

从中医整体思维探讨女性围绝经期疾病风险预警[※]

蔡晓诗^{1,2} 梁文娜^{1,2,▲}

摘要 基于中医整体思维,分别从机体本身的先天因素、五运六气、人与社会统一的角度,探讨女性围绝经期疾病风险因素,从而对疾病风险进行预警,是中医“治未病”的关键一步,以期维护围绝经期女性的身心健康,提高其生活质量。

关键词 整体思维;围绝经期;风险预警

中医整体思维在看待人体健康与疾病的关系中具有重要作用。围绝经期指妇女绝经前后的一段时间。此段时期妇女卵巢功能衰退,机体内分泌失调,从而引发一系列不适,如乏力、失眠、精神障碍、骨关节痛等,影响其生活质量。围绝经期是女性必须经历的一段生理变化时期。调节围绝经期女性情绪,减少不适症状,平稳渡过这段特殊时期是女性的一大诉求。中医疾病风险预警是中医学与现代科学技术研究相结合,以整体观念为指导,从机体的内外表现探查机体健康状态,从而达到“治未病”的作用。

1 中医整体思维的内涵

中医思维是中医学的灵魂,是中医看待健康与疾病的关系、人与自然的关的方式方法,是以阴阳、五行、精气学说等哲学思想为基础培育出的独特思维方式。整体思维是中医思维的重要部分,是中医看待世间万物的主要方式,将人、天、地看成一个统一体,即“天人合一”。人是一个统一整体,以五脏为中心,经过十二经脉彼此联系,共同参与人体生命活动;人与自然相统一,人生活于自然,作用于自然,人的生命活动必然受到自然的影响;人与社会相统一,人的实质是一切社会关系的总和,具有社会属性,人的身心健康与社会环境、社会地位密切相关。《道德经》曰:“人法地,地法天,天法道,道法自然。”人受到大地的滋

养,所以人的生命活动效法于大地,大地被天覆盖,大地的活动效法于天,而天的运动受到自然约束,道本就是自然而然产生的。人体的健康除了机体本身的因素外,还受到自然、社会的影响。中医整体思维模式,指引临床预防、诊疗、预后的处理方式,在对待疾病的发生、发展具有重要的引导作用。

2 围绝经期综合征概况

随着社会人口老龄化的加剧,围绝经期女性人数呈逐年上升的趋势。截至 2010 年,我国约有 1.67 亿女性处于围绝经期,同时,平均每年有将近一千万的女性进入 50 岁,到 2030 年围绝经期女性可能达到 2.8 亿^[1]。有 90% 妇女在围绝经期会表现出轻重不一的症状,绝经后持续 2~3 年,甚至十年才好转。围绝经期女性常出现的症状有疲乏、失眠、情志异常、肌肉骨关节痛。工作压力、慢性疾病、婚姻状况、邻里关系、月收入以及文化程度等因素决定着女性在围绝经期的发病程度。体质偏颇的女性在围绝经期出现症状的概率相对较大,其中气虚质、阳虚质为主要类型。此外,围绝经期妇女对此时期的常见症状了解较少,仅了解月经紊乱,自我保健意识较弱^[2]。

由于围绝经期卵巢功能衰退,激素分泌减少,内分泌紊乱,女性在这一阶段容易出现不适症状,困扰日常生活。随着近年来生活节奏的加快,女性的压力也随之加重,无疑也增加了围绝经期女性疾病发生的概率。安稳渡过围绝经期,降低发病风险,提高生活质量,是女性在进入围绝经期的共同诉求。

3 围绝经期综合征中医风险预警

建设健康中国是国家发展的一大重要内容,健康

[※]基金项目 国家自然科学基金项目(No.82274409;No.82174248);福建省科技厅社会发展引导性项目(No.2019Y0039);全国中医药创新骨干人才培养项目(No.国中医药人教函[2019]128号)

[▲]通信作者 梁文娜,女,副教授。研究方向:围绝经期综合征的中医临床研究。E-mail:18960868801@163.com

• 作者单位 1.福建中医药大学(福建福州 350122);2.福建中医药大学中医证研究基地(福建福州 350122)

成为社会的一大主题,而实现全民健康的前提之一是对疾病风险的判断、预测。围绝经期综合征是女性要面临的一大问题,应从中医治未病思想分析,对疾病的危险因素进行评价、预判,并提前对其进行干预,从而降低围绝经期的疾病风险。

