

中医体质、人格特质与焦虑的关系探讨*

——广州 268 名大学生问卷调查分析

□赵燕平** (华南师范大学光子中医学实验室 广州 510631)
(国家中医药管理局中医药与光子技术实验室)

陈灿锐 (华南师范大学教育科学学院心理系 广州 510631)

龚成 李丽君 (华南师范大学医院中医科 广州 510631)

刘艺 余超 葛殊 蔡何青

(华南师范大学光子中医学实验室 广州 510631)

摘要:目的:讨论中医体质、人格特质与焦虑之间的关系。方法:采用问卷调查法对 268 名大学生进行体质、人格特质、焦虑测量,并对调研资料进行差异检验、相关和回归分析。结果:(1)焦虑组体质显著差于正常组体质,且两组人格特质有显著差异;(2)焦虑与气虚、阳虚、阴虚、痰湿、湿热、瘀血、气郁和特禀存在显著正相关;与神经性、随和性、严谨性存在显著相关;(3)回归分析发现正常组中,焦虑=0.205×气郁质+0.290×神经质+0.172×气虚质+0.147×阴虚质;焦虑组中,焦虑=0.202×痰湿质+0.317×神经质+0.330×特禀质。结论:焦虑同时受体质和人格特质的影响。

关键词:中医体质 人格特质 焦虑

doi: 10.3969/j.issn.1674-3849.2010.03.012

焦虑症又称焦虑性神经症,它是以持续性紧张、担心、恐惧或发作性惊恐为特征的情绪障碍,伴有植物神经系统症状和运动不安等行为特征。现代医学认为,本病与个体生物学特征、社会心理因素有关。随着现代社会工作、人际关系、经济压力等诸多因素作用的加剧^[1],焦虑症发病率呈上升趋势。据有关的调查结

果显示,大中学生群体中相关焦虑抑郁情感障碍的检出率可高达 18%~36%,其中约 10%的患者会产生自杀倾向,可能对社会造成无法挽回的损失^[2]。

对焦虑症病因病机的认识,各医家共识为焦虑症主要与外界环境刺激、七情内伤、个体素质遗传因素有关,主要是心脾肝肾功能失调,气血失和而成。此外,认为焦虑症所涉及的病理情况有气郁、痰热、阴虚火旺、阳虚;涉及脏腑有心、肝、脾、肾,或单一脏

收稿日期:2009-11-29

修回日期:2010-01-22

* 广东省中医药局建设中医药强省科研课题项目(2008397):多光束中医信息治疗仪亚健康干预对皮肤微循环指标影响,负责人:赵燕平;
广东省中医药局建设中医药强省科研课题项目(2009453):热断层扫描技术在反复呼吸道感染患者望诊与中医辨证中的应用研究,负责人:赵燕平。

** 联系人:赵燕平,副教授,硕士生导师,主要研究方向:中医与心理分析技术结合治疗心身疾病研究与仪器研发,Tel:020-85213897-8709,
E-mail:zhongyiysh@yahoo.com.cn。

腑受累,或多脏腑受累;致病的病因和病机既可单一也可混合^[3-4]。相关的临床科研有关工作显示,焦虑症中医证型较多,且有较多的中医复合证型存在,脉证不符的情况较为多见,研究者提出各证型的辨证要点应通过分析治疗反馈予以确定,而不能完全照搬教科书中焦虑症相关疾病辨证方法^[1,3]。

由于影响焦虑的因素比较复杂,可能同时受心理、生理的影响,而采用的诊断标准主要以医生个体经验为主,缺乏标准化,导致临床报告结论不一。因此,从心理和生理角度,通过标准化客观诊断将有利于深入、准确的研究焦虑成因。

中医体质是人群及个体在遗传的基础上,受环境的影响,在其生长、发育和衰老过程中形成的代谢、机能与结构上相对稳定的特殊状态。疾病发生的内因,往往是决定整个疾病发展过程与类型的重要因素之一,并有利于对疾病状态的深入认识^[5-6]。结合中医体质和心理学的5大人格对焦虑的根本成因进行研究,将会对焦虑的成因形成新的认识途径。

一、研究方法

1. 研究对象

对华南师范大学、暨南大学、华南理工大学学校大学生进行调查,共发300份问卷,收回283份,回收率为94.33%,剔除乱答、错行、漏选等无效问卷15份,得有效问卷268份,其中男性105人占40%,女性163人占60%,平均年龄为21±2岁。

2. 研究工具

(1) 体质量表。

采用王琦编制的中医体质量表^[6],结果表明该量表具有信度和效度,9个因子内部一致性为0.72~0.80^[1]。

(2) 人格5因素问卷^[7]。

该量表分为5个维度:神经质、外向性、开放性、随和性、严谨性,采用五点计分。

(3) 自评焦虑量表(SAS)。

该量表采用汪向东《心理卫生评定量表手册》^[8]。

二、结果与讨论

1. 正常与焦虑组的体质与人格特质差异比较(见表1)

