

## “心灵感冒”的中医调治

孙昇悃 顾超

现如今,抑郁正在悄然潜入人们的生活,我国抑郁症终生患病率约为3%,每个人可能认识3~4位抑郁患者。不少人因长期处在抑郁状态,没能得到及时干预而发病。因此,抑郁人群要积极寻求治疗和帮助,克服这场“心灵感冒”。

### 中医如何看待郁证

在中医理论中,抑郁症属于郁证的范畴。而中医郁证相对抑郁症是一个更为宽泛的概念。郁证是指由情志不舒、气机郁滞所致,以心情抑郁、情绪不宁、胸部发闷、胸胁胀痛,或易怒易哭,或咽中如有异物梗塞等为主要临床表现的一类病证。

提到郁证,大家可能会联想到“肝气郁结”一词,对于肝主情志的中医基础理论也耳熟能详。治疗郁证,人们会想到“疏肝解郁”。从中医角度来看,郁证与肝气郁结有一定的联系,肝主情志、主疏泄,肝脏气机失调则会导致各类情绪病。但是除了肝气郁结外,郁证的发病还与痰热、气血亏虚、先天不足、后天失养等有关。

元代医学名家朱丹溪在《丹溪心法》中首创“六郁”学说,将郁证分为气郁、血郁、痰郁、火郁、湿郁、食郁,认为郁证的病因与情志内伤、外感六淫、饮食不节等因素密切相关。

### 不同类型郁证的表现

不同类型郁证患者的症状有所不同。有些患者表现为情绪低落、频繁叹气、两肋胀痛,这是典型的肝郁气滞症状;有些患者喉咙里有异物感,咯之不出、咽之不下,就是我们常说的“梅核气”,这是可能伴有痰湿的表现;有些患者情绪低落时间较长,出现喜怒无常、控制不住哭泣的情况,这属于心神失养;有些患者随着症状加重,出现失眠、多梦。(下转2、3版中缝)

# 上海中医大报

SHANGHAI UNIVERSITY OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE AND PHARMACY BIWEEKLY

中共上海中医药大学委员会主管、主办 《上海中医大报》编辑部出版 主编:陶思亮  
第460期(总第900期) 2024年4月15日  
国内统一连续出版物号 CN31-0817/(G) 网址:https://www.shutcm.edu.cn 本期四版

## 上海中医药大学泰国校友会成立 比利时国际教育合作中心揭牌

本报讯 上海中医药大学泰国校友会日前成立(如图)。泰国是东南亚地区唯一为中医立法的国家,校友会不仅是学校与泰国校友们紧密相连的纽带,更是学校与泰国华侨崇圣大学、泰国中医药界加强交流与合作的桥梁。学校与比利时新鲁汶中医学院共同建设的上海中医药大学比利时国际教育合作中心揭牌。比



利时新鲁汶中医学院由我校优秀校友 Vincent Baudoux 于2018年创办,已培养三届毕业生。我校全面参与比利时新鲁汶中医学院课程的设计及讲授,该学院学生每年暑期来上海临床实习。比利时国际教育合作中心正式成立后,其临床培训由我校附属曙光医院负责。校党委书记曹锡康率团参加相关活动。(国际教育学院)

## 我校与虹口区人民政府签署新一轮合作共建协议

本报讯 3月28日下午,我校与虹口区人民政府举行区校合作共建签约仪式。校党委书记曹锡康,副校长王拥军、舒静,虹口区委书记李谦,区委副书记、区长吕鸣,区委副书记姜爱锋,副区长章维,岳阳中西医结合医院院长周嘉,市中西医结合医院院长谢春毅,市中医医院副院长李勇以及区校相关部门负责人等出席仪式。仪式由姜爱锋主持。

签约仪式上,我校与虹口区人民政府,岳阳中西医结合医院、市中医医院与虹口区卫生健康委员会,分别签

署合作共建协议。

曹锡康表示,自2016年虹口区人民政府与学校携手共建以来,区校构建起紧密的合作伙伴关系,各项合作事业持续推进。近年来,虹口区发生了日新月异的变化,在本轮共建中,学校将进一步整合大学及附属医院的教育、学科、学术、医疗等优势资源,挖掘合作领域,深化合作内涵,继续加强与虹口区全方位、深层次、多领域的战略合作,努力让中医药更多更好地惠及百姓健康,推动虹口区卫生健康事业高质量发展。同时也希望以区校合作

