

DOI: 10.13288/j.11-2166/r.2019.22.004

当代名医

# 王行宽应用百合安神汤治疗失眠经验

王伟松, 刘建和\*, 黄巍 指导: 王行宽

(湖南中医药大学第一附属医院, 湖南省长沙市雨花区韶山中路 95 号, 410007)

**摘要** 介绍王行宽治疗失眠经验。认为神、魂、魄失宁, 难入其舍为失眠的总病机, 心肺气阴不足、肝胆失疏, 或肝血亏虚、水亏火旺, 或痰热内扰均影响神、魂、魄的安宁, 导致不寐, 其与心、肝、肺关系密切, 亦与脾、肾相关, 治当补虚去实, 调和阴阳, 安定神魂, 宜多脏调燮, 综合治理。针对病机制制百合安神汤以益气阴, 养心肺, 疏肝胆, 清痰热, 安定神魂。

**关键词** 失眠; 不寐; 百合安神汤; 名医经验; 王行宽

王行宽 (1939—), 男, 首届全国名中医, 主任医师, 博士研究生导师, 第二、三、四、五、六批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师, 湖南中医药大学第一附属医院首届终身教授。从事中医临床工作 50 余载, 对内科疑难杂症有独到的见解, 倡导“多脏调燮、综合治理、杂病治肝”, 擅长心脑血管疾病及胃肠疾病的诊治, 临床多有效验。

失眠是指以频繁而持久的入睡困难和/或睡眠维持困难并致睡眠感不满意为特征的睡眠障碍<sup>[1]</sup>。失眠属于中医学“不寐”“不得眠”“不得卧”等范畴<sup>[2]</sup>。随着生活节奏的加快, 人们的压力逐渐增大, 再加上长期的亚健康状态, 失眠患者随之增加。失眠虽定义为一种功能性疾病, 但对患者造成巨大的痛苦, 且长期失眠可能造成精神障碍或引发其他疾病。现代医学目前治疗失眠的方法主要为口服镇静催眠类药物<sup>[3]</sup>, 易出现依赖性, 且难以彻底治愈。王行宽教授创制百合安神汤治疗失眠, 临床收效甚佳, 现将其临床经验总结如下。

## 1 病机概要

### 1.1 神、魂、魄失宁, 难入其舍

《素问·宣明五气篇》曰“心藏神, 肺藏魄, 肝藏魂, 脾藏意, 肾藏志, 是谓五脏所藏。”心藏神和主血脉是心的两大生理功能, 心主血脉的功能正常是心藏神的物质基础, 《灵枢·平人绝谷》曰“血脉和利, 精神乃居”。《素问·六节藏象论

篇》曰“心神不安, 则生不寐”, 提出不寐的发生由心神不安所致。后世医家对此有所发挥, 认为神在外则人有所觉醒, 产生各种活动, 此所以为寤; 神内返其舍则气有所归, 人体困顿, 则能寐。《景岳全书·不寐》言“盖寐本乎阴, 神其主也, 神安则寐, 神不安则不寐。”<sup>[4]</sup>《血证论·卧寐》云“寐者, 神返舍, 息归根之谓也。”<sup>[5]</sup> 112 人之所以不寐, 其原因在于人体安眠之时在外之神当返于内藏之舍而不能安返其舍, 仍浮动于外, 神不宁则不寐, 邪气扰神或气营亏虚不能养神均可造成不寐。

王老师认为人之睡眠由神、魂、魄之三维体系所筑。魂为肝之所藏, 肝所藏之血是保证肝魂内藏的物质基础。《灵枢·本神》曰“肝藏血, 血舍魂。”心神与肝魂和肺魄的关系密切, 《灵枢·本神》曰“随神往来谓之魂, 并精出入谓之魄”。不寐的发生虽为神之主, 亦与肝所藏之魂和肺所藏之魄密切相关。《血证论·卧寐》言“肝藏魂, 人寤则魂游于目, 寐则魂返于肝。若阳浮于外, 魂不入肝, 则不寐。”<sup>[6]</sup> 113 《冯氏锦囊秘录》云“更有肺金魄弱, 肝魂无制, 寐中而觉神魂飞扬者。”<sup>[7]</sup> 白昼阳气盛, 人体阳气外布, 神魂游于外而能主宰正常的意识、思维等生命活动则为寤; 夜晚阴气盛, 阳气潜藏内敛, 阴阳相交, 阳入于阴, 神魂安返其舍而能寐。心肺气阴不足、肝胆失疏或肝之阴血亏虚、水亏火旺或痰热内扰均会影响神、魂、魄的安定宁静, 使其躁动于外而难入其所藏之舍, 导致不寐。