机体是情感活动的生理基础,神舍于心,七情和五志与五脏相联系。一方面,个体体质有偏颇,则五

脏的功能不能正常运行,容易出现情绪上的异常。另一方面,焦虑不安,情志太过,如焦虑过度,惊恐不安,损伤五脏,从而损伤人的体质^[9]。

对正常组和焦虑组的体质和人格特质进行差异检验,结果显示,正常组与焦虑组在平和质得分上无显著差异,而在气虚质、阳虚质、阴虚质、痰湿质、湿热质、淤血质、气郁质和特禀质等体质类型上,焦虑组得分显著高于正常组,说明焦虑患者比正常人的体质差,症状较为明显。体质较差的人,心理承受能力较差,适应能力较弱,在精神刺激下,容易表现紧张、烦躁、焦虑、苦闷等适应不良的情绪。

2. 中医体质、人格类型与焦虑的相关分析

气虚、阳虚、阴虚、痰湿、湿热、淤血、气郁、特禀与焦虑呈显著正相关,这说明体质越差的人,他们的焦虑水平越高。原因可能是偏颇体质,正气较弱,脏腑功能不能正常的运行,御邪抗病修复能力差,容易出现焦虑。

神经性与焦虑呈显著正相关,这可能是情绪越不稳定,对社会的适应能力越差,则焦虑水平越高;随和性、严谨性与焦虑呈显著负相关,越随和、越认真负责,焦虑的水平越低。

3. 中医体质与焦虑的相关分析(见表2)

平和质与焦虑之间相关不显著,而气虚质、阳虚质、阴虚质、痰湿质、湿热质、淤血质、气郁质、特禀质与焦虑呈显著正相关,说明体质越差,焦虑程度越强。

表1 正常与焦虑组的体质与人格特质差异比较

体质与特质	M _{正常} ±SD _{正常}	M _{焦虑} ±SD _{焦虑}	t	p
平和质	25.59±2.29	25.84±2.22	-0.825	0.410
气虚质	19.27±3.00	21.90±2.98	-6.591	0.000
阳虚质	19.43±4.38	23.04±4.96	-5.951	0.000
阴虚质	19.20±4.06	22.25±4.81	-5.344	0.000
痰湿质	16.60±3.81	20.85±4.15	-8.148	0.000
湿热质	22.01±5.10	25.30±4.58	-5.006	0.000
淤血质	18.91±4.53	23.49±4.36	-7.686	0.000
气郁质	16.41±3.79	20.67±3.62	-8.564	0.000
特禀质	12.96±3.74	15.81±4.34	-5.449	0.000
神经质	31.94±7.02	38.83±5.88	-7.738	0.000
外向性	38.28±6.76	35.49±5.80	3.232	0.001
开放性	38.44±4.60	37.72±4.02	1.208	0.228
随和性	43.68±4.37	41.03±5.31	4.256	0.000
严谨性	42.42±6.05	38.33±5.25	5.288	0.000

4. 人格 5 因素与焦虑的关系分析 (见表 3)

神经质与焦虑呈显著正相关,即情绪越不稳定,越敏感,则焦虑的水平越高;外向性、随和性、严谨性与焦虑呈显著负相关,即越性格外向开朗、越随和、越认真负责,那么他们的焦虑水平越低。

5. 中医体质、人格 5 因素对焦虑的回归分析 (见表 4)

对于正常水平焦虑程度而言,气郁质、阴虚质和气虚质类型的人,体质类型越明显,则他们的焦虑水平就越高,人格特质上,神经性特质越高,相应的焦虑程度越高;对于焦虑症的患者,特禀质和痰湿质类型的人,体质类型越明显,则其焦虑症的程度越严重,在人格特质中,神经性越高,焦虑症的程度越严重。

气郁质、神经质、气虚质和阴虚质 4 个变量共能够预测正常人焦虑水平的 35.3%, 可用方程表示为: 焦虑=0.205×气郁质+0.290×神经质+0.172×气虚质+0.147×阴虚质。痰湿质、神经性、特禀质 3 个因素能够预测焦虑病人焦虑程度的 33.1%, 可以用方程表示为: 焦虑=0.202×痰湿质+0.317×神经质+0.330×特禀质。

痰湿质、神经质和特禀质对焦虑症的影响机制如下:对于焦虑症的患者,特禀质、痰湿质和神经性能预测焦虑症的严重程度。焦虑=0.202×痰湿质+0.317×神经质+0.330×特禀质,我们认为特禀质是由于先天禀赋不足和禀赋遗传等因素造成的一种特殊体质。由于先天不足,适应能力差,性情较为怪异,外界刺激容易引起紧张焦虑。

神经质高的人,性格比较敏感,在乎他人评价且自我评价低,症状更为严重。此外,神经高,情志长期处于剧烈的波动中,则容易使症状病情加重,不利于调动主观能动性战胜疾病。

三、结 语

精神分析理论认为,症状是躯体与心灵的连接桥梁,无意识的欲望和冲突转化为躯体症状;焦虑既

表 2 中医体质与焦虑的相关

症状	平和	气虚	阳虚	阴虚	痰湿	湿热	淤血	气郁	特禀
焦虑	0.064	0.505***	0.380***	0.415***	0.554***	0.434***	0.524***	0.605***	0.399***

