

中医情志疗法对新冠肺炎普通型的心理干预方法



陈敏^{1,*}, 何盈盈², 左振芹¹, 罗能先¹

¹ 贵州医科大学附属医院中医科, 贵州贵阳 550002

² 贵州省人民医院急诊科, 贵州贵阳 550001

摘要: 新型冠状病毒肺炎因其发病急、传染性强、传播途径多、病情变化快等特点, 长时间的隔离给新型冠状病毒肺炎患者及家庭造成了巨大心理压力和精神困扰。目的: 在疫情的防治过程中, 运用中医情志疗法对新型冠状病毒肺炎患者进行有目的引导, 劝解, 以便帮助他们可以尽快恢复身体及心理健康; 方法: 在与新型冠状病毒肺炎患者的交流, 根据患者的自身特点, 采用情志相胜法、移情易性法、语言疏导法、导引疗法、中药怡神法、中医音乐疗法等不同方法, 与患者进行有效沟通; 结果: 中医情志疗法可以消除患者紧张、焦虑、烦躁、易怒、失眠、恐惧、甚至抑郁等负面情绪, 可以增强“正气”, 保持“精神内守, 病安从来”的状态。

关键词: 新型冠状病毒肺炎; 中医情志疗法; 心理干预

DOI: 10.57237/j.cmrd.2023.04.001

Psychological Intervention of Emotional Therapy of Traditional Chinese Medicine on Common COVID-19

Chen Min^{1,*}, He Yingying², Zuo Zhenqin¹, Luo Nenxian¹

¹Traditional Chinese Medicine Department, Affiliated Hospital of Guizhou Medical University, Guiyang 550002, China

²Emergency Department, Guizhou Provincial People's Hospital, Guiyang 550001, China

Abstract: Due to the characteristics of novel coronavirus pneumonia, such as acute onset, strong infectivity, multiple transmission routes, rapid disease change, etc., long-term isolation has caused great psychological pressure and mental distress to novel coronavirus pneumonia patients and families. Objective: During the prevention and treatment of the epidemic situation, the emotional therapy of traditional Chinese medicine is used to guide and persuade the patients with novel coronavirus pneumonia purposefully, so as to help them recover their physical and mental health as soon as possible; Methods: According to the patients' own characteristics, we adopted different methods, such as emotional competition, empathy, language facilitation, guidance therapy, traditional Chinese medicine invigoration, traditional Chinese medicine music therapy, to communicate effectively with patients with novel coronavirus pneumonia; Result: Traditional Chinese medicine emotional therapy can eliminate negative emotions such as nervousness, anxiety, irritability, insomnia, fear, and even depression in patients, enhance the "positive energy", and maintain a state of "inner defense of the spirit, and peace of mind".

基金项目: 贵州省科技厅课题黔科合 ([2020]4Y200 号).

*通信作者: 陈敏, 410036680@qq.com

收稿日期: 2023-09-02; 接受日期: 2023-10-25; 在线出版日期: 2023-10-28

<http://www.chmedrd.com>

Keywords: Corona Virus Disease-2019, COVID-19; TCM Cognitive Therapy; Psychological Intervention

1. 引言

新型冠状病毒肺炎是因感染新型冠状病毒而引起急性传染病,简称新冠肺炎(Corona Virus Disease-2019, COVID-19) [1],该病具有发病急骤、病情较重、传染性强、传播途径多、病情变化快等特点,该病感染后常出现乏力,发热,以及如咳嗽、气促和呼吸困难等呼吸道症状,进一步发展为呼吸窘迫综合征、休克、脓毒血症等,甚至死亡[2],属于祖国医学中“疠气”又称“瘟疫”“疫毒”“毒气”“乖戾之气”等范围。此次突发的疫情,发病急,传染性强、传播途径多,不仅给中国政府和医疗卫生系统带来了严峻地挑战,长时间的隔离(普通型患者从确诊到出院根据第七版指南出院标准:出院时间在 8-36 天范围内,加上 14 天的隔离),尤其给核酸反复可疑和阳性的患者带来了巨大心理压力和精神困扰。如不能予及时有效的心理疏导,甚者会产生急性应激障碍,严重影响患者的生理和心理健康。笔者在鄂州雷山医院工作期间观察的新冠肺炎患者均为普通型,普通型的特点:咳嗽、气短、乏力,胸闷、胸痛,咽痛,鼻塞、流涕,腹泻等症,核酸检测阳性,胸部 CT 肺炎表现[2]。症状相对轻,以对症支持治疗为主,暂无特效药,但普通型患者紧张、焦虑、烦躁、易怒、失眠、恐惧、甚至抑郁等负面情绪较为明显。中医学历来强调“心身合一”的整体观,重视情志变化对于机体生理及病理变化的影响,予中医情志疗法来减轻、消除患者的紧张、焦虑、烦躁、易怒、失眠、恐惧、甚至抑郁等负面情绪,可以帮助患者增强“正气”,尽快达到“精神内守,病安从来”的状态。

