

从“关阖枢”与经脉关系探析针刺治疗产后抑郁

黄银樱¹, 谭甜¹, 刘佳雯¹, 段礼宁², 何新芳¹

1. 广州中医药大学, 广东 广州 510405; 2. 广州中医药大学第一附属医院, 广东 广州 510405

[摘要] 关阖枢理论是《黄帝内经太素》中的重要内容之一, 指太阳太阴为关, 阳明厥阴为阖, 少阳少阴为枢。关阖枢理论阐释了手足三阴三阳的气化规律。本文基于关阖枢生理功能及病理变化与经脉的关系, 分析产后抑郁的病机为关阖不当、气血耗伤、虚瘀并见, 或枢阖不利、血不养心、神明失守; 故针刺治疗产后抑郁宜调太阴太阳与阳明关阖, 使精血聚生有度; 养厥阴少阴枢阖, 使气血布藏匀和。

[关键词] 产后抑郁; 关阖枢理论; 十二经脉; 气化规律; 病因病机; 针刺疗法

[中图分类号] R256.28 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2025) 18-0120-04

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2025.18.022

Analysis of Acupuncture for Postpartum Depression Based on the Correlation of the "Gate-Bolt-Hinge" Theory and Meridian

HUANG Yinying¹, TAN Tian¹, LIU Jiawen¹, DUAN Li'ning², HE Xinfang¹

1. Guangzhou University of Chinese Medicine, Guangzhou Guangdong 510405, China; 2. The First Affiliated Hospital of Guangzhou University of Chinese Medicine, Guangzhou Guangdong 510405, China

Abstract: The theory of gate-bolt-hinge is one of the important contents of *Huang Di Nei Jing Tai Su* (Grand Simplicity of 'The Yellow Emperor's Inner Classic'), which refers to Taiyang and Taiyin as the gate, Yangming and Jueyin as the bolt, and Shaoyang and Shaoyin as the hinge. The theory of gate-bolt-hinge explains the qi transformation rules of the three yin and three yang of the hands and feet. Based on the physiological functions and pathological changes of the gate-bolt-hinge and its correlation with meridians, this article analyzes the etiology and pathogenesis of postpartum depression as functional impairment of the gate-bolt leads to over-consumption of qi and blood, with deficiency and stasis coexisting; while impairment of the hinge-bolt function results in failure of the blood to nourish the heart, causing disturbance of mental activity. In the treatment of postpartum depression, acupuncture is recommended to regulate the gate-bolt of Taiyin-Taiyang-Yangming, enabling essence and blood to converge and generate normally; and to nourish the hinge-bolt of Jueyin-Shaoyin, thus promoting harmonious distribution and storage of qi and blood.

Keywords: Postpartum depression; Gate-bolt-hinge theory; Twelve meridians; Qi transformation rules; Etiology and pathogenesis; Acupuncture therapy

产后抑郁症(PPD)即现代医学的产褥期抑郁症, 是指产妇在产褥期出现以情绪低落为基本特征的一组精神障碍, 主要症状为抑郁、焦虑、心悸怔忡、

情绪低落、寡言、失眠等异常情绪, 同时兼见神疲乏力、纳少便溏、脘闷腹胀、面色苍白或晦暗等表现, 严重者可出现杀婴或自杀现象^[1]。目前, 国内外

[收稿日期] 2024-12-29

[修回日期] 2025-06-08

[基金项目] 广东省中医药局科研项目 (20241088)

[作者简介] 黄银樱 (1997-), 女, 在读硕士研究生, E-mail: 1093939875@qq.com。

[通信作者] 何新芳 (1971-), 女, 副教授, E-mail: xinfanghe@gzucm.edu.cn。

针对PPD患者主要采用抗抑郁药治疗,但其中一些药物成分可通过母乳转移到婴儿体内,影响婴儿健康。针刺具有有效、安全、及时、风险低等特点,为PPD患者提供了另一种治疗途径^[2-3]。根据PPD的临床特征,可将其归属于中医学郁证、脏躁等范畴,病位主要在心脑,与肝、脾等有关^[4]。笔者基于关阖枢与十二经脉等相关理论,对针刺治疗PPD的理论依据、治法选穴探讨如下。

