#

# **Emotions in Traditional Chinese Medicine**

In traditional Chinese medicine, [emotions](https://www.verywellmind.com/what-are-emotions-2795178) and physical health are intimately connected. [Sadness](https://www.verywellmind.com/sadness-is-not-depression-2330492), nervous tension and [anger](https://www.verywellmind.com/dos-and-donts-of-dealing-with-anger-3145081), worry, [fear](https://www.verywellmind.com/the-psychology-of-fear-2671696), and overwork are each associated with a particular organ in the body. For example, irritability and inappropriate anger can affect the liver and result in menstrual pain, headache, redness of the face and eyes, dizziness and dry mouth.

A diagnosis in traditional Chinese medicine is highly individualized. Once an organ system is identified, the unique symptoms of the patient determine the practitioner's treatment approach.

Using the liver again as an example, breast distension, menstrual pain, and irritability during menses are treated with certain herbs and acupuncture points. Headaches, dizziness, and inappropriate anger with redness of the face point to a different type of liver pattern and is treated in a different way.

What does the liver have to do with migraines? The liver, for example, ensures energy and blood flow smoothly throughout the body. It also regulates bile secretion and is connected with the tendons, nails, and eyes.

By understanding these connections, we can see how an eye disorder might be due to an imbalance in the liver, or excess menstrual flow may be due to dysfunction in the liver's blood-storing ability. Besides emotions, other factors such as dietary, environmental, lifestyle, and hereditary factors also contribute to the development of imbalances.

**Эмоции в традиционной Китайской медицине**

В традиционной Китайской медицине эмоции и физическое здоровье тесно связаны. Грусть, нервное напряжение и гнев, беспокойство, страх и переутомление связаны с определенным органом в теле. Например, раздражительность и неуместный гнев могут влиять на печень и привести к менструальным болям, боли в голове, покраснению лица и глаз, головокружению и сухости во рту.

Диагностика в традиционной китайской медицине очень индивидуализирована. Как только определена больная система органов, симптомы пациента определяют подход к лечению практикующего врача.

Если снова говорить о печени, то неприятные ощущения в груди, боли и раздражительность во время менструации лечатся с помощью определенных трав и воздействия на акупунктурные точки. Головные боли, головокружение, неуместный гнев с покраснением лица указывают на другое заболевание печени и лечатся по-другому.

Какое отношение к мигреням имеет печень? Она, к примеру, обеспечивает движение крови по всему организму. Она регулирует секрецию желчи и обеспечивает кровью сухожилия, ногти и глаза.

Понимая эти взаимосвязи, мы можем видеть, как нарушение зрения может быть вызвано дисбалансом в печени, или обильные месячные могут быть вызваны нарушением такой функции печени, как кровоснабжение. Помимо эмоций, такие факторы как диета, окружающая среда, образ жизни и наследственные факторы также способствуют развитию дисбалансов.