

本文引用:蔡玉媛,王小平.《内经》调护思想及其在现代护理模式的应用初探[J].湖南中医药大学学报,2018,38(12):1468-1470.

《内经》调护思想及其在现代护理模式的应用初探

蔡玉媛,王小平*

(山东中医药大学,山东 济南 250355)

〔摘要〕 本文从解读中医整体观和形神俱养观为出发点,进一步探讨《内经》调护思想与现代护理在心理护理、疾病预防观念及对医护人员的整体素质要求等方面的有机融合。充分挖掘《内经》调护理论的内涵,将其放在指导地位,对于现代护理模式的应用仍有重要启发意义。

〔关键词〕 内经;现代护理;整体观;形神俱养观;治未病

〔中图分类号〕R2-0;R47 **〔文献标志码〕**A **〔文章编号〕**doi:10.3969/j.issn.1674-070X.2018.12.026

Nursing Theory in Yellow Emperor's Inner Canon and Its Application in Modern Nursing Mode

CAI Yuyuan, WANG Xiaoping*

(Shandong University of Traditional Chinese Medicine, Jinan, Shandong 250355, China)

〔Abstract〕 This article starts from the holistic view of traditional Chinese medicine and the view of taking good care of body and spirit and further explores the organic integration of the nursing theory in *Yellow Emperor's Inner Canon* and modern nursing from the aspects of psychological nursing, concept of disease prevention, and requirements for the overall quality of medical and nursing staff. Therefore, full exploration of the nursing theory in *Yellow Emperor's Inner Canon* has guiding and enlightening significance in the application of modern nursing mode.

〔Keywords〕 *Yellow Emperor's Inner Canon*; modern nursing; holistic view; taking good care of body and spirit; preventive treatment

随着整体护理模式从西方的传入,现代护理理念的内涵不断得到拓展。怎样为患者提供全方位的护理服务和怎么更好地发展护理事业成为当今护理学领域研究的重点。《内经》作为中医经典之首,蕴含着丰富的调护理论思想,如《内经》中天人一体的整体生命观、形神俱养观、治未病观及情志养护观,对现代护理模式的应用仍具有借鉴作用,值得探讨。

1 《内经》整体观与现代护理模式

《内经》认为人自身不但在功能和结构上是一有机整体,而且人与自然和社会环境也密切相关,因此在对疾病的诊断和治疗护理中,主张把人作为一个有机整体来分析,同时将人放到周围环境去思考。《素问·灵兰秘典论》用官职比喻人体十二脏

腑的功能关系,曰:“心者,君主之官……凡此十二官者,不得相失也。故主明则下安。”也就是说在十二脏腑中,心为君主之官,起主宰作用,在心的统率下,脏腑协调共济,使人体气血、津液调和,清醒、睡眠交接规律,吸收、排泄等功能有序。《素问·玉机真脏论》在论及疾病的传变时,曰:“五脏相通,移皆有次。”即五脏相互关联,一脏有病,可以通过一定的传变规律波及他脏;对天人关系,《素问·宝命全形论》云:“人以天地之气生,四时之法成。”即人与自然环境融为一体,四时气候的变化甚至自然环境的改变都会对人体的健康或疾病产生影响。同时,《素问·疏五过论》:“凡未诊病者,必问尝贵后贱……尝富后贫。”强调诊病时要考虑到病人的社会、经济地位变化给疾病带来的影响,表明人的健康和疾病与

〔收稿日期〕2018-01-28

〔作者简介〕蔡玉媛,女,在读硕士研究生,从事治则治法及《黄帝内经》理论与临床研究。

〔通讯作者〕*王小平,女,医学博士,教授,博士研究生导师,E-mail:jnwxp1962@163.com。

社会环境也密切相关。可见,在《内经》时代,人们已经认识到疾病与人体自身及其所生存的环境有关,从而把调节和维护人体自身功能的稳定、以及人与周围环境的和谐作为治疗疾病的手段^[1]。现代护理学引入了“生物—心理—社会”医学模式,将以疾病为中心的护理模式转变为以人为中心^[2],从而围绕人的生理、心理、社会功能的恢复为目标,对人给予疾病前、中、后乃至整个生命过程的关怀,将护理功能从医院延伸到家庭和社会。这种护理模式既包含了对人体内环境的微观调整,也融入了对人所生存的社会和自然环境的思考,将人放在一个动态的过程中与环境合为一体的观念贯穿了整个护理过程,与《内经》的整体观念有许多相似之处。