为平台,加快推进中医药传承创新发展,为上海经济社会发展和健康中国建设作出更大贡献。

李谦代表虹口区委、区政府对学校长期以来为虹口区经济社会高质量发展作出贡献表示感谢,希望双方以新一轮区校合作共建为契机,充分发挥各自优势,传承好区校合作的传统,提升好区校合作的质效,打响中西医结合特色品牌,将中医药文化广泛融入群众生产生活,提升区域中医药服务能力,更好满足人民群众对美好生活的需要。(党委校长办公室)

## 国家卫生健康委副主任 曹雪涛一行来校调研

本报讯 3月28日下午,国家卫生健康委副主任曹雪涛一行来校调研,科教司副司长顾金辉,办公厅、医政司、科教司有关处室负责人陪同调研。上海市卫生健康委副主任、一级巡视员胡鸿毅,我校党委副书记、校长季光,中国科学院院士、创新中药研究院院长林国强,副校长王拥军等参加调研。

曹雪涛一行实地考察创新中药研究院,详细了解学校在创新中药研发方面取得的成果和开展的工作。

调研座谈会上,季光介绍学校的基本情况和有组织科研工作,并重点围绕人用经验、经典名方、数智医药、合成化学、生物技术五方面汇报学校创新中药研发体系建设情况。

曹雪涛充分肯定学校近年来各项事业取得的成绩,并对学校下一步发展提出三点要求:一是持续走传统与现代相融合的发展之路,探索现代中医药研发新模式;二是坚持“四个面向”,发挥好制度优势,持续推进学校有组织科研,做实研究,真做研究;三是充分利用好丰富的临床资源,融入现代科技,在新药创制等方面做好中医药守正创新这篇大文章。

市卫生健康委办公室、科技教育处、医政医管处,我校相关职能部门和曙光医院负责人参加调研座谈会。(党委校长办公室)

曹雪涛充分肯定学校近年来各项事业取得的成绩,并对学校下一步发展提出三点要求:一是持续走传统与现代相融合的发展之路,探索现代中医药研发新模式;二是坚持“四个面向”,发挥好制度优势,持续推进学校有组织科研,做实研究,真做研究;三是充分利用好丰富的临床资源,融入现代科技,在新药创制等方面做好中医药守正创新这篇大文章。

市卫生健康委办公室、科技教育处、医政医管处,我校相关职能部门和曙光医院负责人参加调研座谈会。(党委校长办公室)

本报讯 3月29日下午,上海市委宣传部分副部长、市文明办主任潘敏一行来校调研指导智库工作,上海市哲学社会科学规划办公室主任李安方、四级调研员徐逸伦,我校智库首席专家、主任徐建光,校党委副书记沈辉,相关职能部门负责人、智库成员等陪同调研。潘敏一行实地参观智库楼,观看数据库演示,详细听取我校智库中医药国际化发展研究中心建设工作。

座谈会上,沈辉致欢迎辞,介绍学校将不断汇聚优势学科资源共同推进决策咨询工作和智库建设,为中医药行业、上海市和国家发展贡献更多“中医智慧”,并期待本次调研为智库发展带来新希望、新指引、新契机。

徐建光从特色科研、智库成果、立德树人等方面详细介绍学校智库中医药国际化发展研究中心建设情况。目前,智库的特色科研形成了六大核心产品,培育出了一批智库成果,决策成果数量与质量稳步提升。智库以中医药学科优势为基础,着力形成以智库指数、丛书、论文、标准、软件、专利为代表的传统医学领域中国自主知识体系。

李安方祝贺学校智库中医药国际化发展研究中心在首批上海市重点智库建设试点周期内评估等级为优。他认为,学校智库建设亮点突出,展示了医学院校优势。智库和学校是共生共荣、相互推动的关系。充分发挥学校力量,智库建设将更上一个台阶,在第二个建设周期取得更好成绩,带来更多惊喜。

潘敏充分肯定学校智库建设的成效,并对学校下一步智库建设工作进行悉心指导。他认为,学校智库中医药国际化发展研究中心于较短时间内,在人手精干的情况下取得了有目共睹的优秀成绩。市委宣传部分将一如既往地支持全国独一家、上海独一家的中医药国际化智库建设,为智库发展提供资源、渠道和宣传。他希望学校继续大力投入资源,加强智库人才队伍建设,共同努力把学校智库建设得更好。(中医药国际化发展研究中心)

## 市委宣传部副部长潘敏一行 调研指导我校智库工作

## 广西中医药大学党委书记莫锦荣一行来访调研

本报讯 3月29日上午,广西中医药大学党委书记莫锦荣、副校长李典鹏率队来访调研,我校党委书记曹锡康、副校长舒静及有关职能部门负责人等出席座谈会。

调研座谈会上,曹锡康对莫锦荣一行的到访表示欢迎,并介绍学校基本情况。

双方围绕人才队伍和学科建设、研究生教育等方面展开交流。双方表示,同为中医药院校,接

下来要共谋发展、携手合作,为传承发展中医药事业作出更大贡献。

会前,来访人员实地考察了创新中药研究院、上海特色中药资源保护与种质资源创新展示馆、上海中医药博物馆。(党委校长办公室)