1 关阖枢理论内涵

关、阖、枢是经络理论中的重要概念,最早出自《灵枢·根结》及《素问·阴阳离合论》。关、阖、枢本义是指门户上的三个部件。“关”即门栓,是主关闭和开启;“阖”即门扉,是门的主体,主防卫;“枢”即门轴,是主门的转动^[5]。而隋代名医杨上善在其所著的《黄帝内经太素》^[6]中总结前人基础上提出“关阖枢理论”,书中提到“是故三阳之离合也,太阳为关,阳明为阖,少阳为枢”“是故三阴之离合也,太阴为关,厥阴为阖,少阴为枢”,较好地解释了人体三阳三阴经的功能,并认为三阴三阳之间既互相独立,又互相影响。书中采用了“取类比象”的方法,借“关、阖、枢”来比喻经络之间分布方位和层次结构的关系,认为关、阖、枢是十二经脉及其相关的经别、经筋、络脉等气化的生理功能表现,“关折”“阖折”“枢折”是其病理变化^[7]。

2 三阴三阳与关阖枢

古代医家多把关阖枢用以比喻人体三阴三阳之气化规律,在关阖枢理论中,三阴三阳经脉在人体生理活动中分为内门和外门。

2.1 三阳为外门 关阖枢理论认为三阳为外门,其中太阳为关(门栓)、阳明为阖(门扉)、少阳为枢(门轴)。一者膀胱足太阳脉,主禁津液及于毛孔,故为关也。二者胃足阳明脉令真气止息,复无留滞,故名为阖也。三者胆足少阳脉主筋,纲维诸骨,令其转动,故为枢也。明代汪机在《读素问钞》中说:“太阳居表,在人之身如门之关,使荣卫流于外者固;阳明居里,在人之身如门之阖,使荣卫守于内者固;少阳居中,在人身如门之枢,转动由之,使荣卫出入内外也常。”因此,在外门中太阳可看作关,即门的横木;阳明即是阖,为门的主体;少阳比作枢,是门的门轴^[8]。

2.2 三阳经气化规律和病理表现 《二程遗书·第五》载:“万物之始皆气化;既形然后以形相禅,有形化。”指出气化是世间万物的结果。在三阳经的气化规律中,太阳主表为关,帮助人体阳气的出入;阳明主里为阖,具有聚合阳气的作用;少阳为枢,在外门的阳气出入聚合的过程中,都依靠少阳的枢机作用^[9]。《灵枢·根结》载有“关折则肉节殯而暴疾起矣”“阖折则气无以所止息而痿疾起矣”“枢折则骨繇而不安于地”,明确提出了三阳经气化异常为“折”这一概念,并阐述了太阳关折、阳明阖折、少阳枢折的病理表现。《灵枢·刺节真邪》提到“人气在外,皮肤缓,腠理开,汗大泄,血气减,肉淖泽”,认为当人体阳气浮越于外时,皮肤会变得弛缓,腠理开张,汗液外泄,血气衰减而致肌肉柔软、潮湿。由此可知当某一经的气化关系出现异常时,则会影响相关的经脉,故符合三阳经在人身表里内外的配合关系。

2.3 三阴为内门 关阖枢理论认为三阴为内门,其中太阴为关(门栓)、厥阴为阖(门扉)、少阴为枢(门轴)。一者脾足太阴脉主禁水谷之气,输纳于中不失,故为关也。二者肝足厥阴脉主守神气出入通塞悲乐,故为阖也。三者肾足少阴脉主行津液,通诸经脉,故为枢也。因此,在内门中太阴为关,厥阴为阖,少阴是枢。

