

引用:周正银,李民杰. 中西医结合治疗产后焦虑症的研究进展[J]. 湖南中医杂志,2023,39(9):211-214.

中西医结合治疗产后焦虑症的研究进展

周正银,李民杰

(广西中医药大学附属贺州市中医医院,广西 贺州,542899)

[关键词] 产后焦虑症;药物疗法;非药物疗法;综述;学术性

[中图分类号] R277.794 [文献标识码] A DOI:10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2023.09.046

产后焦虑是以持续性紧张、担心、恐惧或发作性惊恐为特征的一种情绪障碍,常伴有植物神经系统症状和运动不安等行为特征,其患病率为 13%~40%^[1-2]。产后焦虑可能会使得产妇难以较好地适应其母亲角色,并且可能引发产后抑郁症、产妇反应能力降低及婴儿行为问题等诸多不良后果^[3]。有研究证实,产后焦虑与母亲依恋的降低^[4]、婴儿喂养障碍^[5]、婴儿情绪以及儿童的社会性认知和发展^[6]等因素密切相关。本病发病机制尚未明确,其病症大多亦未得到正确的诊断或治疗。目前,临床上治疗产后焦虑的方法包括药物疗法(如西药、中药治疗等)和非药物疗法(如音乐疗法、心理疗法、中医外治等),且药物疗法居于主导地位。但药物疗法存在药物依赖风险、毒副作用、药物相互作用以及药物通过母乳传播给婴儿等问题^[3]。相较而言,非药物疗法更易于被产妇所接受,因此在产后焦虑症的治疗中更具发展前景。然而,目前国内外对非药物疗法治疗产后焦虑症的相关研究尚不充分,非药物疗法仍无法取代药物疗法的主流地位。为了解产后焦虑症各种治疗方式的现状,拓展其临床治疗的新思路,本文将产后焦虑症治疗方法相关的研究进展综述如下。

1 发病机制

因长期关注度不足,产后焦虑症的发病机制目前仍未形成共识。根据现有研究,可将产后焦虑相关的危险因素分为四类,包括人口因素、分娩经历、社会支持以及精神和心理问题史^[1]。具体而言,人

口因素相关的产后焦虑风险因素包括年轻母亲、接受更多教育和就业等^[7];分娩经历相关的风险因素包括初产、剖腹产、分娩过程中害怕分娩和死亡、分娩过程缺乏控制、对分娩缺乏自信、对分娩人员缺乏信心、早产和育儿压力等^[1];社会支持问题相关的风险因素则包括缺乏家庭支持、婚姻/家庭冲突和社会健康问题等^[7-9];而精神病史问题相关的风险因素包括产前抑郁和产前焦虑以及产前抑郁/焦虑共病等。其他心理问题相关的风险因素还包括难以识别和描述感受、应对不当、自责和否认现实^[1]。虽然具体的发病机制尚不清楚,但许多学者认为内分泌的改变是产生焦虑情绪的生物学基础^[10]。有研究表明,产后焦虑症的发生可能与产妇产体内催产素或孕酮水平的降低有关^[11-12],或与产妇的人体免疫过程相关^[13]。

中医学并无“产后焦虑症”和“焦虑症”之名,但根据临床表现和特征,可将其归为神志病的范畴,其症与“郁病”“惊悸”“怔忡”“失眠”“善忘”“百合病”“奔豚”“灯笼病”等相似^[14]。焦虑症多为体质虚损,情志内伤,外邪侵袭所致,病位在心、肺、脾、肾、胆等处;病机以痰热、阴虚火旺、气郁居多^[15]。因此,有学者认为产后焦虑的病因病机为脏腑功能失调,肾虚精亏,气机不畅,脑神失养或产后肝失血养,失于条达,气郁日久,气血痰火^[16]。

2 药物疗法

2.1 西药治疗 药物治疗是西医治疗焦虑症的首选方法。临床上对产后焦虑症的用药并未与其他

基金项目:广西壮族自治区中医药管理局自筹经费科研项目(GXZY20210437)

