

◆思路方法◆

基于形气神理论探讨桥本甲状腺炎的发病机制及治疗思路

赵一涵¹, 林碧蓝¹, 刘莹², 姚南珍³, 任一帆¹, 常如春¹, 林旋¹

1. 广州中医药大学第八临床医学院, 广东 佛山 528000

2. 佛山市高明区中医院, 广东 佛山 528500

3. 佛山市中医院, 广东 佛山 528000

[摘要] 桥本甲状腺炎是一种以自身甲状腺组织为抗原的慢性、自身免疫性、无菌性炎症疾病。形气神与桥本甲状腺炎的病因病机有密切联系, 精神情志是桥本甲状腺炎的关键致病因素, 肝郁气滞是发病的根本因素, 气、血、痰互结是疾病发展的关键因素, 最终会出现甲状腺大小、质地等形态上的改变。治疗桥本甲状腺炎应兼顾理气、安神、治形, 理气应重视肝的气机疏泄, 安神当注重心与肝的调养, 治形需内外同治祛瘀化痰消癭。文章试从形气神三位一体生命观与桥本甲状腺炎的联系及临床辨治展开探讨, 以期为临床诊疗提供新思路。

[关键词] 形气神; 桥本甲状腺炎; 病机; 治疗思路

[中图分类号] R249 [文献标志码] A [文章编号] 0256-7415 (2025) 07-0188-05

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2025.07.033

Discussion on Pathogenesis and Treatment Strategies of Hashimoto's Thyroiditis Based on Body-Qi-Spirit TheoryZHAO Yihan¹, LIN Bilan¹, LIU Ying², YAO Nanzhen³, REN Yifan¹, CHANG Ruchun¹, LIN Xuan¹

1. The Eighth Clinical Medical School, Guangzhou University of Chinese Medicine, Foshan Guangdong 528000, China; 2. Foshan Gaoming District Traditional Chinese Medicine Hospital, Foshan Guangdong 528500, China; 3. Foshan Hospital of Traditional Chinese Medicine, Foshan Guangdong 528000, China

Abstract: Hashimoto's thyroiditis is a chronic, autoimmune, non-infectious inflammatory disease that targets the thyroid gland as an antigen. The body-qi-spirit is closely related to the etiology and pathogenesis of Hashimoto's thyroiditis. Emotional factors are key pathogenic factors in Hashimoto's thyroiditis, liver constraint and qi stagnation is the fundamental cause of the disease, and the binding of qi, blood, and phlegm is a critical factor in disease progression, ultimately leading to morphological changes in the thyroid such as size and texture. The treatment of Hashimoto's thyroiditis should focus on regulating qi, calming the mind, and treating the body. Regulating qi should emphasize the liver's function of governing the free flow of qi; calming the mind should focus on the nourishment of the heart and liver; treating the body requires both internal and external therapies to remove blood stasis, dissolve phlegm, and disperse goiter. This article explores the connection between the trinity of body-qi-spirit and Hashimoto's thyroiditis and its clinical diagnosis and treatment, aiming to provide new insights for clinical practice.

Keywords: Body-Qi-spirit; Hashimoto's thyroiditis; Pathogenesis; Treatment strategies

[收稿日期] 2024-08-26

[修回日期] 2024-12-20

[基金项目] 佛山市自筹经费类科技创新项目 (2320001007322)

[作者简介] 赵一涵 (1998-), 女, 在读硕士研究生, E-mail: 15816757939@163.com。

[通信作者] 林旋 (1980-), 女, 主任中医师, E-mail: 476771549@qq.com。

桥本甲状腺炎(HT),又称慢性淋巴细胞性甲状腺炎、自身免疫性甲状腺炎^[1],以血清中抗甲状腺过氧化物酶抗体(TPOAb)、甲状腺球蛋白抗体(TGAb)指数升高为主要特征,是目前最多见的自身免疫性甲状腺疾病^[2]。本病发病过程隐匿,初期并无典型临床表现,但进一步发展则会产生甲状腺肿,最终则发展为甲状腺功能减退。流行病学调查显示,我国HT的患病率约为1.6%,且有显著的性别差异,女性患病率远高于男性,大约是男性的3~4倍^[1]。

目前HT的治疗主要为对症治疗,HT甲减期患者常采用激素替代疗法,这种治疗手段可改善患者的甲状腺机能,但可能造成甲亢骨代谢异常^[3],且较长时间应用激素会增加心脑血管疾病和钙磷代谢疾病等相关并发症的风险^[4];对于甲状腺明显肿大的患者通常采用手术治疗,但易伤及甲状旁腺、喉返神经、喉上神经等颈部周围组织而出现低钙血症、声音嘶哑、吞咽困难等术后并发症,且术后颈部疤痕影响患者的外观形象^[5]。中西医结合治疗HT可充分发挥两者的优势,做到标本兼治,减轻药物不良反应,提升患者生活质量,为HT患者提供更全面、更有效的治疗方案,提高患者的整体健康水平和生活质量。

