼能助肝阴、制心火	《梅花三弄》《梁祝》《二泉映月》

三阴交穴、期门穴、膻中穴、血海穴，取穴以辨证与辨病相结合为原则，结果显示，治疗后患者抑郁、焦虑情绪明显缓解，运动功能明显改善，患者参与康复治疗的主动性及生活质量明显提高。

3.4.2 五行音乐疗法联合八段锦 八段锦为主动性锻炼，具有增强关节活动度和肌力、改善平衡功能等作用。陈运峰等^[16]采用五行音乐疗法结合八段锦治疗 PSD，结果显示，治疗后患者 HAMD 评分明显降低，生存质量评价量表（SF-36）评分明显升高，提示五行音乐疗法联合八段锦能有效缓解 PSD 患者抑郁情绪，提高患者生存质量。

3.4.3 其他 目前，临幊上有水疗联合五行音乐疗法^[17]、耳穴贴压法联合五行音乐疗法^[18]治疗 PSD 的报道，其操作简单、不良反应较少，且临床效果确切。

3.5 作用机制 目前，尚无五行音乐疗法治疗 PSD 的 Meta 分析及其作用机制的研究报道，但有一项关于音乐疗法治疗 PSD 的系统评价^[19]共纳入 16 篇文献，包括 1 431 例患者，结果表明音乐疗法可改善 PSD 患者症状，且不良反应较小，其作用机制可能如下：（1）调节多种激素分泌，如肾上腺素及去甲肾上腺素，或促进褪黑素分泌，或诱导一氧化氮生成和释放，从而调节情绪；（2）上调“快乐因子”内啡肽水平，下调儿茶酚胺水平，进而协助患者改善心境。

4 小结与展望

PSD 病之本在脑，瘀血阻络、脑髓受损为其病机基础，因此治疗过程中不可单纯强调治郁而忽略其本，需标本兼治。目前，PSD 的治疗方式多样，但药物治疗依赖性强，患者经济负担较重，而非药物疗法可避免口服抗抑郁药物的依赖性及对胃肠道的刺激，易被患者接受。五行音乐疗法属于非药物疗法，其以“五脏相音”理论为基础，并根据辨证结果选曲治疗 PSD，因人而异，针对性较强；但影响五行音乐疗法治疗效果的因素较多，如辨证选曲、音乐调式、音乐强度、聆听时间等，目前尚无规范化操作标准。目前，临幊上关于五行音乐疗法治疗 PSD 的研究多局限于对照分析研究，尚缺乏高质量研究及作用机相关研究。

音乐疗法包括主动音乐疗法及被动音乐疗法，目前报道的音乐疗法多为被动音乐疗法。主动音乐疗法为患者积极参与歌曲、戏曲的演唱与表演，对不存在言语表达障碍的卒中患者，主动音乐疗法不仅能调动患者的积极性、为患者营造良好的环境、实现团体治疗，还能同步锻炼患者的心肺功能、口面肌肉及咽喉等发音器官及肌群，促进躯体功能恢复，调神与调形相结合，因此治疗效果更好，这也是笔者所在课题组下一步的研究方向。

参考文献

- [1] 王少石，周新雨，朱春燕.卒中后抑郁临床实践的中国专家共识[J].中国卒中杂志，2016，11（8）：685-693.
- [2] WHYTE E M, MULSANT B H. Post stroke depression: epidemiology, pathophysiology, and biological treatment [J]. Biol Psychiatry, 2002, 52 (3) : 253-264.DOI: 10.1016/s0006-3223 (02) 01424-5.
- [3] 唐学梅，仇剑崟.卒中后抑郁的流行病学及病因机制研究进展 [J].国际神经病学神经外科学志, 2011, 38 (3) : 280-284. DOI: 10.16636/j.cnki.jinn.2011.03.026.
- [4] 王艳秋，邵延坤.卒中后抑郁研究进展 [J].中国实用神经疾病杂志, 2015, 18 (3) : 72-74.DOI: 10.3969/j.issn.1673-5110.2015.03.042.
- [5] 庄丽华，詹松华，孔营楠.基于肝主疏泄理论的中风后抑郁中医康复治疗研究进展 [J].中西医结合心脑血管病杂志, 2018, 16 (2) : 179-182.DOI: 10.3969/j.issn.1672-1349.2018.02.014.
- [6] 陈春凤，王忆勤，郭睿，等.803 例五脏病变患者语音的客观化采集与分析 [J].中华中医药杂志, 2012, 27 (5) : 1455-1457.
- [7] 郝万山，素心.妙音通经焕新生——五音治疗原理 [J].中国气功科学, 2000 (12) : 42-43.
- [8] 林奕，张月娟，廖若夷，等.五行音乐之角调对缺血性脑卒中后肝气郁结型抑郁患者干预效果的护理观察 [J].湖南中医药大学学报, 2018, 38 (2) : 216-219.
- [9] 胡晶，蔡蔚.五行音乐之角调对脑卒中后抑郁状态作用的研究 [J].护理研究, 2014, 28 (16) : 1990-1991.DOI: 10.3969/j.issn.10096493.2014.16.032.
- [10] 陶崇华.角、宫调音乐配合中药治疗脑卒中后抑郁(肝郁脾虚证)的临床研究 [D].长春:长春中医药大学, 2015.
- [11] 程虹毓，熊浩仲，朱继孝，等.中医五行音乐对抑郁模型小鼠行为及脑内 5-羟色胺和去甲肾上腺素影响的研究 [J].中国康复医学杂志, 2015, 30 (7) : 712-714.DOI: 10.3969/j.issn.1001-1242.2015.07.017.
- [12] 邹彦鑫，王帅，王秋月.《黄帝内经》中五行音乐疗法治疗抑郁症的研究进展 [J].山东化工, 2019, 48 (5) : 69-70. DOI: 10.19319/j.cnki.issn.1008-021x.2019.05.024.
- [13] 陈发娟，李丽，孙敬龙，等.中医五行音乐疗法对中风后焦虑的影响 [J].河南中医, 2015, 35 (6) : 1279-1280. DOI: 10.16367/j.issn.1003-5028.2015.06.0536.
- [14] 王伟华，张倩.电针结合五音疗法治疗中风后抑郁的临床观察 [J].四川中医, 2014, 32 (4) : 157-158.
- [15] 王敏，李丽.五行音乐配合针刺治疗中风后抑郁临床观察 [J].山东中医杂志, 2018, 37 (11) : 906-908, 919.
- [16] 陈运峰，李丽，王敏，等.五行音乐疗法结合八段锦治疗脑卒中后抑郁临床研究 [J].山东中医杂志, 2017, 36 (1) : 23-25.DOI: 10.16295/j.cnki.0257-358x.2017.01.008.
- [17] 田华.水疗联合五行音乐疗法对脑卒中后焦虑的影响 [J].世界最新医学信息文摘, 2017, 17 (86) : 242-243. DOI: 10.19613/j.cnki.1671-3141.2017.86.140.
- [18] 文佳.耳穴贴压法联合五行音乐疗法干预中风后抑郁的临床研究 [D].南宁:广西中医药大学, 2017.
- [19] 万鹏程，尹俊雄，孙丰，等.音乐疗法治疗卒中后抑郁的系统评价 [J].临床精神医学杂志, 2018, 28 (5) : 340-343.

（收稿日期：2019-06-25；修回日期：2019-09-15）

（本文编辑：谢武英）