2 新冠肺炎发病的致病因素

新冠肺炎患者临床表现:以发热、咳嗽(干咳),全身乏力为主,有明确接触史、症状相似、传染性强的特点与《黄帝内经》“五疫之至,皆相染易,无问大小,病状相似”中“瘟疫”特点相符合;《温疫论 原序》记载:“夫温疫之为病,非风、非寒、非暑、非湿,乃天地间别有一种异气。”又有“疫者,感天行之疠气也”,明确提出瘟疫发病乃疠气所为。疫病的致病特点:(1)多从口鼻而入;(2)易于流行,传染性强;(3)一气一病,症状相似;(4)发病急骤,变化快,病情重,复杂多变;瘟

疫虽因疠气为病,其临床表现常常因兼夹湿、热、风、寒、燥等不同邪气而临床表现各异,但疫疠之气最易与重浊、黏腻的湿邪合而为病,致使病情复杂多变。其因不外有二,其一:湿邪秽浊最易侵袭人体,湿为阴邪,易伤阳气,阻遏气机,清 陆子贤《六因条辨》说:“夫湿乃重浊之邪,其伤人最广。”湿邪重浊、黏滞,易阻滞气机,气不行则湿不化,胶着难解,起病缓、易致病情缠绵难愈、病情反复发作,其最易夹杂他邪为患。正如《温热逢源》所云:“殊不知温疫之邪,从口鼻吸受,所受者湿秽之邪,藏于募原,则发为寒热、痞闷、呕恶等证”;《温病条辨》“温疫者,疠气流行,多兼秽浊,家家如是,如役使然也”所说。其二,潮湿的环境易致瘟疫横行,湿为土气,土可承载万物,疫疠之气易合湿邪兼夹致病,《温病条辨》所云:“盖土为杂气,寄旺四时,藏垢纳污,无所不受,其间错综变化,不可枚举。”湿为阴邪,易伤脾阳,困阻气机,湿邪困脾致使脾阳受损,运化失常,气血生化乏源,正气受损,《素问 评热病论》曰:“邪之所凑,其气必虚”,正气不足,正不胜邪则易染瘟疫。

从其发病地点、发病时间来看,首发地位于长江流域,市内江河纵横,2019 年冬季相较于往年,气温较高,应寒反热,加之阴雨绵绵,易致湿邪久稽留人体,正如朱丹溪所言:“春应温而反寒,……,冬应寒而反温,此乃非其时而有其气。如《伤寒指掌》中所评:“天时寒湿,病多寒疫、湿疫”。新冠肺炎的发病地点、发病时间决定了新冠病毒之“疫气”具有明显“湿”的特点,属于湿邪为主的“疫病”范畴,湿邪致疫指感受湿邪而发的疫病毒邪,亦称之为“湿毒疫”。中医湿邪的致病具有重浊、黏滞的特点,从病程上看新型冠状病毒肺炎具有多缠绵难愈,病程较长的特点;湿为阴邪,易阻滞气机,损伤阳气。脾主运化,寒湿困脾,损伤脾阳,运化失常,导致水湿内停,痰湿内生,上迫于肺,可见咳嗽,咯痰,胸闷,胸痛,下走肠道,可见腹泻。寒湿困脾,运化水谷失常,气血生化乏源,可见气短、乏力。因此新冠肺炎的病机是湿寒疫毒与伏燥搏结,壅塞肺胸,致气机痹阻[3]。新冠肺炎患者病情反复发作,胶着难解,缠绵难愈的原因在于湿热粘

滞,易困阻气机,气不行则湿不化。湿毒疫邪遏阻卫气为主要病理变化,病在肺卫;随着正邪交争,卫表症状逐渐减退,气分症状逐渐显露,病在脾胃。因此,新冠肺炎的基本病机为“湿邪困脾闭肺”。

