

# 惊恐证（Panic Disorder）的中医治疗

肿瘤中医防治中心

程昭 博士

TCM Anti-Cancer Centre  
Zhao Cheng R.TCMP, R.Ac., Ph.D.

惊恐证是一组证候群，特点是无预料反复发作的惊恐，伴有身体的症状：包括胸痛，心悸，呼吸短促，头晕或腹部不适。这些症状类似心肌梗塞等严重威胁生命的疾病症状。

在北美，年龄在 18—54 的人群中，约有 1.7% 的发病率，大约有 240 万的人患有此病，女性发病率是男性的 2 倍，约半数病人发生于 25 岁以前。惊恐证的正确诊断必须具备反复发作史，并至少具备下面症状中的 4 种表现：

- 心悸，心慌，心动过速；
- 出汗，
- 肢体颤抖或振动，
- 呼吸短促或呼吸困难，
- 胸痛不适，
- 恶心欲吐或腹部不适，
- 头目眩晕，站立不稳或猝倒，
- 感觉与自身分离或非现实性，
- 恐慌不能控制或行为怪异，
- 有死亡的恐惧感，
- 肢体有麻痹或刺痛的感觉，
- 寒战或烘热感。

本病的原因不明，与长期的紧张或压力有关，动物及人体试验证明与小脑或大脑的某些区域神经介质的释放有关。现代医学主要使用抗忧郁的药物来治疗，须长期服药，有时临床效果欠佳。配合中药及针灸的治疗，可迅速起到比较好的治疗效果。我们在临床上对本病的治疗主要分为心虚胆怯型和痰火扰心型两类进行辨证治疗。

**1) 心虚胆怯型：**平素心虚胆怯，心悸不宁，每因惊恐而发，善惊易恐，坐卧不安，发作时肢体冷汗，呼吸短促，眩晕欲吐，肢体颤抖，伴有少寐多梦而易惊醒，醒后难寐，神倦乏力，舌苔薄白，脉细数或细玄。治宜镇惊安神，方选安神定志丸：药用龙齿以镇惊宁神；茯苓，茯神，菖蒲，远志安神定志；党参益气养心。夹湿者，加白术，泽泻以健脾运湿；夹瘀者，加桃仁，红花，丹参以活血化瘀；兼心血不足者，加当归，龙眼肉以养血安神。

**针灸取穴：**神门，间使，心俞，巨阙，胆俞。其中神门为神气出入之门，间使为使，有沟通阴阳之象，可宁心安神；心俞，巨阙为俞募配穴，功在调心补气，定悸安神；胆俞可壮胆气而定志。脾虚可加中脘，三里以健脾益胃。

**2) 痰火扰心型：**心悸惊恐时发时止，受惊易作，胸闷烦躁，失眠多梦，痰多稠粘，口干口苦，大便秘结，小便短赤，舌红苔黄腻，脉玄滑。治则宜清热化痰，宁心安神。方用黄连温胆汤加减：黄连苦寒泻火除烦，陈皮，茯苓理气化痰，生姜祛痰和胃，竹茹涤痰开郁，枳壳下气行痰，甘草和中，全方使痰去热尽，心宁神安。大便秘结者，加生大黄以通腑泻热；心悸惊恐甚者，加远志，酸枣仁，生龙骨，生牡蛎镇惊安神。

**针灸取穴：**通里，大陵，内庭，丰隆，阳陵泉，太冲。其意义为：通里为心的络穴，大陵为心包原穴，属阴而通阳，可清心泻热宁心；内庭清泻胃中痰火；丰隆豁痰化浊，配阳陵，太冲以泻肝胆之火，使痰火不扰心神。亦可加四神聪以增强安神宁心之效。

惊恐证是临床多发病症，辨证准确，适当的治疗，可使病人迅速康复。而对于这种精神方面的疾病，中药和针灸的合理配合，可相得益彰，收到事半功倍之效。