基金项目: 湖南中医药大学中医学国内一流建设学科

\* 通讯作者: ljhtem1@163.com, 13975802090

## 1.2 气阴不足，心肺失养

心在五行属于火，《血证论·脏腑病机论》曰“心为火脏，烛照万物”<sup>[10]</sup>。心主血脉的功能正常主要取决于心阳的激发、温煦和推动作用，然而心的正常功能发挥亦依赖于心阴的凉润、宁静作用。若心阴不足，一则不能制约亢盛之阳气，导致心之阳气亢动，扰乱心神，则发为不寐；二则心阴不足不能纳受内敛之阳，阳不入阴，亦致心神失养、心神失润，神难安舍而不寐。肺朝百脉，主治节，助心行血，心主血脉的主要动力在于心之阳气，亦在于肺气的辅助。《素问·平人氣象论篇》曰“人一呼脉再动，一吸脉亦再动。”肺主气、司呼吸的功能在于肺的宣发、肃降，肺气肃降是一种向下、向内的运动，肺为五脏之盖，肺气肃降向下是一种由阳转阴的过程，其依赖于肺阴滋润下降的作用。肺为娇脏，其气阴易损，气阴损伤则肺肃降凉润的作用减弱，易致燥热内生，阳热亢盛，肺魄难安其舍，也影响心主血脉的功能，最终影响心神的安宁，《金匱要略·百合狐惑阴阳毒病脉证并治第三》中提到百合病言“百脉一宗，悉致其病也”，其主要病机在于心肺之气阴不足，心肺失养<sup>[11]</sup>。

## 1.3 心肾不交，水火失济

心火明于上，肾水藏于下，肾水上潮心火使心火不亢，心火下达肾水使肾水不寒，两者互相交融，互相制约，维持人体的阴阳平衡，此为心肾相交，水火既济。孙思邈在《备急千金要方·心脏脉论第一》提出“夫心者火也，肾者水也，水火相济。”<sup>[12]</sup>后天八卦中离居南方，为火，坎居北方，为水，坎居离上，水在火上，为既济卦。既，已经；济，成也。《周易》既济卦“《象》曰：既济亨，小者亨也。利贞，刚柔正而位当也。《象》曰：水在火上，既济；君子以思患而豫防之。”<sup>[13]</sup>王老师说认为若肝肾之精气亏于下，不能制约心火，使心火亢盛于上，水亏火旺，心肾不交，水火失济，导致心神不宁，出现不寐。

## 1.4 肝胆失疏，肝气被郁

肝体阴而用阳，属木，主升发，肝血为阴，肝气为阳，肝阴不足或肝气不舒均可影响神魂，使神魂失宁。《辨证录·不寐门》曰“气郁既久，则肝气不舒，肝气不舒，则肝血必耗，肝血既耗，则木中之血上不能润于心，则不寐。”<sup>[14]</sup>肝主疏泄，具有疏通、宣畅、条达全身气机之能，使全身气机通而不滞，使体内的精、血、津液运行和输布正

常，《血证论·吐血》谓“气结则血凝”<sup>[15]</sup>，严用和《济生方·痰饮论治》谓“人之气道贵乎顺，顺则津液流通，绝无痰饮之患”<sup>[16]</sup>。肝气既舒，则少有瘀血与痰饮之患。肝又主情志，肝气不舒，情志不畅，气郁化火，亦为不寐发生的重要病机。