3 中医情志疗法

3.1 情志与五脏的关系

中医重视“心身合一”的整体观理念,《黄帝内经》把五志即怒、惊恐、喜、忧悲、思与五脏功能联系起来,形成“五脏五志”学说,“人有五脏化五气,以生喜、怒、悲、忧、恐,”即怒伤肝,喜伤心,忧思伤脾,悲伤肺,惊恐伤肾,《素问·六微旨大论》云:“出入废则神机化灭,升降息则气立孤危。故非出入,则无以生长壮老已;非升降,则无以生长化收藏。是以升降出入,无有不有”,可见脏腑的功能活动以气机调畅为基础。《景岳全书》云:“食息之常,孰不以五志为生,孰不以五志为用,未闻以五志之动皆为火也。”因此适度的情绪是脏腑功能的外在体现,过度的情绪则影响脏腑功能。患者面对疫情产生紧张、焦虑、烦躁、易怒等负面情绪,可提高患者对环境的适应和应付能力。但长期处于过度反应或过度紧张状态,则会减人的免疫系统的功能[4]。

3.2 情志变化与疾病的关系

《素问·举痛论》云:“余知百病生于气……悲则气消,恐则气下……思则气结。”情志过极易导致脏腑气机逆乱、升降失调,从而导致疾病的发生,此谓“精神内伤,身必败亡”;反之,五脏功能异常也可出现情志的改变,如脾气主升,主运化,脾气主升,为气机升降的枢纽,思虑过度,损伤脾气,脾气郁结,运化失职,气血生化乏源则会出现,气短、乏力,运化水湿失常,则会出现腹胀、腹泻;肝主疏泄,调畅情志,喜条达而恶抑郁,当肝脏功能异常时,气机疏泄失常,则会出现情志不畅,故郁证病位主要在肝;因此良好的精神心理状态对于预防疾病的重要作用,如《黄帝内经》云:“恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来”。

3.3 中医情志疗法

中医情志疗法最早见于《黄帝内经》,是一种运用中医学理论,通过语言或非语言因素,对患者进行训

练、教育和治疗,用以减轻或消除疾病或其他因素导致的情绪不畅、或因情志不畅日久而产生的身体不适,从而达到治疗疾病的目的一类心理疗法。主要包括情志相胜法、移情易性法、言语疏导疗法、导引疗法、中医音乐疗法等[5, 6]。

4 新冠肺炎对患者情绪的影响

《素问·举痛论》提出:“百病生于气……悲则气消,恐则气下……思则气结。”此次新冠肺炎疫情持续时间之长,传染性之强,加上长时间的隔离(普通型患者根据第七版指南出院标准:在8-36天达到出院标准,加上14天的隔离);缺少沟通、交流,缺少关爱;和自己一起入院的患者先出院;或者反复核查核酸结果可疑或阳性;有的患者,一个家庭,几个人同时感染,有的病重去世了,有的不在同一医院,在同一个医院的不在同一个病区,这些因素易诱发患者产生应激反应(应激反应是个体在危机情境下生理、心理、行为的综合反应)再经历警觉期、抵抗期、枯竭期这3个阶段的变化,易导致认知、情绪和行为受到影响;过度应激时则见紧张、焦虑、烦躁、易怒、失眠、恐惧、甚至抑郁等负面情绪的表现、躯体化反应等社会心理及行为反应,情志变化尤以悲伤、惊恐多见[7-9]。

5 新冠肺炎普通型患者如何进行心理调适

运用中医情志疗法,结合患者自身情况选用合适的调理方法是非常重要的,遵循“身心合一”的整体观原则,因人制宜,通过对患者心理、生理及环境因素综合考虑,溯本求源,找到不良情绪的根本原因,辨证施治,以期达到未病先防,已病防变的效果。

5.1 情志相胜法:(又称“五志相胜法”)

五志相胜的理论源自五行生克制化理论即“悲胜怒”、“恐胜喜”、“怒胜思”、“喜胜忧”、“思胜恐”[10];在新冠肺炎疫情影响下,患者的情绪以惊恐、悲忧的情绪为主,根据五志相胜的理论应以思虑、喜乐的情绪来平衡。有研究证实,“思胜恐”对广泛性焦虑有明确疗效[11]。尽量使患者避免单一情绪过激,宜以多种情绪或以平常心视之,达到情志平和、气机平衡。在病区,“U”封闭空间内,相对压抑;对于因“思、恐、