第一作者:周正银,女,副主任医师,研究方向:妇科疾病的中西医结合治疗及孕产期保健

通信作者:李民杰,男,医学硕士,副主任医师,广西壮瑶医精英人才,研究方向:中医药、民族医药诊治消化系统疾病,

E-mail:510008483@qq.com

焦虑症作区分。目前,临床上常用的抗焦虑症药物包括三环类抗抑郁药、选择性五羟色胺再摄取抑制剂(SSRIS)、选择性五羟色胺去甲肾上腺素再摄取抑制剂(SSNRI)、可逆性单胺氧化酶A抑制剂、不可逆性单胺氧化酶抑制剂、苯二氮卓类药物、5-HT_{1A}拮抗剂丁螺环酮、抗组胺药、巴比妥类、神经阻滞剂、 β 阻滞剂、抗惊厥药等^[17-18]。临床研究证实,抗焦虑药的应用对治疗焦虑症疗效确切,但每种抗焦虑药都有其优势和劣势,如存在一些不良反应及恶心、便秘等毒副作用^[17,19],需要临床医师根据患者的实际情况有所侧重^[20]。

2.2 中药复方治疗 研究证实,中药治疗焦虑症疗效显著^[21-23],且毒副作用较少,安全性较高。中医学认为焦虑症属本虚标实、虚实夹杂之证。本虚以肾精亏虚、心脾两虚、心胆气虚为主;标实以肝郁气滞、痰浊、血瘀为主。因此治疗当注意辨别阴阳虚实,注重虚实兼顾之大法,实证予以理气开郁,或兼活血、清热、化痰、祛湿;虚证则予以养心、健脾、滋肝、补肾。对于肝郁化火证,以清肝泻火、理气畅中为治法,予以丹栀逍遥散加减治疗;瘀血内阻证,则以活血化瘀、理气通络为治法,予以血府逐瘀汤加减治疗;痰火扰心证,则以清热涤痰、宁心安神为治法,予以黄连温胆汤加减治疗;心脾两虚证,则以益血健脾、宁心解虑为治法,予以归脾汤加减治疗;心胆气虚证,则以镇惊定志、宁心安神为治法,予以安神定志丸加减治疗;心肾不交证,则以滋阴清心、养脑安神为治法,予以交泰丸加减治疗;肾虚肝郁证,则以益肾调气、解郁安神为治法,予以解忧安虑方加减治疗^[14]。

虽然药物疗法是目前治疗焦虑症的主导方法,但鉴于产妇产群的特殊性,药物的各种毒副作用及药物的母乳传播等问题会给产妇及婴儿的身体健康带来较大风险。因此,对于产后焦虑症的治疗,药物疗法存在一定的局限性。

3 非药物疗法

随着全社会对产后焦虑症认识的加深和重视程度的提高,使用非药物疗法治疗产后焦虑症越来越受到人们的关注。治疗产后焦虑症目前常用的非药物疗法包括心理疗法^[24-26]、音乐疗法^[3,27]和中医外治疗法^[24,28]等。

3.1 心理疗法 心理疗法因其具有明显的安全性和可实施性,在产后焦虑抑郁的干预方面一直备受

关注。治疗焦虑症可使用的心理疗法有多种,其中以认知行为治疗和森田疗法的使用最为普遍也最受认可^[19,29]。心理疗法已经在多年的实践中证明了其治疗产后焦虑症的确切疗效,但其在做临床循证方面有一定的困难,并且流派众多,方法各异,治疗效果也受到治疗师治疗方式的直接影响^[19]。心理疗法中明显的主观性和心理咨询专业性,决定了其难以取代药物疗法而无法成为治疗产后焦虑症的主流。

