

第十九节 不寐病医案

案例一:田某某,女,49岁,公务员。

首诊:患者因“失眠5个月余”于2013年10月23日就诊。患者5个月前因情绪异常激动导致失眠、多梦,偶胃脘隐痛,以饭后为主,伴反酸、嗝气,矢气频,纳可,大便日行1次,偏稀,舌淡红,苔薄黄,脉弦。药方如下:

太子参 20g	茯苓 15g	白术 15g	香橼皮 10g
郁金 10g	柴胡 10g	佛手 10g	炒二芽各 10g
白及 12g	浙大贝 10g	合欢皮 10g	玫瑰花 10g
蒲公英 15g	夜交藤 30g	百合 10g	砂仁 10g

3剂,每日一剂,分2次服。

二诊:患者睡眠有所改善,情绪较平稳,偶胃脘隐痛、反酸,伴嗝气,矢气频,纳可,大便日行1次,偏稀,舌淡红,苔薄黄,脉弦。方药调整如下:

柴胡 6g	郁金 12g	赤芍白芍各 10g	玄胡 15g
茯神 15g	太子参 15g	茯苓 15g	香橼皮 15g
佛手 15g	芡实 15g	百合 10g	砂仁 15g
浙大贝 15g	夜交藤 30g	白及 15g	

7剂,每日一剂,分2次服。

三诊:患者睡眠有所改善,情绪有所好转,无明显胃部不适,纳可,大便日行1次,偏稀,舌淡红,苔薄黄,脉弦。中药调整如下:

全瓜蒌 15g	郁金 12g	炒白术 15g	白及 15g
浙大贝 15g	香橼皮 15g	茯神 15g	太子参 15g
柴胡 6g	佛手 10g	芡实 15g	薏苡仁 15g
乌贼骨 15g	黄芪 30g	枳壳 15g	蒲公英 15g
夜交藤 30g			

7剂,每日一剂,分2次服。

四诊:患者睡眠改善明显,无明显胃部不适,纳可,大便日行1次,偏稀,舌

淡红,苔薄黄,脉弦。上方去乌贼骨 15g、蒲公英 15g,加百合 10g。7 剂,每日一剂,分 2 次服。

体会:甘爱萍教授认为不寐的发生主要与气血阴阳失调及气机失常有关,与心、肝、脾等脏腑关系密切。通过疏肝理脾可以全面调理脏腑气机,使气血阴阳亏虚得补,瘀滞之气得行,致病因素得除,失眠之症得缓。在临床运用方面,甘爱萍教授重视疏肝理脾之法的运用,如肝气郁结者,用柴胡、香附、枳壳、木香、青皮、苏梗、合欢花、玫瑰花之类疏肝理气解郁,强调疏肝药味不宜过多,过辛过燥,药量宜轻,常用枸杞子、白芍疏肝、柔肝并用;肝火旺盛者可选用丹皮、炒栀子、黄芩、龙牡等清镇潜降之品;脾气虚弱者,可选用人参、黄芪、茯苓、甘草之类;又可随证添加苍术、白术等燥湿健脾之品,或木香、砂仁、神曲、焦三仙、麦芽等理气运脾之类。

案例二:陈某某,女,60 岁。

初诊:患者因“失眠 1 年”就诊。患者近 1 年来开始出现入睡困难,睡后易醒,常感腹胀,大便不畅,服用阿普唑仑等安眠药,失眠稍有缓解,但不能持久,停药症状复发,为此十分苦恼,伴有心烦,头昏,焦虑不安。舌尖红,苔薄黄,脉弦。处方如下:

生地 15g	玄参 15g	生白术 20g	全瓜蒌 15g
玉竹 20g	枳实 10g	郁李仁 12g	浙贝 15g
夜交藤 30g	合欢花 10g	玫瑰花 10g	百合 15g
砂仁 10g	佛手 10g	茯神 15g	柏子仁 15g
厚朴 10g			
7 剂,浓煎,每日一剂,分 2 次服用。			