HT属于中医学瘰病、瘰瘤范畴。在外感、饮食、情志等病理因素的相互作用下,气、血、痰互阻而成瘰病。HT的病因病机和临床表现与形、气、神失调关系密切,因此,在治疗HT时,除关注甲状腺本身的病变外,还应以人为整体,形气神三者一体同调,兼顾患者气机、神志及心理问题,方能取得良好疗效。

1 形气神三位一体生命观的内涵

西汉《淮南子》记载:“形者,生之舍也;气者,生之充也;神者,生之制也。一失位则三伤矣。”首次明确提出形、气、神三者是相互联系、相互影响的一个整体,形气神三位一体生命观是中医对人体生命活动的基本认识,是中医理论的基础和核心内容。“形”是可见的、具象的、实体的身体器官的总称,是生命的基础,是生命得以维系、生理机能赖以运行的物质性场所。“气”充溢天地、贯通形神,是生命得以产生的本体,也是维系生命的关键之一。“神”概指精神,是生命的主宰,是控制器官运转、支配人体活动的中枢。

形气神是构成人体的重要三要素^[6]。形为气之根

基,气之所以生生不息、周游全身,得益于先后天之精的滋养作用,气为形之用,脏腑发挥其生理功能需要借助气的推动作用。《类经》曰:“形者神之质,神者形之用。无神则形不可活,无形则神无以生。”表明形与神两者不可分割,即“形与神俱”;气充斥周身,维持机体正常生理活动,同样也维系着神的正常活动,而神是一切生命活动的主宰,可调控气的功能,《类经·摄生类》“统驭精气而为运用之主者,则又在吾心之神”。形气神三者相互影响,缺一不可,“一失位,则三者伤矣”,只有三者各居其宜,机体才能保持正常生理活动。《原道训》中提出:“以神之主者,形从而利;以形为制者,神从而害。”强调若形气神三者失位,形体就会发生改变,精神就会开始涣散,疾病由此而生。

2 HT与形气神关系密切

HT从早中期的轻度一过性甲亢到后期甲状腺功能减退全过程均与形气神多维度的失衡相关。西医着重于HT患者甲状腺的客观形态结构和可以量化的功能指标异常等“形”层面的变化,如甲状腺超声、甲状腺功能、甲状腺自身免疫抗体测定等。中医学强调整体观念,基于形气神三位一体观,情志内伤是HT的关键致病因素,肝郁气滞是其发病的根本因素,气、血、痰互结是HT发展的关键因素,最终出现甲状腺大小、质地等“形”的改变。形气神三者相互影响,互为因果,一损俱损,终致形气神失调而致病。

2.1 “气”的变化是HT发病的内在基础 气为一身之根本,气机通畅则血行通利,津液输布环流,气血充养周身,气病则脏腑功能异常,痰饮、瘀血等病理产物形成,《诸病源候论》中记录:“瘰病者,是气结所成。……忧患思虑,……结宕所生。”《外台秘要方》云:“病源瘰者由忧患气结所生。”两者均指出瘰病的主要病机是气机郁滞,HT的发生以气变为核心,气的变化贯穿HT始终。

外感、饮食、情志等病理因素相互作用,机体气机紊乱,脏腑阴阳失调,肝郁气滞,津停痰凝;肝郁化火,灼津成痰;脾病气结生湿,湿聚为痰。痰气交结,血行不畅,致气、血、痰互阻,造成瘰病^[7]。濡养有形实体的精微物质如炎症细胞等的迁移、黏附、活化等过程也属于气机升降出入运动的具体表现,结合现代研究对HT发病机制的认识,因

自身免疫紊乱而引起的各种炎症反应,即气机的运动变化是HT的主要发病原因。

2.2 HT与“神”的变化相互影响 《黄帝内经》曰:“心者,君主之官,神明出焉。”《类经》云:“心为五脏六腑之大主,而总统魂魄,兼赅意志。”神主宰人体生命活动,产生思维、意识、情感等精神活动,主导五脏通过气化活动外化五志。当神志异常影响气机运动,超过机体的正常阈值,便会影响正常的生理功能,《素问·举痛论》:“怒则气上,喜则气缓,悲则气消,恐则气下……惊则气乱……思则气结。”HT患者在病程不同阶段表现出不同的“神”的改变,甲亢期常出现心慌心悸等心神不宁的表现;甲功正常期及甲减期患者大多首先出现易疲劳、全身乏力的症状,后随着病程发展出现反应迟钝、情绪低落、嗜睡、抑郁等神志改变。