3.2 音乐疗法 音乐疗法因其简单便捷的特点在产后焦虑症的治疗中受到越来越多的关注。科学的音乐治疗方法和手段不仅限于音乐聆听,还包括接受式音乐、再创造式音乐、即兴演奏式音乐治疗等音乐治疗方法^[30]。但当前的音乐治疗还很难达到上述要求。目前采用音乐疗法干预产后焦虑症的方法基本仅限于音乐聆听,即音乐欣赏,并未介入实质意义上的音乐治疗方法和技术,这是孕产妇音乐治疗临床实践的硬伤。因此,音乐疗法目前一般多作为辅助疗法,配合药物或非药物治疗,以巩固或增强治疗效果,提升患者的生活质量^[29]。有研究表明,基于中医学理论的五行音乐疗法能够显著改善孕产妇围产期的焦虑、抑郁状态^[10]。五行音乐疗法是音乐疗法和中医学理论的有效结合,可为音乐疗法治疗产后焦虑症提供更多的理论支持,值得进一步推广和研究。

3.3 中医外治疗法 随着临床应用和研究的增多,中医特色外治疗法在治疗焦虑症特别是产后焦虑症方面的优势越来越显著。诸多研究证实,针灸、推拿等中医特色外治法在治疗焦虑症方面与西药具有同等甚至更优的疗效,并具有更小的毒副作用^[29,31]。潘芬华等^[32]采用针灸治疗产后焦虑症的总有效率为80%,与药物组接近;姜铮^[33]应用手法推拿治疗100例焦虑症患者,总有效率高达90%。除常用的针灸和推拿疗法外,耳穴压豆疗法、穴位注射疗法、穴位埋线疗法、磁穴疗法、灸法疗法等也可用于焦虑症的治疗^[34-36]。此外,穴位贴敷^[37-38]、中药足浴^[39-40]等也被证明对产后焦虑症治疗有确切疗效。值得注意的是,相比针灸、推拿在地点和专业性等方面对施治者有要求,穴位贴敷、中药药浴等方式显得更加简单方便,因而也更具推广前景。

目前,关于中医外治疗法治疗产后焦虑症的系

统研究有限,这可能与国内对产后焦虑症的重视较晚有关。相较音乐疗法等普适性治疗方法,中医外治疗法的治疗手段更加多样,可以“因人施治”,效果也更显著,是产后焦虑症治疗中一个待开发的宝库,亟待系统研究和进一步探索。

4 小结和展望

产后焦虑症严重威胁产妇及婴儿的身心健康,需要得到更多的关注。药物疗法是目前治疗产后焦虑症的主流方法,包括使用抗焦虑、抑郁类西药和中药复方进行治疗。但因无法避免药物的各种毒副作用、相互作用以及通过母乳传播给婴儿等问题,同时药物疗法也容易引起产妇及家属的担忧。鉴于产妇的特点,非药物疗法更适用于产后焦虑症的治疗。其中,心理疗法因为自身明显的主观性和心理咨询的专业性特点而难以进行全面推广,无法取代药物治疗的主流地位;而音乐疗法则因为系统研究的不足目前只能居于辅助地位。相较而言,中医特色外治疗法具有系统的理论、多样的手段和显著的疗效,最有可能取代药物疗法成为产后焦虑症的主流治法。常用于治疗产后焦虑症的中医外治疗法包括针灸疗法、推拿疗法、耳穴压豆疗法、穴位注射疗法、穴位埋线疗法、磁穴疗法、穴位贴敷及中药足浴等。然而,因为目前关于中医特色外治疗法治疗产后焦虑症的相关研究和系统疗效评价严重匮乏,采用中医特色外治疗法治疗产后焦虑症并未得到很好的应用和推广,要实现其广泛应用,需要更多系统和深入的研究。