2.4 三阴经气化规律和病理表现 《素问·阴阳离合论》曰:“阳予之正,阴为之主。”高度概括了阴阳在人体生理活动中的相互关系,阳气主发生,阴气主成形。三阳经系统主导阳气在人体的发散、温通、卫外等功能活动,三阴经系统则负责阴精的生成、转化与代谢。三阳(太阳、阳明、少阳)离合是阳气发挥功能活动的过程,三阴(少阴、厥阴、太阴)离合是阴精生化代谢的过程。《素问·玉机真藏论》提到“脾者土也,孤藏以灌四傍者也”,在三阴经的气化规律中,太阴开启收藏之门,向内输送精微物质;厥阴发挥聚合水谷之气的作用,最终化合精血;少阴协助阴气散布与化藏^[10]。《灵枢·根结》认为“关折则仓廩无所输膈洞者”“阖折则气弛而喜悲”“枢折则脉有所结而不通”,阐述了太阴关折、厥阴阖折、少阴枢折的病理表现。《医宗金鉴》云:“盖肝为木气,全赖土以滋培,水以灌溉。若中土

虚，则木不升则郁。阴血少，则肝不滋而枯。”说明了三阴经之间的相互关系，当太阴运作过程中出现异常，输送精微物质受阻，则形成“关折”。“关折”则提示厥阴聚合化生精血障碍，如果厥阴作用太过或不及，可影响太阴的输布，致太阴、厥阴、少阴三者产生病变。

《素问·生气通天论》载“是以圣人陈阴阳，筋脉和同，骨髓坚固，气血皆从，如是则内外调和，邪不能客，耳目聪明，气立如故”，阐述了中医整体观念下的健康和生理功能维持的理念。三阴三阳各为内外门上的不同部分，它们在气化运动中发挥着各自的作用，但关、阖、枢之间相互协调，相互作用，共同维持着正常的生理功能，缺一不可。

3 关阖枢与PPD病因病机

3.1 关阖不当，气血耗伤，虚瘀并见 女子生产耗血，而乳血同源，故产后哺乳可进一步加剧体内耗血情况，易造成产后妇女气血两虚^[1]。产后失血的同时也耗伤正气，气虚无以运血，血行不畅，致气虚血瘀，瘀血上攻，闭于心窍，神明失常；因此患者可出现抑郁、寡言、神疲乏力、面色晦暗等症状。这属于太阳气化功能失常的表现，即太阳“关折”，阳气不能正常出入输布于机体而产生“肉宛焦而弱”的现象。

产后气血虚弱，意味着人体精微物质缺乏致气血生化乏源，而脾虚气弱，太阴脾土居中央不能灌溉四傍，无法充养四肢百骸，故产妇常见神疲乏力、寡言；但若产后哺乳不当或进补过度，反而加重脾胃负担，耗伤脾气，脾气虚不能运化水谷，脾失健运，升降失常，从而出现纳少便溏、脘闷腹胀等“膈洞”症状^[12-14]。此乃太阴收藏之门的调节功能异常，即太阴“关折”，太阴向内输送精微物质过程失司，形成“仓廩无所输膈洞”的表现。

《素问·太阴阳明论》曰：“足太阴者三阴也，其脉贯胃属脾络嗌，故太阴为之行气于三阴。阳明者，表也，五藏六府之海也，亦为之行气于三阳。”认为脾可将胃中水谷之精气输送到手足三阴经，胃也能把太阴之气输送到手足三阳经，脾与胃为人体气机升降之枢纽、气血生化之源。脾与胃相互协调、相互为用，在形体中共同主宰着肌肉的生长、发育和功能。因阳明经多气多血，当其出现障碍时可扰乱人体气机，使气的推动作用与血的濡养作用减弱，

机体无法得到充分濡养，进而影响人的精神状态，可见情绪低落、疲乏无力、面色苍白、皮肉枯萎等“痿疾”症状。《灵枢·经脉篇》中对足阳明经脉“是动则病”的描述如“闻木声则惕然而惊……独闭户塞牖而处”等，此类似抑郁相关症状的描述是阳明气化“阖折”的结果。