《素问·疏五过论》:“故贵脱势,虽不中邪,精神内伤,身必败亡。”强调即使没有受到外界邪气的侵袭,但如果精神情志上受到伤害,出现情绪、心理状态的不健康,同样会对身体造成严重影响。《圣济总录》中将因过度劳累或情绪刺激而诱发的瘰病称为“劳瘰”,精神情志的改变是HT发病的关键,同时影响着HT的病情进展。现代研究已证实焦虑、抑郁等负性情绪可影响机体内分泌系统,进而对甲状腺激素分泌过程产生影响,最终导致甲状腺功能异常^[8-9]。甲状腺激素水平的变化也会通过神经发育、神经递质合成及释放、星形胶质细胞的功能等多种途径影响机体精神情志的形成及生理变化,例如甲亢患者常出现过度兴奋、精神紧张、焦虑等症状,甲减患者易出现抑郁、无力、记忆损害等临床表现,甚至引起精神类疾病^[10]。

2.3 HT患者“形”上宏观与微观的改变 甲状腺肿大是HT最为明显的体征,且在一定程度上影响外形美观和患者的生活质量,而HT起病隐匿,临床表现复杂多样,大多数患者是在体检时发现甲状腺肿大或良性结节才进一步检查而确诊。除因气、血、痰交结于颈前而出现甲状腺肿大、甲状腺结节的形变外,在甲减期由于甲状腺激素合成、分泌下降还会出现体质质量增加、颜面浮肿等“形”的改变。另外值得一提的是,HT还可能是甲状腺癌的早期阶段,或是甲状腺癌的易感因素,调查显示,HT患者罹患甲状腺乳头状癌的风险较普通人群高1.6倍,患甲状

腺淋巴瘤的风险是普通人群的40~80倍^[11]。

人体之形除宏观的有形形体外,还有微观的濡养有形实体的精微物质,即现代医学中的生命活性物质。由于信号通路的异常激活,引起促炎因子水平升高,进而出现炎症反应——微观形变是引起HT发病的重要因素^[12],通过调控致炎因子的分泌,介导炎症反应的发生,即调控微观形变可有效治疗HT^[13]。

3 基于形气神三位一体生命观的HT治疗思路

一失位,则三者伤矣,形、气、神三者相互依存、相互影响,任何一方失衡,出现功能紊乱,其他两者均会受到影响,整个人体的健康状态就会受到损害,故在治疗中,应形气神三者同调,使三者各居其宜,则疾病自愈。

3.1 理气 “气者,人之根本也”“人之有生,全赖此气”,均强调气对人体生命活动的重要性。“出入废则神机化灭,升降息则气立孤危”,气的升降出入维系机体新陈代谢的协调稳定和生命过程的有序发展。对于HT——即瘰病的治疗,中医学已有千百年历史,《圣济总录》中多用疏肝泻火、健脾化痰法治瘰病^[14];《外科正宗·瘰瘤论》强调通过行散气血、行痰顺气、活血散坚治疗瘰病。总而言之,气的治疗贯穿HT治疗始终,临床治疗应从肝脾肾三脏入手,维持气机通畅。

早期以疏肝理气、益气养阴为主,运用小柴胡汤合当归芍药散。小柴胡汤是疏肝解郁的代表方剂,从HT的主要病机出发,疏肝解郁,调和气机;当归芍药散养血疏肝、健脾利湿,调气的同时兼能治血,两方合用,共同调节阴阳平衡,疏肝健脾,和解少阳枢机,改善患者的免疫功能,恢复气机的正常升降出入。肝郁日久,气血运行受阻而致痰凝血瘀,故HT中期在疏肝理气的基础上加以化痰活血、软坚散结,予四逆散加减治之,四逆散为疏肝解郁、调和肝脾之祖方,现代药理学研究表明四逆散具有抗抑郁、镇静催眠的作用^[15],可起到气神同调的作用,再辨证加入三七、桃仁、红花、当归等药以活血散瘀;HT晚期久病耗伤,阳气耗损,治疗上应以温补脾肾为主,临床常用肾气丸加减以温肾助阳,助气化水,阳气足则体内水液得以代谢和排泄,水液得调则痰结无以为生。