肝与脾胃的关系密切，肝气左升，肺气右降，有助于脾胃中焦气机升降，肝气疏泄为脾气升胃气降、运化水谷创造了重要的条件，如《血证论·脏腑病机论》言“木之性主于疏泄，食气入胃，全赖肝木以疏泄之，而水谷乃化。”<sup>[17]</sup>若肝气不疏，既可影响脾气的升清，又可影响胃气的降浊，而肝郁化热又易移于胃，出现脘腹胀满、嗳气泛酸、纳呆、便秘等症，形成肝脾不和、肝胃不和或肝胃郁热病机。《症因脉治·不得卧论》曰“胸前满闷，不思饮食，嗳气吞酸，恶心呕吐，或头眩眼黑，睡则气逆，此胃不和卧不安之症也。”<sup>[18]</sup>

## 1.5 痰热内生，扰动神魂

痰热生于内，一则其化生之热扰动神魂，使其难以安其舍，出现神思不宁、躁动不安等症；二则痰气无处不到，上蒙清窍，使脑之“元神”不明，出现头晕、目眩等症；三则痰热阻滞肝胆疏泄之气，而肝胆失疏又加重内生之痰热，使情志不畅，气机被郁，或痰热扰动胆气，使胆气不宁，出现胆怯易惊、多梦等症；四则痰气困乏中焦，致脾胃不运，气血生化不足，使神魂失养。《血证论·卧寐》言“盖以心神不安，非痰即火。”<sup>[19]</sup>嗜食肥甘厚味，或大量饮酒，或肝郁失疏，或外感之余邪未尽，留恋不去，炼液成痰，均致使痰热内生致不寐之证，正如《症因脉治·不得卧论》所言“或因肝胆怫郁，木不条达，或酒食不节，湿热聚于胆家，或恼怒伤肝，胆气上逆，炼胃汁，成痰成饮，则夜不得卧也。”<sup>[20]</sup>

## 2 治法方药

基于以上对于不寐病机的认识，王老师说创制百合安神汤治疗。方由百合地黄汤、酸枣仁汤、柴芩温胆汤增减而成，全方益气阴，养心肺，疏肝胆，清痰热，安定神魂。药物组成如下：百合 30 g，生地黄 15 g，炒酸枣仁 15 g，川芎 10 g，茯神 10 g，北柴胡 10 g，黄芩 10 g，陈皮 10 g，法半夏 10 g，五味子 5 g，龙齿 15 g，煅牡蛎 20 g，石菖蒲 6 g，炙远志 6 g，炙甘草 5 g。方中百合地黄汤具有养阴清热，补益心肺的功效。百合味甘、性寒，归心、

肺经，其养阴润肺，清心安神，《日华子本草》言百合“安心，定胆，益志，养五脏”。<sup>[13]</sup> 生地黄归心、肝、肾经，具有滋阴凉血的作用，恰针对心肺气阴不足的病机，如《金匱要略·百合狐惑阴阳毒病脉证并治第三》曰“百合病见于阴者，以阳法救之；见于阳者，以阴法救之”，<sup>[14]</sup> 王老师用百合地黄汤治疗不寐亦合张仲景之言。酸枣仁汤为治疗失眠的常用方剂，罗美《古今名医方论》言酸枣仁汤“此治虚劳肝极之神方也”。<sup>[15]</sup> 温胆汤原方由半夏、竹茹、枳实、陈皮、甘草、茯苓组成，其清胆化痰，理气和胃，治胆胃不和、痰热内扰、虚烦不眠之证<sup>[16]</sup>，针对痰热之证明显者王老师常用竹茹、枳实，重在清化痰热，除烦安神，《本草述》论竹茹“除胃烦不眠，疗妊娠烦躁”<sup>[17]</sup>《名医别录》言枳实“除胸胁痰癖，逐停水，破结实……”<sup>[18]</sup>，其相互配伍，对于痰热之证尤佳。方中又加石菖蒲、远志祛痰、开窍、安神；加龙齿、煅牡蛎重镇安神，使神魂安定而有所归。王老师创制百合安神汤治疗不寐，虽有定方，然王老师临证处方用药，唯以病机为要，针对病机之变化灵活加减。临证加减：伴有胃痛、胃脘不适等症，加苏叶 5 g（合柴胡连苏饮），神曲 10 g，谷芽 10 g，麦芽 10 g，木香 5 g，砂仁 6 g，白术 10 g，川楝子 10 g，延胡索 10 g；若气阴不足较甚者，合用生脉饮；若痰热之证明显者，加用竹茹 10 g，枳实 10 g；伴有颈椎病者，加葛根 20 g，片姜黄 10 g，威灵仙 10 g，秦艽 10 g；若心火亢盛，致口舌生疮、口渴心烦、大便干、小便赤涩，加莲子心 5 g，生石膏 15 g，知母 10 g，玄参 15 g，或合用导赤散；若肝肾不足明显，心肾不交者，易生地黄为熟地黄或二者同用，加女贞子 10 g，枸杞子 15 g，制何首乌 15 g，当归 10 g，沙苑子 15 g，山萸肉 10 g，莲子心 5 g。若由他病而致不寐，以治原发病为主，兼顾导致不寐之病机立法用药。