参考文献

- [1] TIFFANY FIELD. Postnatal anxiety prevalence, predictors and effects on development: A narrative review [J]. *Infant Behav Dev*, 2018, 51: 24-32.
- [2] GOODMAN JH, WATSON GR, STUBBS B. Anxiety disorders in postpartum women: A systematic review and meta-analysis [J]. *J Affect Disord*, 2016, 203: 292-331.
- [3] HAKIMI S, HAJIZADEH K, HASANZADE R, et al. A systematic review and meta-analysis of the effects of music therapy on postpartum anxiety and pain levels [J]. *Journal of caring sciences*, 2021, 10 (4): 230-237.
- [4] MERITESACKER B, BADE U, HAVERKOCK A, et al. Predicting maternal reactivity/sensitivity: The role of infant emotionality maternal depressiveness/anxiety, and social support [J]. *Infant Mental Health Journal*, 2004, 25 (1): 47-61.
- [5] PAUL IM, DOWNS DS, SCHAEFER EW, et al. Postpartum anxiety and maternal-infant health outcomes [J]. *Pediatrics*, 2013, 131 (4): E1218-E1224.
- [6] COPLAN RJ, ONEIL K, ARBEAU KA. Maternal anxiety during and after pregnancy and infant temperament at three months of age [J]. *Journal of Prenatal & Perinatal Psychology & Health*, 2005, 19 (3): 199-215.
- [7] ABDULBARI B, SHEIKH, GERBER. Prevalence of psychiatric disorders and associated risk factors in women during their postpartum period: A major public health problem and global comparison [J]. *International Journal of Womens Health*, 2012, 4 (12): 191-200.
- [8] NAVARRETE LE, LARACANTÚ M, NAVARRO C, et al. Psychosocial factors predicting postnatal anxiety symptoms and their relation to symptoms of postpartum depression [J]. *Revista de Investigación Clínica*, 2012, 64 (6): 625-633.
- [9] SAWYER A, AYERS S, SMITH H. Pre- and postnatal psychological wellbeing in Africa: A systematic review [J]. *J Affect Disord*, 2010, 123 (1/3): 17-29.
- [10] 刘文慧, 钱春香, 薛志辉, 等. 基于中医理论的五行音乐疗法对孕产妇围产期焦虑、抑郁状态的影响 [J]. *当代护士: 下旬刊*, 2017 (12): 58-60.
- [11] STOJANOV J, STANKOVIC M, ZIKIC O, et al. Postpartum psychiatric disorders: Review of the research history, classification, epidemiological data, etiological factors and clinical presentations [J]. *Acta Facultatis Medicae Naissensis*, 2019, 36 (3): 167-176.
- [12] 刘蕊, 叶冰璐, 曾桂影, 等. 催产素镇痛和抗焦虑药理作用及其机制的研究进展 [J]. *药物评价研究*, 2021, 44 (4): 894-899.
- [13] DYE C, LENZ KM, LEUNER B. Immune system alterations and postpartum mental illness: Evidence from basic and clinical research [J]. *Frontiers in global women's health*, 2022, 2: 758748.
- [14] 世界中医药学会联合会, 中华中医药学会. 国际中医临床实践指南 焦虑症 (2020-10-11) [J]. *世界中医药*, 2021, 16 (8): 1188-1191.
- [15] 李西亮, 宋小鸽. 针灸治疗焦虑症的研究概述 [J]. *甘肃中医*, 2010, 23 (12): 70-72.
- [16] 高桂龙. 刺五加注射液配合针灸治疗产后焦虑症的疗效观察 [J]. *山东医学高等专科学校学报*, 2013, 35 (3): 239-240.
- [17] 彭婷婷. 广泛性焦虑症治疗的研究 [J]. *世界最新医学信息文摘*, 2019, 19 (96): 45, 47.
- [18] 安婷, 王丹, 陈琛, 等. 惊恐障碍病因及诊治研究进展 [J]. *国际精神病学杂志*, 2015, 42 (5): 68-73.
- [19] 刘雪喻, 樊萍. 焦虑症的中医药治疗进展 [J]. *江西医药*, 2019, 54 (10): 1303-1305.
- [20] 刘娜. 焦虑症治疗研究进展 [J]. *医学理论与实践*, 2016, 29 (4): 442-443.
- [21] 冯晓丹, 张捷, 石铎. 张捷教授应用通督解郁针法结合中药治疗广泛性焦虑症的临床经验 [J]. *中医临床研究*, 2022, 14 (11): 64-67.
- [22] 李胤. 中药丹栀逍遥散对焦虑症的治疗作用评价 [J]. *中国医药指南*, 2021, 19 (28): 1-3.
- [23] 李雅琦, 过伟峰. 中药复方治疗广泛性焦虑症的 Meta 分