针灸通过刺激特定的穴位调节气血、疏通经络治疗HT,亦有良效。《针灸甲乙经》中记载:“瘰,

天窗(一本作天容,《千金》作天府)及膻会主之。”临床上针刺气舍、天府、膻会,再加太冲、内关、中脘等穴以疏肝理气、调和脾胃。在气海、足三里、三阴交及背俞穴进行穴位埋线,从微观层面影响气机的升降出入,降低炎性损害,增强机体自身免疫力,修复甲状腺细胞结构,改善甲状腺功能。此外,崔云华等^[16]通过隔药饼灸天突、膻中、中脘、关元等穴温阳补气治疗HT。刘春雪等^[17]用腹针围刺中脘、下脘等穴引气归元,刺激下丘脑-垂体-甲状腺轴,改善甲状腺激素水平,减轻甲状腺肿,取得良好疗效。

气变是HT发病的核心,治疗就应从气入手,疏肝理气、健脾益气、温肾化气,调节气机升降出入,气机调则本病可消。

3.2 安神 “得神者昌,失神者亡”,神是人体生命活动的外在表现和内在精神情志的总和。精神情志异常是HT的关键致病因素,HT病程中甲状腺激素水平的不断变化也会影响情绪状态的波动,良好的情绪和精神状态不仅可以有效控制病情发展,还能提高患者的治病信心,故对神的调节和养护在整个HT治疗过程中起到了至关重要的作用。

HT患者常伴有不同程度的精神焦虑,在HT治疗中可辨证加入酸枣仁、茯神、远志等药以宁心安神;五脏藏五志,营卫之气充养脏腑,神志治疗可从营卫入手,调理脏腑、安定精神,桂枝汤为调和营卫的经典方剂,运用桂枝汤配合海藻、昆布等含碘中药,调和营卫、充养脏腑、内守精神、软坚散结以治HT。《素问·宝命全形论》曰:“凡刺之真,必先治神。”临床常选取神阙、关元、气海等穴安神定志,再配合天突、气舍、阿是穴等颈周穴位以治疗HT。

除以上方法外,方振伟^[18]运用赵氏雷火灸治疗HT,该无创灸法能减轻患者治疗的心理负担,减少患者焦虑、抑郁等负性情绪。朱登月等^[19]通过音乐疗法配合心理疏导治疗HT,发现这种疗法不仅能改善患者临床症状,且无药物不良反应,患者依从性好。

神变是HT致病的关键,神的养护要渗透到日常生活中,运用中药、针灸、音乐、心理疏导等手段调节和养护精神,改善心理状态,以达到治疗和预防疾病的目的。

3.3 治形 HT引起的甲状腺肿大、体质量增加等形

变给患者的工作生活造成困扰,是患者迫切想解决的问题。《外科正宗》中的海藻玉壶汤是中医治疗甲状腺肿大的传统方剂,其中海藻、昆布等含碘中药具有软坚散结的作用,有助于化解甲状腺肿大的硬结,青皮、陈皮等药物助气机正常运行,减少气滞引起的痰凝,川芎、当归活血化瘀,改善血液循环,从气血痰多角度治疗甲状腺肿大。《本草纲目》《千金要方》中均提到应用动物甲状腺脏器如羊靧、猪靧、鹿靧、牛靧等治疗瘰病,《备急千金要方》中的“五瘰丸”就是使用动物甲状腺治疗甲状腺肿大的典例。

临床治疗HT引起的甲状腺肿需从气、血、痰三者着手,以疏肝理气、活血通络、化痰散结为基本治则进行辨证施治,其中柴胡疏肝散疗效显著,柴胡疏肝解郁,川芎、香附活血行气,改善气血瘀滞,在此方基础上加用理气化痰软坚类药,如夏枯草、山慈菇等帮助化解痰凝,消散肿块。随着治疗经验逐渐丰富,同时也为提升患者诊疗体验,加快症状缓解,可采用中药复方口服、中药外敷、针灸治疗等多种方法相互配合治疗甲状腺肿。《针灸甲乙经》:“瘤瘰,气舍主之。”临床针刺采用近部选穴、局部配穴的方法,选用天突、肩髃、气舍、天府、膻会、阿是穴等穴可有效加强疗效。黄文智等^[20]通过局部外用消瘰膏配合临床护理在治疗中亦取得良好疗效。气功、八段锦等传统功法除锻炼形体外还可调畅气机、宁心安神,每天进行适当锻炼有助于气机通畅,使津行痰散,血行瘰消。

