

专

题

笔

谈

何首乌治疗睡眠障碍

福建省中医药研究院(350003)

俞 宜 年

睡眠障碍包括失眠、多梦、梦魇、梦遗、梦游等,其中以失眠最为多见。据笔者临床观察,上述病症常由心肝肾不足、心神不安所致,临床主要表现为:眩晕,心悸,健忘,五心烦热,耳鸣,腰酸,腿软,舌红少津少苔,脉细数或细弱。治宜养心安神、补益肝肾为主。

何首乌具有滋补肝肾功用。笔者根据清代马培之治疗失眠经验方水火既济方(何首乌、百合、交泰丸等组成),俞长荣教授治疗神经衰弱经验方(何首乌、山茱萸、酸枣仁等组成)以及当代其他名中医应用何首乌治疗神经衰弱的经验,并参考现代药理研究何首乌具有健脑益智、减慢心率等作用,认为本品当还有“养心安神”的功效,故临床上治疗睡眠障碍,每以何首乌为首选良药,配合山茱萸、酸枣仁、茯苓等。如属阴虚火旺,配合六味地黄丸、黄连阿胶汤;心脾两虚,配合甘麦大枣汤;气血不足,配合八珍汤;阴阳两虚,配合金匱肾气丸。

《本草纲目》认为何首乌“不寒不燥,功在地黄、天门冬诸药之上”。笔者认为,何首乌安神宁心之功在地黄、天门冬之上,且确实无寒凉碍胃之弊,故临床应用范围甚广。但若论补精之力,则不若地黄;养阴之功,则不若天门冬。一般用量为20g。

如治蔡某某,男,74岁。2001年3月10日初诊。患者有神经衰弱病史,失眠反复发作,近1个月来加重。伴口干,心烦,小便短少,小腹觉胀,脉缓,舌质偏红、苔薄白。诊为高年肝肾亏虚,累及于心,阴阳失调之证。治法宜滋补肝肾,养心安神,益阴济阳。方宗济生肾气丸化裁。处方:熟地黄18g,何首乌20g,山茱萸10g,白茯苓15g,泽泻10g,车前子10g,牡丹皮6g,川牛膝10g,肉桂3g(研,分冲),乌药6g。3月13日二诊:服3剂,睡眠好转,小便较为通畅,小腹胀解除,脉舌同上。遂照上方熟地黄改为黄精18g,加丹参15g,续服4剂。3月20日三诊:1周以来唯有昨夜失眠,但小便较畅,余无所苦,舌质转红,脉象同前。仍按3月10日方加黄连

6g,以合“交泰”之意。服5剂后,诸症继续好转。此后,患者又于4月5日、4月28日、6月9日多次复诊,均按上方略予加减治疗。至2001年12月30日询知,自治疗以后,睡眠明显好转,小便基本正常。

何首乌生熟功能各异

中国中医研究院广安门医院(100053)

谢 海 洲

生何首乌北方药店不备,因之用者甚少,我在江南药店见不仅有生者,且有鲜者,此与古意相合。今知何首乌含蒽醌衍生物类成分,很多具泻下作用的中药多含此类成分,如大黄、番泻叶等。

生何首乌在润肠方面比大黄缓和,且不伤正。另外斑秃用生品比制品效好,可能有促进血液新生作用,与当归、生侧柏叶合用。

制何首乌的补肝肾、益精血之功,几乎众所周知,而且,凡脑力不足者,用此可补脑。笔者治脑瘤等病,尤其脑萎缩,均以此为主药。古方首乌延寿丹,今上海所制之首乌延寿片(或称首乌片)每指此方而言,效甚显著。对用脑过度之头晕也可用。

施今墨老师用此与白蒺藜同用,制何首乌为补脑,白蒺藜为专主头目而去风明目,二者一补一散,一走一守,相互制约,相互为用,益肝肾,散风热,止疼痛,效比单用好。成方七宝美髯丹(制何首乌、菟丝子、枸杞子、当归、茯苓、怀牛膝、补骨脂)补肝肾,益精血。用于由肝肾虚弱,气血不足引起的头晕目花,须发早白,效果相当好。今之脑力劳衰,失眠,记忆力减退用此多效。

何首乌善治中风

四川省成都市核工业四一六医院(610051)

杨 德 明

何首乌,味苦,甘,涩,性微温,入肝、肾经,功具补肝肾,益精血,涩精止遗,润肠,临床多用于精血亏损所致的头晕,心悸,失眠,腰膝疼痛,须发早白,肠燥便秘等症。民间常用本品加入复方中,或单独用,治疗中风。笔者试用于临床,效果较好。如刘某某,男,60岁。1998年3月5日初诊。患者1天前早晨醒后,发现左手不

遂,左侧身躯及左下肢不用,伴有头晕,面色紫暗,舌强言謇,四肢厥冷,咯泡沫痰,小便失禁,胸闷欲呕,舌淡苔白腻,脉细。此乃精血亏虚,寒凝、痰湿瘀阻脑窍之中风。治拟补精血之亏虚,化痰祛湿开窍。处方:何首乌 50g,当归 15g,桂枝、赤芍、天南星、石菖蒲、红花、藿香各 10g,细辛 5g,水煎服,每日 1 剂。服药 5 剂后,肢体变温,语言清楚,食欲增加。10 剂后,四肢能伸屈。20 天后,可拄拐杖走动。乃单用何首乌 100g,水煎 200ml,每次 50ml,每日 4 次,调理月余告愈。随访 2 年,行走自如,能从事一般家务劳动。