- 析[J]. 中医临床研究, 2021, 13(26): 131-135.
- [24] MISRI S, KENDRICK K. Treatment of perinatal mood and anxiety disorders: A review [J]. Canadian Journal of Psychiatry - Revue Canadienne De Psychiatrie, 2007, 52(8): 489-498.
- [25] 禹瑞, 唐静. 产后访视、心理干预联合应用于产后焦虑抑郁障碍患者的临床效果分析[J]. 心理月刊, 2021, 16(15): 54-55, 44.
- [26] 任菲菲. 生物反馈电刺激治疗联合心理干预对经阴道分娩产妇产后焦虑抑郁及盆底功能的影响研究[J]. 贵州医药, 2022, 46(2): 262-263.
- [27] SIMAVLI S, KAYGUSUZ I, GUMUS I, et al. Effect of music therapy during vaginal delivery on postpartum pain relief and mental health[J]. J Affect Disord, 2014, 156: 194-199.
- [28] 薛亚妮. 穴位贴敷结合针刺治疗气血亏虚型产后身痛临床疗效观察[D]. 晋中: 山西中医药大学, 2019.
- [29] 刘洋, 李华南, 张玮, 等. 非药物治疗广泛性焦虑症的研究进展[J]. 时珍国医国药, 2016, 27(11): 2722-2724.
- [30] 刘燕, 吴亚芬. 音乐治疗在孕产妇围产期焦虑情绪中的临床效果观察[J]. 中医临床研究, 2017, 9(21): 142-144.
- [31] 李淑秀, 师宁宁, 刘斌, 等. 焦虑障碍的推拿临床治疗进展[J]. 按摩与康复医学, 2021, 12(19): 68-70.
- [32] 潘芬华, 邢葆平, 李晓一. 针灸治疗产后焦虑症患者 25 例观察[J]. 浙江中医杂志, 2012, 47(6): 441.
- [33] 姜铮. 推拿治疗焦虑症 100 例[J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(22): 175-176.
- [34] 李捷, 庄欣. 中医外治法治疗郁证的研究进展[J]. 湖南中医杂志, 2017, 33(9): 193-194.
- [35] 朱培培, 冯娟, 盛君, 等. 灵龟八法定穴择时雷火灸对脾虚湿蕴型溃疡性结肠炎患者症状改善及焦虑抑郁的影响[J]. 中国现代医生, 2021, 59(28): 138-141.
- [36] 王婉桐, 王昕. 隔药灸治疗寒凝血瘀证原发性痛经患者焦虑和抑郁的疗效观察[J]. 广州中医药大学学报, 2020, 37(4): 680-685.
- [37] 王庆伟. 综合康复护理联合穴位贴敷对高危妊娠孕妇产后焦虑、抑郁及体内雌、孕激素的影响[J]. 西部中医药, 2021, 34(10): 139-142.
- [38] 梁海亚, 周建平, 赵珊琼. 中药穴位贴敷联合心理干预对复发性流产妊娠患者焦虑情绪的影响[J]. 浙江中医杂志, 2016, 51(6): 432-433.
- [39] 赵晨景, 祁婷, 罗芳. 中药足浴对剖宫产术后产妇焦虑的影响[J]. 慢性病学杂志, 2010, 12(11): 1394-1395.
- [40] 陈莲珠, 彭亚宁. 中药足浴、芳香疗法联合穴位按摩对初产妇产程时间、焦虑程度和产程疼痛的影响[J]. 首都食品与医药, 2020, 27(6): 115-116.