焦虑”导致的不良情绪, 中医认知疗法通过改善患者对疾病的认知, 进而消除患者紧张、焦虑的情绪, 达到治疗疾病的效果。《灵枢 师传》曰: “人之情, 莫不恶死而乐生, 告之以其败, 语之以其善, 导之以其所便, 开之以其所苦, 虽有无道之人, 恶有不听者乎?” 所以, 医护查房时, 尽量予鼓励的言语, 语气和蔼, 把鄂州当天疫情控制的最新情况, 让患者感到每天疫情在逐步控制中, 把有好转的检查结果、化验结果及时告知患者, 减轻患者担忧; 我们的医护人员查房时, 了解到患者长时间隔离, 基本洗漱用品不足, 医护人员把分发给自己的生活物资, 拿一部分出来送给有需要的患者或者请所在酒店志愿者帮忙外购患者生活中所需的生活物品, 解决患者的后顾之忧。

5.2 移情易性法

移情易性法: 是指通过分散患者注意力、转移思想焦点以减少不良刺激接触, 或通过学习、交流等改变错误的认知, 达到改变不良性情状态及生活状态的目的[12]。新冠肺炎疫情影响下, 很多患者在长期“U”封闭空间内, 我们根据患者及病区的具体情况: 每天下午消毒时间安排患者, 在过道上散步, 出病房透透气, 适当锻炼; 有的阿姨会打毛衣打发时间, 有的患者会画漫画, 就找来纸笔鼓励他, 让他在不疲劳的情况下, 把自己所想用漫画记录下来, 有的患者喜欢唱歌, 我们的护士就带着他们唱些欢快的歌。通过这些方式将他们的注意力投注到自己喜欢的事物上, 来保持身心的愉悦、放松, 释放压力, 尽量减少因疫情而产生的恐慌焦虑情绪中[13]。

5.3 语言疏导法亦称开导释疑法

是指通过言语交流的方式进行情绪疏导, 消除致病心因, 纠正不良情绪与情感的心理治疗方式。在病区, 查房时, 医患之间言语疏导的方式最为常用。每天查房时, 管床的医师, 会把患者前一天的所完善的相关检查及时告知患者, 及时把患者所担心的问题解释清楚, 有什么检查或出院的提前告知患者, 让患者有心理准备; 如果查房时没有忘了没有说的, 可以通过微信在医患沟通群, 联系管床医生或值班医生解决; 鼓励患者适当看看电视, 让他们了解当地疫情、武汉疫情和全国疫情的情况, 尤其是针对核酸反复可疑和阳性的患者, 通过他们的检查结果, 临床症状改善情况, 每日疫情报告、战疫情等说服性和权威性的

报道, 让患者相信事物会向着好的方向发展[14]。鼓励患者树立坚定信念, 增强信心, 积极配合治疗, 争取早日康复。

5.4 导引疗法 (中医传统功法)

是在中医的整体观念、经络理论、脏腑理论指导下结合传统的运动方法形成的一种便于实践和学习的养生功法, 以此来防病治病, 其中以太极拳、八段锦为主的中医导引养生法, 以求达到“调身、调息、调心”三者合一。《素问 上古天真论》强调“恬淡虚无, 真气从之, 精神内守, 病安从来。”因病区条件限制, 考虑患者不能太累, 我们利用患者午休后, 病房消杀时间, 组织患者练习中低强度有氧运动, 动作轻柔缓的八段锦、太极, 或者散散步, 避免患者劳累。有报道, 练习八段锦能够活动全身肌肉关节、改善心肺功能, 改善新陈代谢、促进血液循环及调节心理情绪, 从而提高人体各项生理功能[15]。

5.5 中药怡神法 (中药香囊)