中风,多见于中老年人,尤以老年人人居多,每由精血亏虚,阳亢于上,血随之郁乘于上,气血上结而经脉闭塞。此本虚而标实。治疗补不足,泻有余。肾主闭藏,何首乌滋水益肾以资封蛰之职。肝主疏泄,何首乌益血补肝,以助疏泄之用。疏泄则气血流畅,浊物能出,标实能除。亦有阴虚火旺而生风者,心为君火,火郁有害,何首乌之苦能泄,以去上实。肾主真水,水不涵木亦生风,何首乌填益精血,具有阴阳平秘的作用,补不足泻有余,何风之有。又血虚经脉失养而生风,何首乌长于补血祛风,用之亦宜。笔者体会,在辨证的基础上加用本品 50g 左右,可收到很好效果;若单独用,可用至 100g 左右。

何首乌善降脂通便

江西省于都县人民医院(342300)

刘和璧

何首乌味苦涩,微温,归肝肾经,有补益精血、截疟、解毒、润肠通便之功,传统用于精血亏虚,须发早白等症。先父在世时颇善用何首乌治疗老年性疾病,笔者近年来在临床上以何首乌为主药,组方治疗高脂血症伴大便秘结者,均收到降血脂和通便的满意效果,兹介绍如下。

在临床上共观察治疗 42 例高脂血症患者,其中男 32 例,女 10 例,年龄 55~75 岁,治疗前甘油三酯均 > 1.8mmol/L,最高为 3.2mmol/L,总胆固醇均 > 6.5mmol/L,最高为 9.5mmol/L,所有患者都伴有不同程度的眩晕、四肢麻木感和平素大便秘结,需经常服润肠通便药物。

1 治疗方法:取生何首乌 20~30g,生山楂 10g,丹参 20g 为基础方,应用时可随症加减,每日 1 剂,水煎 2 次服,1 个月为 1 疗程。

2 治疗结果:42 例患者经过 2 个疗程治疗后复查血脂,其中 39 例患者甘油三酯和总胆固醇降至正常范围,总有效率为 95%。有 3 例患者因服药后出现大便

溏稀和大便次数增多而中断服药。39 例患者在服药后大便都比较通畅,不须再服用润肠通便药。

3 典型病例:廖某某,男,55 岁。1995 年 9 月 28 日在本院体检时发现总胆固醇 7.3mmol/L,甘油三酯 2.0mmol/L,血压 160/100mmHg,平素喜食厚味,时有眩晕,心烦易怒,腰膝酸软,平时大便干结 2~3 日一行,状如羊矢,舌质淡红少苔,脉弦细数,诊断为高脂血症,给予上述基础方加味治疗,每日 1 剂,水煎服 2 次。连服 2 月后复查血脂、总胆固醇和甘油三酯均降至正常范围,而且眩晕、心烦、易怒等症状随之消失,大便通畅每日 1 行,后嘱患者以上述基础方研末,温开水冲服,以巩固疗效。

4 体会:笔者经临床观察发现,血脂过高,而平素大便干燥或偏干的患者,重用何首乌为主组方治疗后,其甘油三酯和总胆固醇可较快地降至正常,大便通畅,有的甚至出现大便稀溏。可见,本方取效的关键与何首乌之降泄作用有一定内在联系,故应用何首乌治疗高脂血症时以中、重度患者并有大便干燥或偏干的患者效果较好。为了防止停药后血脂有不同程度回升,故宜持续用药,以巩固疗效。

何首乌粥治疗胃及十二指肠溃疡

云南中医学院基础部(650200)

吴志明 石瑜

何首乌一药临床应用较为广泛,据《中华人民共和国药典》记载,何首乌性味“苦、甘、涩、温,归肝、肾、心经”,生用具有“解毒,消痈,润肠通便”之功效,可用于治疗“瘰疬疮痈,风疹瘙痒,肠燥便秘,高血脂症”;制用则具“补肝肾益精血,乌须发,强筋骨”之功,能治“血虚萎黄,眩晕耳鸣,须发早白,腰膝酸软,肢体麻木,崩漏带下,久疟体虚,高血脂症”。我们据生何首乌治疗胃及十二指肠溃疡的民间偏方,经临床试用验证该药确有此功效,现举 2 例,介绍如下。

1 治疗方法

将生何首乌去除杂质,研粉过 100 目筛,瓷瓶贮藏;用大米熬成稀粥,根据患者食量盛取,每次服用将生何首乌粉 2g 置于刚煮沸的稀粥内搅拌,待其温后食下,每日 3 次。

2 病例介绍

例 1:陈某某,男,53 岁,农民。1992 年 3 月 17 日初诊。诉胃脘部疼痛 5 年余,饮食不节或食生冷时易发,每次发作时胃脘疼痛,食后 15~20 分钟开始出现,伴胸腹痞满,恶心欲呕,若吐出后疼痛自减,大便干而不爽,否认有柏油样便。曾在当地医院经 X 线钡餐造