

王翹楚从肝论治失眠验案 5 则

杨晓辉 张明 刘欣 紫妮

(南京中医药大学附属南京市中西医结合医院, 江苏南京 210008)

关键词 失眠 验案 从肝论治 中医药疗法 名医经验

中图分类号 R256.23

文献标志码 A

文章编号 1672-397X(2017)05-0045-02

王翹楚教授是全国名老中医药专家学术继承指导老师、上海市中医医院主任医师,擅长从肝治疗失眠,患者服中药后无西药依赖性,且能逐渐停减抗抑郁剂、镇静剂的使用。笔者有幸跟王老随诊,兹将他论治失眠经验作一介绍,列举验案 5 则如下,以飨同道。

1 肝亢不寐 疏肝平肝

案 1. 李某,女,47 岁。2012 年 3 月 6 日初诊。

患者反复失眠 2 年余,时好时差,近 1 月来,因工作繁累,精神压力剧增,致失眠明显加重。卧床难寐,一夜睡 2~3 小时,恶梦纷纭,常在睡梦中见到已故的亲人,若出差在外则几乎通宵不眠。平时神疲乏力,腰脊疲软,话语稍多即头晕头胀,甚则可出现幻觉、幻听,晨起口干,大便调。舌暗苔薄黄,脉弦。证属肝气不疏,郁而化火。治宜平肝解郁,滋阴降火。处方:

春柴胡 15g,生龙牡(各,先煎)30g,广郁金 12g,石菖蒲 12g,麦冬 12g,五味子 15g,百合 30g,栀子 15g,黄连 6g,赤白芍(各)12g,夜交藤 30g,合欢皮 30g,远志 6g,酸枣仁 30g,灯心草 3g,淮小麦 20g,甘草 10g,大枣 5g。14 剂,水煎服,每日 1 剂,早晚分服。

14 剂药后,睡眠好转,夜睡 3~4 小时,诉梦多,原方去栀、连,加丹参 30g、菊花 30g、桑叶 15g。继服 14 剂,睡眠安,30 分钟以内即可入眠,整晚可睡 6~8 小时,梦减少,无恶梦,苔薄舌红,脉细,再续前方出入以巩固疗效。

按:肝亢不寐多为单纯性失眠症,主要为精神心理因素引起。王老认为本案失眠、幻觉、幻听系因肝木偏旺,郁而化火,上扰元神所致,所以在处方用药上,偏重平肝潜阳,泻火宁神,既有柴胡、龙牡平肝疏肝潜肝,又有栀子、黄连、灯心草等清热泻火,更合郁金、合欢皮、夜交藤、菖蒲等安神解郁。患者服药后失眠症状迅速减轻,幻觉、幻听基本未发。

2 脾虚肝郁不寐 疏肝健脾

案 2. 张某,男,32 岁。2012 年 3 月 6 日初诊。

患者失眠 7 年,伴长期胃痛胃胀。7 年前胃镜检

查:浅表性胃炎。现睡眠时好时差,或睡 6~7 小时,或通宵不寐,胃胀暖气时作,倘睡眠稍好,胃痛胃胀也相应减轻。头胀痛,大便溏薄,易感冒,怕风。舌质暗红苔薄,脉细微弦。BP 160/90mmHg。证属肝胃不和,气滞瘀阻。治宜平潜肝阳,和胃降逆,活血安神。处方:

石菖蒲 10g,八月札 30g,赤白芍(各)15g,苏梗 15g,栀子 15g,代赭石(先煎)10g,旋覆花(包煎)10g,蒲公英 30g,春柴胡 10g,生龙牡(各,先煎)30g,夜交藤 30g,茯神 15g,羚羊角粉(吞服)0.6g,桑叶 12g,杭菊 30g,天麻 10g,钩藤 15g,葛根 15g,川芎 15g,郁金 15g。14 剂。

14 剂药后心情较平静,睡眠有改善,能睡 5~6 小时,但较难入睡,胃脘胀闷减轻,有时暖气泛酸,便溏。原方去旋覆花、羚羊角粉、苏梗、代赭石、赤白芍等,改杭菊为 15g,加煅瓦楞 30g、合欢皮 30g、蛇舌草 30g、蝉蜕 6g,14 剂。后守方 1 月加以巩固,随访 3 月,病情稳定,未见反复。