复诊:服上药 7 剂,患者诉全身轻松,睡眠明显改善,大便排出通畅,头昏亦减轻,舌尖红,苔薄白,脉弦。中药上方去厚朴、夜交藤,继续治疗半个月,患者诸症全消。

体会:失眠病因多端,总属阳盛阴衰,阳不入阴。《素问·逆调论》有“胃不和则卧不安”,临床我们治疗不寐,往往从心神不宁脾胃不和,痰湿、食滞内扰,以致寐寢不安者均属于此。基本病机以心血虚、胆虚、脾虚、肾阴亏虚进而导致心失所养及由心火偏亢、肝郁、痰热、胃失和降进而导致心神不安两方面为主。其病位在心,但与肝、胆、脾、胃、肾关系密切。失眠虚证多由心脾两虚,心虚胆

怯,阴虚火旺,引起心神失养所致。失眠实证则多由心火炽盛,肝郁化火,痰热内扰,引起心神不安所致。但失眠久病可表现为虚实兼夹,或为瘀血所致,故清代王清任用血府逐瘀汤治疗。

实证失眠多由于心火旺、肝火盛、胃火重所致。其中胃火重是重要的病因,故《素问·逆调论》有“胃不和则卧不安”之说。甘老师认为“胃不和则卧不安”,内涵广泛,应理解为脏腑不安,腑热偏盛,实火扰心,导致失眠。胃火盛、痰湿热盛、饮食积滞、肠道湿、燥便内结。

甘老师从调六腑调治失眠,常用温胆汤、交通心肾方进行治疗,辅以滋阴理气、养血安神之品,如夜交藤、百合、合欢花、茯神等。

案例三:王某某,女,40岁。

初诊:因“失眠3年余”来诊,患者诉近3年来眠差,入眠困难,多梦,睡后易醒,难以再睡,伴头昏,注意力不集中,脘腹或胁肋胀满不适,食欲欠佳,大便秘,舌红苔少,脉细。拟以“养心安神”法治之,处方如下:

全瓜蒌 20g	郁金 10g	条参 30g	茯苓 15g
白术 15g	佛手 10g	香橼皮 10g	香附 10g
当归 10g	柏子仁 10g	酸枣仁 10g	夜交藤 30g

7剂,浓煎,每日一剂,分2次服用。

体会:不寐多是因为情志失调,饮食不节,久病体虚等而致阴阳失交,阳不入阴所形成。《灵枢·营卫生会篇》记载:“卫气不得入于阴,常留于阳,留于阳,则阳气满,阳气满,则阳骄胜;不得入于阴,则阴气虚,故目不得瞑。”中医学认为失眠最基本的病机就是气血阴阳、脏腑功能失调,阴亏于内,阳浮于外阴阳失交,使阳不得入阴,心神不安导致夜不能眠。治当调整阴阳,清心安神,使阴阳平衡,心神得平,夜寐得宁。甘爱萍临床上善用“酸枣仁汤”加减养心宁神,认为酸枣仁味酸益肝血,养心阴,配伍甘草,酸甘化阴,使阳交于阴。另外,不寐的发病,病位在心,但与肝,脾,肾相关。《素问》:“百病生于气也,怒则气上,喜则气缓,悲则气消,恐则气下,惊则气乱,思则气结,劳则气耗。”甘爱萍认为,失眠病位在心,但与气机失调关系密切。肝气不舒影响睡眠,睡眠不佳又会加重肝气郁结,形成恶性循环。且气机郁滞,肝木乘脾,脾失健运,水谷精微不化,心无所养,或内生痰湿蒙蔽心神,皆可加重失眠,故长加香橼,佛手等疏肝理气。

治疗失眠,除用“酸枣仁汤加减”养心宁神之外,还强调“胃不和则卧不安”

以“归脾汤”养血安神，补脾益气，恢复脾胃正常生理功能。令脾升胃降，气机调畅，气血生化有源，心有所养。如茯苓，甘淡平，入心，肺，脾，胃，肾经，健脾补中，宁心安神。

甘爱萍常用于直接治疗失眠的中药有酸枣仁，并强调宜炒用，以醒脾宁神。此外，如柏子仁养血安神，珍珠母，龙骨重镇安神，夜交藤养阴安神等，临证加减，对失眠病症疗效显著。不论何种失眠，日久均可能形成瘀血内阻，顽固难治，可加活血之品通络祛瘀，沟通五脏，如当归，丹参，郁金等。