3.2 枢阖不利，血不养心，神明失守 《临证指南医案》中有“女子以肝为先天”之说，肝主藏血，肝血充足可濡养肝及其形体官窍。《素问·调经论》认为“血有余则怒，不足则恐”，指出血的盈亏与情志密切相关。产后妇女肝血不足，不能化生及濡养肝气，导致肝气血亏虚，而出现焦虑、怔忡、疲乏无力、面色苍白等症状。肝主疏泄，以气为用，产后气虚，疏泄不及，升发无力，进而表现出精神抑郁、心悸怔忡等症状，这是肝气郁结、气机不畅所致厥阴经“阖折”所引发的“弛喜悲”状态。肝与心为母子关系，母病及子，当肝血亏虚时，会影响到心。心主血脉，产后血虚，心之气化不及，则不能化赤生血，则可见心悸怔忡、失眠、面色无华等症状。心为神之居，主神明，心脑统主诸神。若妇人平素思虑过度，加之产后失血过多，心血耗伤，致血不养心则神明失守，出现抑郁、焦虑、心神不宁、失眠多梦等症状，这是由于气血不能正常散布与化藏而致的少阴经“枢折”的病理表现。《灵枢·邪客》提到“心包代心受邪”，认为产后妇女气血不足，不能濡养清窍，致脑窍损伤，进而出现精神、思维、意识活动失常，神明失焉，这是由于心气不通、肝气抑郁不畅而致的厥阴经“阖折”的病理表现。

4 关阖枢理论指导针刺取穴治疗PPD

脾统血，肝藏血，心主血，因产后急性失血，加之哺乳，导致耗血太过，故影响阴经之太阴、厥阴、少阴的关阖枢功能；血为气母，急性失血太过必致耗气，故影响阳经之太阳、阳明的关阖功能。这启示了在应用针刺治疗PPD时，可从关阖枢与经脉的关系出发，把握好太阳、太阴、阳明、厥阴、少阴之间的关系，以期达到事半功倍的治疗效果。

4.1 调太阴太阳与阳明关阖，使精血聚生有度 PPD的病位之一在脑。督脉上行属脑，脑为元神之府，膀胱经与督脉交会于巅顶，故膀胱经亦与脑相关。《伤寒论》中有“人受气于水谷以养神”一说，指出人体通过摄取水谷食物后，经脾胃消化获取营

养物质,同时将营养物质转化为气血,进而滋养全身。故不仅水谷精微的化生气血与脾胃密切相关,脑部元神滋养也与脾胃息息相关。脾胃为气血生化之源,亦是气机升降之枢纽,太阳太阴主关,阳明主阖,阳明“阖”聚合阳气与太阴“关”输送精微物质共同发挥作用,阴阳关阖协调,气血生化有源,心神与脑神得到充分濡养。当脾胃功能正常则气血和、仓廪实,肌肉坚,而无神疲乏力、纳少便溏、脘闷腹胀等症状,故阴阳关阖正常,气机升降出入得当,精血聚合化生有度。

三阴交为多气少血之脾经上的腧穴,具有健脾益气、调和气血的作用。针刺三阴交可以发挥内门“关”的作用,使精微物质向内输送,脾气健运则可濡养四肢百骸,治疗神疲乏力、面色萎黄的病理表现。足三里为多气多血之胃经“阖”上的腧穴,也是足阳明胃经的合穴,产后气血亏虚,易生瘀滞,不能濡养心神,因此针刺之可使阳气正常聚合,调动气血,使气血运行,神得所养,对PPD患者情绪低落、疲乏无力、面色苍白等证候具有改善作用。心俞、肝俞分别为心与肝的背俞穴,二者位于膀胱经上。中医学认为“心藏神,肝藏魂”,百会为督脉的穴位,是督脉与足太阳经的交会穴,膀胱经起于目内眦,目内眦也是督脉的分支起点,心经循行“系目系”。故针刺心俞、肝俞、百会可调节脑神与心神,加强督脉、膀胱经与心脑的联系。由此可知,针刺三阴经与三阳经“关”与“阖”上的腧穴(如三阴交、足三里、心俞、肝俞、百会),可以使阳气出入正常,聚合有度,从而改善PPD患者抑郁、寡言状态^[15]。