按:患者长期脾胃虚弱,久患慢性结肠炎或肠激惹综合征迁延不愈,复因情志不悦,而伴发严重失眠,互相影响。根据王老临床经验,并发胃痛加八月札、苏梗、菝葜、玄胡、川楝子理气止痛;伴胃炎发作则加蒲公英、蛇舌草、黄精以清热养胃;胃酸频作则加煅瓦楞、海螵蛸止酸和胃。本证型不寐以中青年多见,常与慢性胃肠病同见,辨病与辨证相结合治疗,平肝和胃贯其始终。

3 心虚肝郁不寐 疏肝养心

案例 3. 杨某,男,59 岁。2013 年 5 月 13 日初诊。

患者 1 年前因工作不顺、情志不悦而致失眠。同时又因感冒发热而出现胸闷心慌、频作期前收缩,曾住院。近日失眠加重,卧床难眠伴早醒,一夜仅睡 4 小时甚或通宵不眠,口服安定等效果不稳定。心烦不安,急躁易怒,并纳差、胃脘不适,泛酸,暖气频作,面色无华,眼眶黧黑,早搏每分钟 10 次。舌暗红苔燥少津,脉细微弦伴结代。证属肝郁气滞,

瘀阻心脉。治宜平肝解郁,养心活血。处方:

丹参 30g,春柴胡 10g,煅龙牡(各,先煎)30g,石菖蒲 10g,钩藤(后下)12g,郁金 15g,天麻 10g,葛根 15g,川芎 15g,赤白芍(各)15g,麦冬 15g,远志 10g,灯心草 3g,夜交藤 30g。14 剂。

药后夜眠改善,情绪渐稳,心慌减轻,胃胀暖气消失。因有腰酸、滑精、头汗等症,上方加金樱子 15g,芡实 20g,菟丝子 10g,黑豆 30g,茯神 30g。继服 14 剂,诸症悉平,顽疾得愈。

按:心病不寐多见于心肌炎、冠心病或频发室早患者,常伴发严重失眠。主要由于肝郁犯心、心血瘀阻或心气不足引起。多因精神过劳或情志不悦,而伴发严重失眠,一夜仅可睡 2~3 小时,甚则通宵不眠,白日胸闷心悸或胸痛不适,心烦不安,急躁易怒。症状纷繁复杂。王老认为本案患者初因情志不悦而失眠,并发心肌炎,失眠加重。既有新病,又有旧患,治溯于心,兼从肝论治,方可奏效。

4 肾虚不寐 疏肝固肾

案 4. 张某,女,54 岁。2012 年 10 月 19 日初诊。

患者失眠 3 年余,现卧床难眠,上床 2~3 小时方可入睡,间断醒 4~5 次,夜间共计入眠不足 4 小时,且伴多梦、尿频(多则 7~8 次,甚则失禁),腰酸乏力。曾服艾司唑仑等,疗效不显。高血压、冠心病史 20 余年,日间时有胸闷、心悸,眼圈发黑,尿常规正常。BP 150/100mmHg。舌紫暗苔白,脉微弦。证属肾虚不固,肝阳上亢,瘀阻心脉。治宜平肝潜阳,固肾安神活血。处方:

春柴胡 10g,生龙牡(各,先煎)30g,赤白芍(各)15g,丹参 30g,郁金 15g,桑叶 15g,杭菊 15g,山茱萸 10g,菟丝子 10g,金樱子 10g,天麻 15g,钩藤 15g,葛根 15g,川芎 15g,枳壳 15g,生地 10g,知母 15g,夜交藤 30g,合欢皮 30g,酸枣仁 30g。14 剂。

药毕睡眠明显改善,做梦次数减少,腰酸减轻,夜间尿频由 7~8 次减至 2~3 次,BP130/90mmHg。原方稍事化裁继服巩固,随访病情稳定。

按:本例以失眠、尿频为主症,尿常规等检查均正常,无湿热下注之证,病机为肾气亏虚,肝阳上亢。肾气不足,摄纳失司,气化不利,表现为尿急、尿频或尿失禁。严重失眠、心烦不安为肝郁阳亢,扰乱心神。故予平肝潜阳、补肾固涩活血,获效甚佳。本证型多见于 50 岁以上妇女,常伴腰酸乏力,若遇情志抑郁易诱发。