疾病风险预警,是搜集研究对象资料信息,由机体的细微变化,了解机体的健康状态,并对危险因素进行评估,预判疾病发生的可能性,并提前干预以降低疾病发生的可能性。中医应用证素辨证的原理,结合体质辨识,采集宏观、中观、微观信息,分析疾病的危险因素,从而对疾病进行预警。疾病的发生、发展,往往具有相同的病理规律和病理因素,因此可从中医病理特点,分析疾病的危险因素。如“肥人多痰,易患中风”即通过对“肥”“痰”要素进行评估,预警“中风”的发病。

3.1 基于先天因素的围绝经期疾病风险预警 先天因素是禀受于父母的“两神相搏”之精,藏于肾。肾为先天之本,储藏先天之精,可促进人体生长发育和生殖功能。围绝经期,为中医所言“七七”之年,此时肾气亏虚,天癸虚衰,女性生殖器官及乳房出现萎缩的现象。围绝经期综合征证候分布规律以肾阴虚为常见证型,肾为常见病位^[3]。肾气亏虚,肾精不足,影响到机体功能,为围绝经期女性易发疾病的生理基础。

先天因素包含了父母双方所赋予的基因,包括婴儿在母亲体内发育过程中所汲取的营养,以及在母亲体内受到外界的种种刺激。先天因素是状态辨识的重要参数,是机体状态形成与变化的先天条件,先天理论体现了中医学整体观^[4]。现代研究表明,疾病具有遗传易感性,与染色体、DNA、RNA和其他基因产物具有相关性^[5]。研究^[6]显示,孕期母亲焦虑、抑郁的心理状况会对婴儿的气质维度产生负面影响,可表现为活动水平和注意分散度得分降低。女性围绝经期开始的年纪与母亲相关,围绝经期的时间点具有遗传特征^[7]。细胞色素氧化酶(cytochrome P450c17a, CYP17)基因多态与围绝经期多样性表现存在相关,携带CC基因型发生肌肉关节痛风险比携带TT基因型高1.57倍^[8]。基于基因-环境的交互作用,研究^[9]发现携带5-羟色胺系统基因(serotonin transporter-linked polymorphic region, 5-HTTLPR)等位基因的女性,在遭受负性事件和慢性家庭压力时,抑郁状态的发病也存在明显的差异,更容易出现抑郁状态。

从证素辨证角度看,围绝经期与肾气亏虚相关,

水不涵木,肝失疏泄。依据围绝经期遗传性,寻找能对机体围绝经期产生明确影响的基因型,从先天因素与围绝经期疾病的关系,探讨易患因素,从而对疾病预警。

3.2 基于五运六气的围绝经期疾病风险预警 五运六气又称运气,运气学说是以中医整体观念为指导,以阴阳五行为基础,用于研究气候规律及应用于人体健康和疾病关系的理论,是中医学较为重要的理论学说。中医整体思维认为,人与自然具有相关性,自然界的正常气候是人类生存的前提条件,顺应自然机体才能处于健康稳态。五运六气的变化影响自然界的气候,同时也对人体疾病与健康产生影响。《素问·金匱真言论》提及:“春善病鼽衄,仲夏善病胸胁,长夏善病洞泄寒中,秋善病风疟,冬善病痹厥。”因此,依据五运六气对自然界气候变化的影响规律可推测疾病的发生情况。中医学认为,天地之气的运动变换具有周期性规律,人体的新陈代谢也随此呈周期性。基于二者的周期性及相关性,能够对疾病的发生做出预测,从而提前采取相应的预防措施^[10]。

目前有许多关于运气学说和疾病预警的相关研究。例如有学者发现,春天出生的女性将更早进入更年期,但目前缺乏更深入的研究^[11]。周岩^[12]认为,肺癌患者发病与其出生日期的运气学信息具有相关性。郝宇等^[13]研究发现,出生时间所属干支运气与白血病的发病相关,其中出生于五之气(阳明燥金)的人,罹患白血病的风险增加。因此认为,疾病的发生与运气存在相关性,且有规律可循。不同时期的运气对疾病有不同程度的影响,且受地域气候特征的影响,因此可综合分析不同影响因素,应用运气学说防治疾病^[14]。

研究显示,围绝经期女性常见偏颇体质,其中以气虚质、阴虚质、阳虚质为主要类型,并且与女性年龄相关,40岁女性常见偏颇体质以气虚质为主,50岁以阴虚质为主,10年间由气虚质逐渐向阴虚质倾斜,与经断前后女性以7年为生命演变周期相一致^[15]。现代研究表明,体质首先受父母先天遗传因素的影响,又受到后天环境因素的干预,是先后天共同作用的结果,并且五运六气还参与人体体质的形成^[16]。因此,可通过收集流行病学资料,结合计算机技术统计分析围绝经期不同症状与个人出生时的运气及发病时运气的相关性,对围绝经期疾病的发生进行推断,以期