形变是HT最显著的表现,也是气神失调的结果,故形气神三者同调尤为重要,治疗应基于形气神三位一体观理论气、血、痰同治,多种治疗手段配合加快HT形变疗程。

4 小结

形气神是人体生命活动的重要元素,形、气、神三者不是孤立的,它们是相互依存、相互联系的整体。HT的发生发展涉及形、气、神三个层次,三者相互影响,共同作用,HT发病部位涉及肝、脾、肾,发病初期因外感、饮食、情志等致肝郁气滞,津停痰聚于颈部而成瘰;中期肝郁脾虚,生湿化痰,痰阻血行,气、痰、瘀互结致病情加重;后期病程日久,影响脏腑气机致脾肾阳虚,瘰瘤停滞。因此在HT的治疗过程中,应做到形气神三者同调,从

形、气、神的角度对疾病进行分析,或调神或调气,调整气化失常状态进一步影响形神,用中药、针灸、强身功法等调动人体自我健康和痊愈能力,帮助恢复稳态和自我调节功能,达到“神者生之制也,气者生之充也,形者生之舍也”三者的协调统一,改变形体局部和微观的病理改变。

[参考文献]

- [1] 葛均波,徐永健,王辰.内科学[M].9版.北京:人民卫生出版社,2018:693-694.
- [2] BARETIC M. 100 years of Hashimoto thyroiditis, still an intriguing disease[J]. *Acta Med Croatica*, 2011, 65(5): 453-457.
- [3] TUCHENDLER D, BOLANOWSKI M. The influence of thyroid dysfunction on bone metabolism[J]. *Thyroid Res*, 2014, 7(1): 12.
- [4] 武翔宇,曹世光.左甲状腺素钠治疗甲状腺功能减退症效果观察[J].*解放军医药杂志*, 2017, 29(11): 7679.
- [5] LUKINOVIĆ J, BILIĆ M. Overview of Thyroid Surgery Complications[J]. *Acta Clin Croat*, 2020, 59(Suppl 1): 81-86.
- [6] 谢海金,李良松.《淮南子》形气神的身体理论[J].*医学与哲学*, 2022, 43(18): 59-63.
- [7] 张仕衡,杨宇峰,石岩.瘰病之病因病机理论框架研究[J].*辽宁中医药大学学报*, 2020, 22(10): 120-122.
- [8] 姚以艳,徐茂锦,梁松梅,等.甲状腺功能减退症患者心理健康状况及影响因素分析[J].*现代生物医学进展*, 2017, 17(31): 6074-6078.
- [9] BATHLA M, SINGH M, RELAN P. Prevalence of anxiety and depressive symptoms among patients with hypothyroidism[J]. *Indian J Endocrinol Metab*, 2016, 20(4): 468-474.
- [10] 喻东山.神经递质与神经内分泌[J].*国外医学(精神病学分册)*, 2002, 29(4): 230-233.
- [11] 郭雨芳,马步云.原发性甲状腺淋巴瘤的研究进展[J].*西部医学*, 2022, 34(4): 620-625.
- [12] ZHENG L, DOU X, SONG H, et al. Bioinformatics analysis of key genes and pathways in Hashimoto thyroiditis tissues[J]. *Bioscience Reports*, 2020, 40(7): 463.
- [13] 田晓玲,华川,赵勇,等.基于炎症反应探讨中医药治疗HT甲状腺炎作用机制[J].*辽宁中医药大学学报*, 2023, 25(6): 188-193.
- [14] 黄文彬,刘启鸿,王鸿程.《圣济总录》瘰病治疗用药规律分析[J].*新中医*, 2019, 51(5): 79-81.
- [15] 王慧慧,张百霞,叶小彤,等.基于“中药作用机理辅助解析系统”的四逆散抗抑郁作用机制研究[J].*中国中药杂志*, 2015, 40(19): 3723-3728.
- [16] 崔云华,冯静,吴焕淦,等.隔药饼灸治疗脾肾阳虚型HT甲状腺炎的疗效观察[J].*上海针灸杂志*, 2020, 39(12): 1483-1490.
- [17] 刘春雪,解相蕊,张童,等.腹针配合围刺治疗良性甲状腺结节[J].*长春中医药大学学报*, 2022, 38(1): 84-87.
- [18] 方振伟,王野,张兰.赵氏雷火灸对HT甲状腺炎患者TGA、MCA及焦虑抑郁心理的影响[J].*辽宁中医杂志*, 2018, 45(8): 1728-1730.
- [19] 朱登月,姚平,何志伟.音乐心理疗法对HT氏甲状腺炎改善的临床研究[J].*中西医结合心血管病电子杂志*, 2019, 7(29): 64-65.
- [20] 黄文智,左新河.外用消瘰膏治疗甲状腺肿临床观察及护理[J].*湖北中医杂志*, 2007, 29(8): 46.

(责任编辑:郑锋玲)