5 肺病不寐 疏肝补肺

案 5. 谢某,女,54 岁。2013 年 9 月 15 日初诊。

患者失眠 3 年余,刻下夜卧难寐,呛咳无痰,时而升火,入夜为甚。胸闷胀满,心烦不安,急躁易怒,口干咽燥,大便干结。饮食可,大便如常。每于秋天和精神紧张与工作烦忙时易发。舌暗红苔薄少津,脉细微弦。证属气阴两虚,肝火扰肺。治宜平肝清

肺,滋阴潜阳。处方:

春柴胡 10g,生龙牡(各,先煎)30g,夜交藤 30g,合欢皮 30g,酸枣仁 30g,桑叶 15g,杭菊 30g,蝉蜕 6g,牛蒡子 15g,银花 16g,连翘 15g,生地 10g,玄参 15g,五味子 10g,麦冬 10g,炙百部 6g,北沙参 20g,白前 10g,甘草 6g。14 剂。

药后呛咳明显减轻,一夜睡 4 小时。原方去五味子,加黄芩 15g,继服 7 剂后诸症皆平,再进 14 剂巩固。

按:肺病不寐与四时季节有关,常见于春秋两季,主要由于肝旺之体,屡因感冒未能及时调治和休息,或因情志不悦,而致肝阳上亢,郁而化火,木旺侮金,耗伤肺阴。王老认为本例呛咳属木旺侮金所致,单用宣肺利气止咳法不易见效,故应在宣肺之时再予平肝清肝之品,以平抑上逆之肝气则肺气自能平顺,对呛咳常可收到较好的疗效,失眠随之消失。

6 结语

失眠属中医学“不寐”“不得眠”“不得睡”“目不瞑”等范畴。《温病条辨·下焦》云:“阳入于阴则寐,阳出于阴则寤。”失眠是因瘀、痰、湿、食、郁、火、热等实邪内扰,阴阳气血虚损,脏腑功能失调,导致心神不安所致。

失眠不是单一的病症,临床症状多样复杂,缠绵难愈。王老认为本病源于脑,前人有“脑为元神之府”之说,脑才是主宰人体精神意识、思维活动的中枢;心主血脉,脑需要心血的供养,以保持脑的功能正常活动;肝主情志,调达全身气机,调节精神情绪活动。

按传统心主神明理论,从心论治失眠,但是临床常常疗效不明显。寤寐与肝魂有重要关系,盖“肝藏魂”“随神往来者谓之魂”(《灵枢·本神》),肝失条达,魂不安藏。《血证论·卧寐》云:“肝病不寐者,肝藏魂,人寤则魂游于目,寐则魂归于肝,若阳浮于外,魂不入肝,则不寐。”故王老主张从肝论治,根据《伤寒论》柴胡加龙骨牡蛎汤化裁制定了治疗失眠的基本方,由柴胡、生龙牡、天麻、钩藤、郁金、白芍、石菖蒲、赤芍、丹参、夜交藤、合欢皮组成。方中柴胡、生龙牡疏肝平肝、一升一降,气机得畅;天麻、钩藤平肝熄风,现代药理研究天麻有镇静、降血压作用;柴胡、白芍柔肝疏肝;郁金、菖蒲解郁疏肝开窍,理气和胃;赤芍、丹参活血安神,现代药理证实有镇静安眠作用,用于瘀阻失眠者;夜交藤、合欢皮能引药入阴,取其“昼开夜合”之性,治疗各种失眠。诸药相伍共奏疏肝养肝之效,使五脏皆平,气机通畅,失眠得调。临证变通,确能获得较好的疗效,因此从肝论治更切临床实际。

第一作者:杨晓辉(1981—),女,医学博士,主治医师,从事中西医结合诊疗失眠研究工作。

通讯作者:张明,医学士,主任医师,硕士研究生导师。zm2166@163.com

收稿日期:2017-01-29

编辑:吕慰秋