是根据中药理论芳香药物有“通经走络、开窍透骨”的作用, 通过口鼻吸入、皮肤和经络穴位吸收, 达到疏通脏腑经络, 对人体进行整体调节, 来发挥避秽浊、防御疾病的功效。《山海经》曰: “佩之可以已疢”, 明《本草经疏》言: “芳香之气, 能避一切恶邪”。因此佩戴香囊防疫在中国具有悠久历史。2020年2月1日武汉市卫健委官网发布的《武汉市新型冠状病毒感染的肺炎中医药居家预防推荐方案》[16], 新冠肺炎的病机关键为是湿寒疫毒。寒湿邪气, 易困脾, 损伤脾阳, 运化无权, 水湿内停, 芳香类的药物具有辛散, 化湿醒脾、开窍醒神、疏风解表、调养心神之作用, 对患者养心安神、改善抑郁之用。我在病区发放的香囊, 是我科医护人员出发援鄂时赶制的。配方中有细辛、石菖蒲、羌活、佩兰、苍术、藿香、白术、防风等芳香类药物。《神农本草经》记载细辛“主咳逆……风湿痹痛”, 不仅适用于外感风寒, 其“辛热, 温阴经, 散水寒, 治内寒”的作用尤其针对新冠肺炎的寒湿病机有效; 现代药理研究表明细辛具有解热镇痛作用。有报道称苍术抗流感病毒的作用[17]; 藿香辛温之性解在表之邪, 又取其芳香之性化在里之湿浊, 不仅如此, 根据王磊等[18]研究显示, 藿香具有抗菌、抗病毒以及调节免疫的作用; 白术炒用主要取其能增强补气健脾止泻之功效, 白术具有抗炎、调节胃肠功能、抗抑郁等作用[19]; 防

风为辛温解表药。多项研究均表明, 防风具有显著的解热作用, 防风还具有抗炎、调节免疫的作用, 可增强患者免疫能力, 抵抗病毒入侵[20]。苍术苦温燥湿以祛湿浊, 辛香健脾以和脾胃, 现代药理研究[21]表明苍术挥发油有明显的抗副交感神经介质作用, 小剂量苍术挥发油对中枢神经系统有镇静安神作用; 佩戴香囊虽是端午民俗, 中医认为是一种预防瘟疫的方法, 类似于《黄帝内经》治未病理念。中药香囊对空气中自然菌有一定的清除作用, 并有随药物作用时间的延长而清除率增加趋势。发放给患者的香囊, 嘱患者贴身携带或放床头, 以便吸收, 放置 3-5 天抖动一下, 利于有效成分释放。现代研究也表明芳香类的药物可以抑制病毒、细菌的增生, 提高增强自身免疫力的作用[22]。

5.6 中医音乐疗法

中医音乐疗法:是将中医五行学说中“五音理论”和人体脏腑、情志等相关理论进行有机结合, 用以调养身心、防治疾病的一种外治疗法。[23]反映了中医“天人合一”的整体观思想。因为病区条件限制, 我们选择一些轻松、愉快、舒缓的音乐。据研究优美动听的旋律、明朗轻快的乐曲, 在神经和体液调节双重作用下, 使一些神经递质的分泌和转化发生了改变, 进而使机体的内环境趋于稳定, 恢复机体生理平衡, 增强机体的免疫力[24, 25]。轻松、愉快的音乐有助于消除受试者的疲劳, 使患者感到精神焕发, 而优雅、节奏缓慢的音乐会使患者产生放松感, 具有镇静、镇痛及降低血压的作用[26]。

6 结语

目前新冠肺炎已得到有效控制, 下一阶段的工作重点是无症状患者防治工作。我们在新冠肺炎普通型患者防治工作中发现, 他们长时间与家人隔离, 缺少交流、缺少沟通有关, 症状不重, 但是紧张、焦虑、过度焦虑、失眠、恐惧、甚至抑郁等负面情绪比较明显。新冠肺炎的治疗, 主要以药物对症支持治疗, 暂时无特效药, 中医情志治疗在防治新型冠状病毒感染的肺炎中起到积极的作用, 尤其是对新冠肺炎普通型、轻型和无症状感染患者的防治工作中。中医情志治疗可以使患者保持良好的心理状态, 缓解焦虑情绪, 转移注意力, 增强自身免疫力, 起到未病先防, 已病防变的作用。