进行预警和干预,进一步探讨五运六气影响围绝经期疾病发生的规律,为疾病风险预警提供方向。

3.3 基于社会关系的围绝经期风险预警 调查结果显示,婚姻质量、家庭社会支持、子女关系、收入等是与围绝经期抑郁状态较为相关的因素^[17-18]。女性情感丰沛,比男子更易受到外界不良刺激的影响,工作压力、健康压力、家庭压力等一系列负性生活事件,容易导致女性出现抑郁状态。研究显示,职业女性有较高的围绝经期综合征发病风险,且与社会心理因素密切相关^[19]。给予患者良好的社会支持与应对方式,对于改善围绝经期综合征(Menopausal Syndrome, MPS)患者病耻感有较大的帮助^[20]。因此,可以从社会关系如家庭关系、工作压力、受教育程度等因素进一步探索其与围绝经期疾病的病性、程度的关系,为疾病预警提供客观依据。

4 小结

文中基于中医整体思维,从人体本身、人与自然相统一、人与社会相统一等方面,探讨先天因素、五运六气、社会关系对围绝经期疾病的影响,探析围绝经期疾病的风险因素,从而对疾病进行提前预警。除了目前临床研究确认的常见危险因素,先天因素中的基因类型也影响着围绝经期疾病的发病状况,但基因库庞大,不仅局限于某个基因对疾病的影响,基因与基因的相互作用可能对疾病也有影响,此外,目前仍缺乏五运六气相关关系的直接研究,这些都有待进一步探索。

参考文献

[1]程巍,李长慧,王艳萍.“围绝经期综合征”中医健康状态辨识体系专家共识[J].西部中医药,2021,34(9):89-91.
[2]陈欢.对围绝经期妇女自我保健意识的培养[J].实用妇科内分泌杂志(电子版),2018,5(13):83,87.
[3]崔淑兰,吴晨燕,张平,等.围绝经期综合征中医证候及用药规律

文献研究[J].中医杂志,2019,60(22):1968-1971.

[4]陈启亮,李灿东,彭卓龙,等.基于状态辨识探究先天因素的意义[J].环球中医药,2021,14(11):2040-2042.
[5]刘天资,王国经,周丁华.人类疾病遗传易感性研究方法进展[J].生物信息学,2020,18(3):133-140.
[6]李贤芬,廖洪,陈稀,等.母亲孕期抑郁情绪对儿童早期气质影响的研究[J].中国儿童保健杂志,2012,20(10):920-922.
[7]刘晓荻.更年期时间点有遗传特征[J].基础医学与临床,2020,40(2):218.
[8]张剑萍,李兆艾,杜秀萍,等.CYP17基因多态性与围绝经期综合征的关系[J].中国药物与临床,2016,16(5):679-681.
[9]曹衍森,王美萍,曹丛,等.抑郁的多基因遗传基础[J].心理科学进展,2016,24(4):525-535.
[10]吴长汶,朱龙,周常恩,等.五运六气在疾病风险预警中的应用[J].中华中医药杂志,2018,33(7):2729-2733.
[11]贻君.女性的更年期与出生季节[J].百科知识,2005,27(12):48-49.
[12]周岩.从五运六气看肺癌患病率与出生日期的相关性[J].河南中医,2016,36(5):751-753.
[13]郝宇,汤巧玲,韩玲,等.出生时干支运气与白血病罹患的关联性研究[J].中华中医药杂志,2020,35(1):105-109.
[14]杨楠,汲泓.五运六气理论与疾病相关性的临床研究现状[J].光明中医,2020,35(24):3893-3897.
[15]石相应.1000例围绝经期女性生物分子与中医体质的调查研究[D].杭州:浙江中医药大学,2019.
[16]宋昊翀.出生时间五运六气与中医体质的相关性研究[D].北京:北京中医药大学,2017.
[17]王静,胡艳丽,邓君霞.丽水地区女性围绝经期抑郁和焦虑发生情况及影响因素分析[J].中国妇幼保健,2021,36(12):2851-2854.
[18]贾庆升.围绝经期女性焦虑和抑郁情绪影响因素分析[J].中国妇幼保健,2021,36(9):1974-1977.
[19]蒋永凤,王海峰,吴琼.社会心理因素对职业女性围绝经期综合征的影响[J].工业卫生与职业病,2020,46(5):382-384,387.
[20]戚依,徐凤英,高翔,等.社会支持与应对方式对围绝经期综合征患者病耻感的影响研究[J].贵州医药,2021,45(10):1577-1578.

(收稿日期:2022-01-11)

(本文编辑:金冠羽)