2 《内经》形神俱养观与现代护理健康观

《内经》用“平人”代表处于健康状态的人。平人的判断标准,如《灵枢·本藏》言:“是故血和则经脉流行,营复阴阳,筋骨劲强,关节清利矣。卫气和则分肉解利,皮肤调柔,腠理致密矣。志意和则精神专直,魂魄不散,悔怒不起,五脏不受邪矣。寒温和则六腑化谷,风痹不作,经脉通利,肢节得安矣。此人之常平也。”气和血的生成和运行需要在五脏六腑的协调配合下才能完成,气血调和意味着五脏六腑的生理功能正常,皮肤、肌肉、筋骨、关节都能得到很好的滋养,从而维持各自正常的功能。气血调和是维持身体健康的基本条件,只有在气血调和的前提下,神得所养,在志意的调控下,注意力集中,思维敏捷,情绪稳定,人体才能感受到寒热变化并且对周围环境及饮食有着良好的适应能力。《灵枢·本藏》中的“志意”可理解为一种对人体的心理活动、情感等精神方面的调节能力。只有志意和,人的喜怒哀乐等情感才能得到很好的表达,内心平静,不容易受到外界的干扰。《素问·上古天真论》用“恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来”表明调摄精神对于维持身体健康的重要性,将“形与神俱”作为养生原则之一。《素问·四气调神大论》专篇讨论了顺应四时调养形神的具体方法,如春季宜“夜卧早起,广步于庭,被发缓形,以使志生,生而勿杀,予而勿夺,赏而勿罚”;夏季宜“夜卧早起,无厌于日,使志勿怒,使华英成秀,使气得泄,若所爱在外”;秋季宜“早卧早起,与鸡俱兴,使志安宁,以缓秋刑,收敛神气,使秋气平,无外其志,使肺气清”;冬季宜“早卧晚起,必待日光,使志若伏若匿,若有私意,若已有得,去寒就温,无泄皮肤,使气亟夺”,如此,才能使人的形神顺应自然变化,保

持协调状态。可见,《内经》认为,人体血、气、志意以及人与环境之间都处于“和”的状态才是健康之人^[3],这与世界卫生组织对于健康的定义不谋而合,认为健康不仅指一个人没有疾病或虚弱现象,而是指一个人在生理上、心理上和社会适应上的完好状态。这个定义,在生理上强调了养形的重要性,在心理上强调了养神的不可忽略性,并且认为良好的适应能力也是组成健康的要素,对现代临床护理仍然具有实用价值和借鉴意义。

3 《内经》情志调摄法与现代护理心理疗法

《内经》非常重视诊治疾病过程中对病人的情志调节,《灵枢·师传》提出,当病人不遵医嘱时,应当“告之以其败,语之以其善,导之以其所便,开之以其所苦,虽有无道之人,恶有不听者乎。”即利用人“恶死而乐生”的心理活动,运用劝慰开导的方法,让病人明白哪些行为对身体有害,哪些行为对恢复有益,以取得病人的配合,促使疾病痊愈。《素问·刺法论》中也指出,对于某些疾病,治疗时要注意情志护理,保持情绪稳定,以提高治疗效果,如“刺毕,可静神七日,慎勿大怒,怒必真气却散之”。良好的情绪对脏腑功能的恢复具有积极意义。此外,《内经》的情志调摄法特别注重引导病人自我修为,《素问·上古天真论》告诫人们要“志闲而少欲,心安而不惧”“不惧于物”等,以达到“恬淡虚无”的境界,只有通过自身的心理修养,保持良好的精神状态,才能应对各种干扰因素对于病情的负面影响。现代护理学的奠基人南丁格尔曾说过:“护理工作的对象,是有热血和生命的人类。”^[4]要求我们在护理工作中,应该把人的各种需求放在工作的重心,尤其要满足患者的心理需求^[5]。而现代心理护理主要是护理人员把心理学的理论和技术应用在日常护理工作中,通过语言、表情、态度、行为等活动来改变患者的心理状态,帮助患者避免情绪激动,缓解精神紧张,保持轻松愉快的心情,达到早日康复的目的。

4 《内经》治未病思想与现代护理学疾病预防思想

《素问·四气调神论》云:“圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱……夫病已成而后药之,乱已成而后治之,譬犹渴而穿井,斗而铸锥,不亦晚乎。”《素问·八正神明论》也有“上工救其萌芽”之说。《素问·阴阳应象大论》云:“善治者治皮毛,其次治肌肤,其