参考文献

- [1] 新华网. 世卫组织将新冠肺炎命名为“COVID-19” [EB/OL]. (2020-02-11) [2020-02-21]. http://www.xinhuanet.com/world/2020-02/12/c_1125561389.htm.
- [2] 医政医管局. 关于印发新型冠状病毒肺炎诊疗方案(试行第六版)的通知, [EB/OL]. (2020-02-19) [2020-02-21]. <http://www.nhc.gov.cn/yzygj/s7653p/202002/8334a8326dd94d329df351d7da8aefc2.shtml>.
- [3] 陈敏, 何盈盈, 左振芹等. 鄂州地区新型冠状病毒肺炎患者临床特征及中医证候分析 [J]. 亚太传统医药, 2022, 18(10): 135-138.
- [4] 尹文刚, 林文娟. 心理应激与相关疾病的发生和治疗 [J]. 中国临床康复, 2002, 6(17): 2514-2515.
- [5] 张亚男. 浅论《内经》中的情志疗法 [J]. 社会心理科学, 2012, 27(5): 122-124.
- [6] 张琦, 胡真. 中医情志疗法在创伤后应激障碍中的应用 [J]. 湖北中医药大学学报, 2019, 21(3): 50-53.
- [7] 阮鹏, 伍兴阶, 祁红等. 灾后群众情志特点与中医情志疗法干预 [J]. 中华中医药杂志, 2014, 29(10): 3279-3282.
- [8] 钱铭怡. 变态心理学 [M]. 北京: 北京大学出版社, 2018: 331.
- [9] 陈萍. 浅析突发公共卫生事件中的社会焦虑心理: 以 SARS 为例 [J]. 医学与社会, 2005, 18(11): 41-43.
- [10] 黄帝内经素问 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 2011: 1-3, 130-134.
- [11] 徐蕊, 孔军辉, 杨秋莉, 等. 广泛性焦虑障碍“思胜恐”情志治疗思路探讨 [J]. 中医杂志, 2017, 58(10): 836-840.
- [12] 柏久莲, 马天牧, 汪永胜, 等. 调气法结合情志疗法论治中风后抑郁 [J]. 环球中医药, 2019, 12(11): 1685-1687.
- [13] 崔志义, 王磊, 崔健, 等. 论中医心理治疗 [J]. 辽宁中医药大学学报, 2010, 12(3): 49-50.
- [14] 佟欣, 赵法政, 左军, 等. 中医心理暗示疗法的来源及医疗应用 [J]. 中国医药导报, 2015, 12(16): 149-152.
- [15] 文水珍, 莫佳琪, 刘毅, 等. 基于中医学理论的八段锦对大学生血脂和生理功能的影响研究 [J]. 湖南中医杂志, 2016, 32(12): 10.
- [16] 武汉市卫生健康委员会. 我市出台新型冠状病毒感染的肺炎中医药居家预防推荐方案 [EB/OL]. (2020-02-01) [2020-02-07]. <http://wjw.wuhan.gov.cn/front/web/showDetail/2020020109319>.

- [17] 石书江, 秦臻, 孔松芝等. 苍术抗流感病毒有效成分的筛选 [J]. 时珍国医国药, 2012, 23(3): 565-566.
- [18] 王磊, 李跟旺. 广藿香抗菌消炎调节免疫作用的最新研究 [J]. 西部中医药, 2018, 3 (2): 138-140.
- [19] 顾思浩, 孔维崧, 张彤, 等. 白术的化学成分与药理作用及复方临床应用进展 [J]. 中华中医药学刊, 2020, 38(1): 69-73.
- [20] YANG J M, JIANG H, DAI H L, et al. Feeble antipyretic, analgesic, and anti-inflammatory activities were found with regular dose 4'-O- β -D-glucosyl-5-O-ethylvisamminol, one of the conventional marker compounds or quality evaluation of *Radix saposhnikoviae* [J]. Pharmacogn Mag, 2017, 13(49): 168.
- [21] 于艳, 贾天柱, 吴振起, 等. 麸炒茅苍术挥发油抗 LPS 诱导 HCoEpiC 炎症损伤的作用 [J]. 时珍国医国药, 2021, 32(5): 1134-1139.
- [22] 张乃舒, 王佩娟. 芳香疗法辅助治疗产后抑郁症的设想研究 [J]. 浙江中医药大学学报, 2014, 38(11): 1346-1348.
- [23] 邵丹, 潘聿, 张丹. 中医五音理论用于治疗疾病及养生概述 [J]. 云南中医学院学报, 2011, 34(6): 62—66.
- [24] 赵志欣. 音乐治疗在神经症治疗中的应用 [J]. 中国健康心理学杂志, 2010, 18(11): 1303—1305.
- [25] 陈蕾, 陶洪梅, 李红等. 音乐治疗干预自闭症儿童临床效果的实证研究 [J]. 重庆医学, 2010, 39(18): 2481-2482, 2485.
- [26] 赵惠敏, 潘恒玲, 张玉凤. 背景音乐在手术中的应用 [J]. 吉林医学, 2006, 27(10): 1266.