注: * P<0.05, ** P<0.01, *** P<0.001。

表 3 人格 5 因素与焦虑的相关

症状	神经质	外向性	开放性	随和性	严谨性
焦虑	0.584***	-0.274***	-0.077	-0.295***	-0.372***

注: * P<0.05, ** P<0.01, *** P<0.001。

表 4 正常组与焦虑组影响焦虑水平的回归分析

分组	选出顺序	R	R ²	ΔR ²	β	t	p
正常组 (n=187)	气郁	0.506	0.256	0.252	0.205	2.521	0.013
	神经	0.561	0.315	0.308	0.290	3.941	0.000
	气虚	0.590	0.348	0.337	0.172	2.440	0.016
	阴虚	0.606	0.367	0.353	0.147	2.328	0.021
焦虑组 (n=81)	痰湿	0.411	0.169	0.158	0.202	1.908	0.050
	神经	0.490	0.240	0.221	0.317	3.272	0.002
	特禀	0.575	0.331	0.305	0.330	3.220	0.002

有人格因素,又有体质因素。因此,对于焦虑的治疗,兼顾体质与心理方面的因素为临床治疗所应关注。辨明焦虑患者的体质类型,采用针对性不同治疗,结合心理治疗。针对情绪不稳,敏感不安,可以采用传授一些放松的技术或针对焦虑的问题,制订完成的计划等,以达到心身调整的目的^[10-11]。中医药在整体观念和辨证论治的指导下,能把握疾病性质,跟踪证的变化,及时针对新出现的证候进行辨证治疗,而且还可充分考虑患者的心理等因素;在治疗中坚持治病求本、扶正祛邪、调整阴阳、因时、因地、因人制宜等原则,以求在不干扰人体正常生理过程的同时最大限度地改善临床症状^[12-13]。

参考文献

- 1 朱晓旭,谢鸣.焦虑症中医药治疗研究现状.北京中医药大学学报,2002,25(3):62-65.
- 2 王文娟,马绍斌,范存欣,等.广州大学生睡眠质量及其影响因素分析.中国学校卫生,2005,26(6):470-471.
- 3 杨春霞,李涛.焦虑症的中医证候临床分析.北京中医药大学学报,2006,13(1):4-7.
- 4 崔中芹.中西医结合治疗焦虑性神经症 87 例临床观察.山东医药,2005,45(26):53.
- 5 匡调元.人体新系猜想匡调元医理论.上海中医药大学出版社,2004:142.
- 6 王琦.中医体质学.人民卫生出版社,2005:62-63.
- 7 朱燕波,王琦,折笠秀树.中医体质量表的信度和效度评价.中国行为医学科学,2007,16(7):651-654.

- 8 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册增订版.中国心理卫生杂志社,2001:106~107.
- 9 区永欣.中医病机学.广东高等教育出版社,1988:75~76.
- 10 田峰. 常见精神疾病中西医结合诊疗手册. 军事医学科学出版社,2004:166~168.
- 11 吕锡琛.道家思想对于调治焦虑和抑郁心理的启示. 上海师范大学学报(哲学社会科学版),2007,36(1):93~98.
- 12 许宇鹏,许文勇,陈守鹏.简析中医医学模式与生物心理社会医学模式的关系. 江苏中医药,2006,27(9):13~14.
- 13 赵志付. 中医心身医学研究概述-关于心身疾病的刚柔辨证. 继续医学教育,2006,20:5~7.

Constitution in Chinese Medicine and Personality Influence Anxiety

Zhao Yanping^{1,2}, Chen Canrui³, Li Lijun⁴, Cheng Gong⁴, Liu Yi¹, Yu Chao¹, Ge Su¹, Cai Heqing¹

(1. Laboratory of Photonic Chinese Medicine, College of Biophotonics, South China Normal University, Guangzhou 510631, China;

2. Chinese Medicine & Photonic Technology Laboratory of State Administration of Traditional Chinese Medicine of China, Guangzhou 510631, China;

3. Psychology Department, College of Education, South China Normal University, Guangzhou 510631, China;

4. TCM Department of Gernaral Hospital Affiliated to South China Normal University, Guangzhou 510631, China)

Abstract: This study aimed to explore the correlation of constitution, personality and anxiety. 268 university students were surveyed with Constitution in Chinese Medicine Questionnaire (CCMQ), SAS and NEO Personality Inventory. The data analyzed by correlation analysis and regressive analysis showed that (1) the anxiety students had worse constitutions than normal persons; (2) there is a strong correlation between anxiety, personality and constitution in Chinese medicine; (3) multi-regressive analysis found that anxiety= 0.205×depression of qi+0.172×deficiency of qi+0.290×Neuroticism+0.147×deficiency of yin in healthy persons, and anxiety= 0.202×phlegm - damp+0.317×Neuroticism+0.330×specialties in anxiety persons. Taken together, anxiety is simultaneously influenced by constitution and personality.

Keywords: Constitution in Chinese medicine, Personality, Anxiety

(责任编辑:李沙沙,责任译审:张立巍)