## 西湖大学副校长许田一行来校商谈合作

本报讯 4月5日下午,西湖大学副校长、国际著名发育生物学家许田一行来校商谈合作。我校党委副书记、校长季光,中国科学院院士、我校学术委员会主任委员陈凯先,我校原副校长、中西医结合学院名誉院长陈红专等出席座谈。

座谈会上,我校发展规划处(学科建设办公室)处长许家佗介绍学校基本情况和人工智能领域发展现状。

许田就中药智能平台建设和运用进行介绍。双方围绕人工智能在中医药领域的运用、中药新药创制等方面开展深入交流。

陈凯先指出,人工智能与中医药的结合是时代潮流,有助于进一步催化新药创制、临床运用和资源培育等方面的标志性成果。两校应着重围绕中医药数据规范和技术升级等方面开展合作。

季光表示,两校优势互补,应进一步加深在中药新药创制、人工智能应用开发等领域的合作,共同为健康中国建设贡献力量。

我校发展规划处(学科建设办公室)、科技处、中医学院、交叉科学研究所和曙光医院有关负责人、专家学者代表出席会议。(党委校长办公室)

本版责任编辑 唐菁

## 爱思唯尔“中国高被引学者”榜单发布 我校13位学者入选,上榜人数连年增加

本报讯 3月27日,爱思唯尔发布2023年“中国高被引学者”榜单。2023年“中国高被引学者”榜单共计5801人,来自496所高校、企业及科研机构,覆盖了教育部10个学科领域、84个一级学科。中医药院校共有中医学、中药学、中西医结合、药学、基础医学、生物学、临床医学7个学科56位学者入选,较2022年增加11人。

我校13位学者入选2023年“中国高被引学者”榜单,集中在中医学(7位)、中药学(5位)、中西医结合(1位)三个中医药主干学科。其中,季光、胡义扬、刘平、孙明瑜、苏式兵、吴焕淦、张宏入选中医学学科榜单;王峥涛、徐宏喜、季莉莉、

王长虹、杨凌入选中药学学科榜单;张岩入选中西医结合学科榜单。近年来,我校聚焦中医药学科,推动高质量发展,“中国高被引学者”上榜人数持续增加。

爱思唯尔2023年“中国高被引学者”榜单以全球领先的信息分析公司爱思唯尔的引文与索引数据库 Scopus 作为统计来源,采用了上海软

件教育信息咨询有限公司开发的方法。榜单在契合中国学科设置的学术研究生生态下,科学、精确地描绘处于科研职业生涯不同时期的中国学者的科研产出(科研年限1—10年上榜学者占比2.09%,科研年限11—20年上榜学者占比30.09%),为进一步清理、分析和研究学者引用表现提供了有效帮助。(图书馆)

## 康复作业治疗专业教育通过WFOT复审认证

本报讯 近日,我校康复作业治疗专业教育通过世界作业治疗师联盟(The World Federation of Occupational Therapists, WFOT)复审认证,获得了7年最高级别有效认证期。

我校是上海地区最早开设康复治疗相关专业的高校,也是上海地区唯一一所开办康复治疗专业的高校。我校康复作业治疗本科教育始于2006年。2010年,学校在上海率先成立康复医学院。2011年,学校康复医学院被中国康复医学会确立为“康复治疗国际化项目”首批试点单位,

探索与国际化接轨的专业化道路。2013年,学院基于国际教育标准进行专业化,形成作业治疗专业方向。2016年,学院作业治疗方向专业首次通过WFOT作业治疗师教育项目认证(7年认证期)。2017年,教育部批准我校在全国首家设立康复作业治疗新专业(专业代码101010T)。2018年,康复实验教学中心成为上海市级实验教学示范中心。2021年,现代康复产业学院入选首批上海市级重点现代产业学院建设项目。2022年,康复作业治疗专业获批教育部国家级一流本科专业建设点。

院根据中国健康产业、康复学科发展调整人才培养方案,以“新标准”“新模式”为主线,探索多层次、跨学科的中西医结合康复作业治疗人才培养路径,经过近10年发展,已形成“国际标准、中国风格”的创新复合人才培养模式,相关成果获得上海市教学成果奖一等奖2项、中国康复医学会教学成果奖一等奖1项。未来,康复医学院将积极探索,与时俱进,开启智慧康复人才培养模式新时代,为培养具有中国特色的作业治疗师作出新贡献。(康复医学院)