次治筋脉,其次治六腑,其次治五脏。治五脏者,半生半死也。”说明疾病的传变是由轻到重、由表入里的过程,早期治疗,及时阻止疾病进一步传变是提高疗效的重要措施^[6]。可见,《内经》“治未病”包括未病先防和既病防变两方面。《丹溪心法·不治已病治未病》曰:“与其救疗于有疾之后,不若摄养于无疾之先……是故已病而不治,所以为医家之法;未病而先治,所以明摄生之理。”相对而言,《内经》“治未病”思想不仅重视疾病的早期诊治,而且更加关注未病之前的养生调摄。

如《素问·刺热论》指出:“肝热病者,左颊先赤;心热病者,颜先赤;脾热病者,鼻先赤;肺热病者,右颊先赤;肾热病,颧先赤。病虽未发,见赤色者刺之,名曰治未病。”提示五脏热病可根据疾病先兆早期诊治。同时,对于尚未发生的变证要有预见性,并做好防护工作,如《素问·热论》云:“病热少愈,食肉则复,多食则遗。”说明在疾病的恢复期,要注意合理饮食,否则食肉过多使热邪遗留,疾病复发,现代临床上对发热病人给予清淡饮食的护理实践与其有相似之处^[7]。随着社会发展,人们对健康也有了全新的认识,亚健康状态在临床工作中逐渐得到重视。因此,护理工作不仅是单纯地帮助病人解除疾病的痛苦,还要帮助健康的人维持与增进健康,其中就包含了预防疾病的内容。例如,帮助健康儿童接种疫苗,可以有效预防某些疾病的发生;对长期卧床的病人,增加了勤翻身和按摩等护理操作,目的就是有效促进患者身体局部的血液循环,预防褥疮的发生,这些都是“治未病”的具体体现。

5 《内经》医者修养的要求与现代医护素质的培养

《素问·宝命全形论》提出:“天复地载,万物悉备,莫贵于人。”即天地万物之间,人的生命最珍贵。如《素问·移精变气论》提出在进行心理治疗时应保护病人的隐私,“闭户塞牖,系之病者,数问其情,以从其意。”现代临床一些护理操作需要用屏风遮挡病人的要求与其一致,将尊重生命、关爱患者、保护

隐私放在重要的地位。要求护士必须学会尊重、理解人,要通过开展人文关怀,营造关心患者的氛围,丰富护理的内涵^[8]。但《内经》基于整体观念,对医者提出了更高的要求,《素问·著至教论》云:“上知天文,下知地理,中知人事,可以长久。”《素问·示从容论》亦云:“夫圣人之治病,循法守度,援物比类,化了冥冥,循上及下,何必守经。”要求医生不仅要掌握精湛的医疗技术,还要懂得天文、地理知识,通达人事,遇到疑难病例时还要学会思考变通。作为一名护士,既要应对现代护理模式的转变,还要满足患者的各种需求,因此,需要拥有扎实的理论和实践知识,要主动学习心理学、伦理学、社会学、德育学等有关知识,用“上知天文,下知地理,中知人事”来要求自己,才能更好地指导患者调养身心健康^[9-10]。

6 小结

综上所述,现代护理的内涵与《内经》中的调护观念高度一致。因此,充分挖掘《内经》中潜在的调护内涵,将其理论用来指导护理临床实践,对于现代护理学的发展,具有重要意义。

参考文献:

- [1] 郑佐恒,鞠宝兆.《黄帝内经》治疗原则研究[J].辽宁中医药大学学报,2014,16(1):88-91.
- [2] 王伟风.基于生物-心理-社会模式的护理对断肢再植病人负性情感及社会功能的影响[J].全科护理,2017,15(2):216-218.
- [3] 杨志敏.论《黄帝内经》“和态健康观”[J].中国中医基础医学杂志,2016,22(10):1287.
- [4] 南丁格尔.护理札记[M].北京:中国人民大学出版社,2004:58.
- [5] 李琳.护理心理学研究[J].解放军预防医学杂志,2016,34(4):180-181.
- [6] 陈莉军.《内经》中医护理思想探讨[J].山东中医杂志,2011,30(9):609-610,662.
- [7] 郑哲洲,黄守清,尹莲花.《黄帝内经》“治未病”理论探究[J].湖南中医杂志,2016,32(9):133-134.
- [8] 杨银娇.人文关怀在护患关系中的应用[J].亚太传统医药,2010,6(2):136-137.
- [9] 胡荣,詹莉,兰秀燕.不同人群对优秀护士素质要求的调查研究[J].中华护理教育,2013,10(9):387-389.
- [10] 陈瑜.护理专业大学生人文关怀能力的现况调查与干预研究[D].广州:南方医科大学,2017.

(本文编辑 李路丹)