4.2 补厥阴少阴枢阖,使气血布藏匀和 PPD的另一病位在心。心藏神,心经的循行路径与“目系”相关,肝经也有分支连于“目系”。“目系”指的是目与脑相连的组织,可见厥阴少阴二者循行均与目系有联系。少阴主枢,厥阴主阖,气血布散与化藏匀和,阴阳阖枢相应,故心神充沛,心情明朗,肝气疏泄得当。肝主藏血,化生血气,肝主疏泄,肝的气化正常,肝血化生充沛、肝气疏泄得当,则心情舒畅。

太冲是足厥阴肝经的输穴、原穴,处于三阴经中“阖”的位置,针刺之可以聚合阴血,血以载气,使气机疏泄得当,改善产后气滞血瘀的病理状态。

施红军^[16]研究表明,可通过揉太冲穴舒畅气机,改善PPD症状。心主神明,心气充沛,气化生血有源。神门是手少阴心经的输穴、原穴,内关是手厥阴心包经的络穴,神门与内关同取,即内门的“阖”与“枢”上的腧穴配伍,可以聚合水谷之气,使其布散与化藏得当,缓解焦虑、心悸怔忡、失眠等症状,从而达到心气充沛、喜悲得当的结果。

综上,关阖枢理论上揭示了人体三阴三阳之气化规律。关阖不当、枢阖不利是PPD产生的重要病因病机,根据关阖枢理论与经络关系,可以把握PPD的发生发展规律,从而为针灸治疗PPD提供新的思路。

[参考文献]

- [1] 谢幸,孔北华,段涛. 妇产科学[M]. 北京:人民卫生出版社, 2018.
- [2] 陆晓红,林虹,陈东升. 产后抑郁症的针刺干预治疗[J]. 针灸临床杂志, 2008, 24(7): 13-14.
- [3] 曹悦,曹伟,袁捷,等. 针刺治疗产后抑郁有效性和安全性系统评价[J]. 中国循证医学杂志, 2021, 21(8): 922-928.
- [4] 高树中,杨骏,赵吉平,等. 针灸治疗学[M]. 北京:中国中医药出版社, 2016: 8.
- [5] 许慎. 说文解字[M]. 北京:中华书局, 2013: 7.
- [6] 杨上善. 黄帝内经太素[M]. 北京:中医古籍出版社, 2016: 10.
- [7] 张水生. “关、阖、枢”理论与经络辨证[J]. 上海中医药大学学报, 2001, 15(1): 15-16.
- [8] 朱鹏举,鞠宝兆. 《黄帝内经》三阴三阳关阖枢说新论[J]. 北京中医药大学学报, 2016, 39(3): 193-195.
- [9] 贾成文,王宗柱. 论关、阖、枢理论与六经证治的关系[J]. 陕西中医学院学报, 2001, 24(4): 1-2.
- [10] 高寰宇,宋咏梅. 气化学说视域下三阴三阳开阖枢理论探析[J]. 中华中医药杂志, 2023, 38(12): 5691-5694.
- [11] 魏海燕,王君,邱晓玲,等. 产后抑郁症病因病机及中医针灸治疗进展[J]. 海南医学, 2022, 33(11): 1472-1475.
- [12] 周燕蓉. 产后抑郁的中西医研究进展[D]. 成都:成都中医药大学, 2006.
- [13] 陈雅萍. 产后从虚从实病机探析[D]. 南京:南京中医药大学, 2008.
- [14] 闫立彬. 基于中医古籍文献的产后情志异常病证源流及诊治特色研究[D]. 长沙:湖南中医药大学, 2023.
- [15] 王睿,张章,刘立安,等. 五脏神与足太阳膀胱经的紧密联系探析[J]. 安徽中医药大学学报, 2021, 40(1): 7-9.
- [16] 施红军. 揉四关穴结合心理治疗对产后抑郁的影响[J]. 浙江中医杂志, 2017, 52(1): 40.

[责任编辑:冯天保,蒋维超(英文)]