(收稿日期: 2023-05-17)

[编辑: 徐霜俐]

(上接第 168 页)

- [12] 高振东, 司富春, 王文彬, 等. 金水六君煎的临床应用及药理作用研究进展[J]. 中国实验方剂学杂志, 2021, 27(20): 244-250.
- [13] 辛文好, 宋俊科, 何国荣, 等. 黄芩素和黄芩苷的药理作用及机制研究进展[J]. 中国新药杂志, 2013, 22(6): 647-653, 659.
- [14] MOST J FREYER. Muco-Obstructive lung diseases[J]. The New England Journal of Medicine, 2019, 381(10): e20.
- [15] 雷芳. 黄芩苷药理作用研究进展[J]. 中国药业, 2010, 19(15): 87-90.
- [16] 孟辉, 黎俏梅, 沈英森, 等. 金水六君煎及其成分祛痰作用的药效学研究[J]. 中成药, 2005, 27(7): 849-850.
- [17] SINHA J, CAO Z, DAI J, et al. A gastric glycoform of MUC5AC is a biomarker of mucinous cysts of the pancreas[J]. PLoS One, 2016, 11(12): e0167070.
- [18] MA J, RUBIN BK, VOYNOW JA. Mucins, mucus, and goblet cells[J]. Chest, 2018, 154(1): 169-176.
- [19] 温晓洲, 孙爱华, 李广平, 等. 基质金属蛋白酶 9 的研究进展[J]. 岭南急诊医学杂志, 2021, 26(2): 216-218.
- [20] 李琪, 周向东. 基质金属蛋白酶 9 与慢性肺部炎症性疾病[J]. 国际呼吸杂志, 2007, 27(3): 183-187.
- [21] 杨红霞, 张建勇, 赵建军, 等. 罗格列酮对哮喘小鼠气道炎症因子及 MUC5ac 蛋白表达水平的影响[J]. 医药导报, 2019, 38(12): 1562-1566.
- [22] ROMANO F, ARDUINO PG, MAGGIORA M, et al. Effect of a structured plaque control on MMP-1 and MMP-9 crevicular levels in patients with desquamative gingivitis associated with oral li-
- chen planus[J]. Clin Oral Investig, 2019, 23(6): 2651.
- [23] 肖扬, 焦炳华, 缪辉南. 血管内皮细胞生长因子研究进展[J]. 生物化学与生物物理进展, 2000, 27(2): 131-135.
- [24] 王志华, 杨焕章, 傅晓燕, 等. 血管内皮细胞生长因子在急性肺损伤大鼠中的表达及意义[J]. 临床肺科杂志, 2016, 21(12): 2230-2233, 2237.
- [25] 杨红菊, 尤列·皮尔曼, 维克多·科罗索夫, 等. 钙感受体在缺氧诱导气道黏液高分泌中的作用[J]. 中华医学杂志, 2014, 94(12): 944-947.
- [26] 耿立梅. 人羊膜上皮细胞和或润肺止咳丸对 COPD 模型大鼠细胞凋亡、气道重塑的影响[D]. 石家庄: 河北医科大学, 2015.
- [27] 王莉, 刘小静, 张建勇. AMD3100 干预 CXCR4 对哮喘小鼠气道黏蛋白 MUC5ac 蛋白表达的影响[J]. 实用医学杂志, 2022, 38(9): 1082-1087.
- [28] 李炼, 罗自强. 肺内微环境在肺表面活性物质合成分泌调控中的作用[J]. 国外医学: 生理、病理科学与临床分册, 2003, 23(6): 661-663.
- [29] TSAPOURNIOTI S, MYLONIS I, HATZIEFTHIMIOU A, et al. TNF α induces expression of HIF-1 α mRNA and protein but inhibits hypoxic stimulation of HIF-1 transcriptional activity in airway smooth muscle cells[J]. J Cell Physiol, 2013, 228(8): 1745-1753.
- [30] 林晓萍. 乙酰半胱氨酸抑制脂多糖诱导的人肺 NCI-H292 细胞粘蛋白 MUC5AC 表达[J]. 北方药学, 2016, 13(11): 122-124.

(收稿日期: 2023-03-07)

[编辑: 徐霜俐]