### 3 典型病案

患者，女，52 岁，2017 年 9 月 5 日初诊。宿疾不寐 5 年余。难以入眠，心烦，辗转反侧 3~4 h 后方能入睡，且入睡不深，睡中易惊，多梦扰，有时彻夜难寐；颈胀，头晕，耳不鸣，口舌生疮，大便偏干，小便偏黄，无胸闷心悸，腰不痛；舌淡红，尖偏红，苔薄黄，脉细弦。中医诊断：不寐；西医诊断：睡眠障碍，复发性口腔溃疡。病机属气阴两虚，心肺失养，肝胆失疏，痰热内扰，神魂失

宁。治则以益气阴，养心肺，疏肝胆，清痰热，安定神魂。处方：百合 30 g，生地黄 15 g，知母 10 g，北柴胡 10 g，黄芩 10 g，枳实 10 g，竹茹 10 g，茯神 15 g，炙远志 6 g，生酸枣仁 15 g，炒酸枣仁 20 g，龙齿 15 g，煅牡蛎 20 g，柏子仁 10 g。10 剂，每日 1 剂，水煎服，早晚温服。嘱清淡饮食，避免食用辛辣刺激等食物，睡前不喝浓茶及兴奋性饮料。

二诊，2017 年 12 月 28 日。口舌生疮改善，难以入眠同前，口渴多饮，夜尿频，大便成形，舌偏红，苔薄黄，脉细弦。处方：上方加莲子心 5 g，以清心火而上潮肾水，10 剂，服法同前。

三诊，2018 年 1 月 8 日。夜寐明显改善，心烦、躁动不安感明显减轻，入眠较前为易，0.5~1 h 可入睡，睡中易惊感已不明显，仍有梦扰，口舌生疮亦微，口渴减轻，大便偏干、欠畅，日 1 次，舌尖红，苔薄黄，脉细弦。原法有效，加减续进。上方去龙齿、煅牡蛎、炙远志、生酸枣仁，加天麻 10 g、麦冬 15 g、五味子 5 g、南沙参 15 g、北沙参 15 g，10 剂，服法同前。

四诊，2018 年 1 月 18 日，夜寐续见改善，仍稍有心烦，已无辗转难安，约 30 min 可入睡，自觉睡眠质量明显提高，口舌生疮，大便偏干，舌偏红，苔薄黄，脉细弦。上方加强清心导赤，引火下行。处方：上方去枳实、竹茹、炒酸枣仁、五味子、南沙参、北沙参，加牡丹皮 10 g、黄连 5 g、川木通 5 g、生石膏 15 g、石斛 15 g、玄参 15 g、合欢皮 15 g、葛根 20 g，10 剂，服法同前。

五诊，2018 年 3 月 9 日。口舌生疮已愈，无明显心烦难安，30 min 内可入睡，睡中无易惊感，口微渴，夜尿不多，大便秘结，2 日或 3 日一解，舌偏红，苔薄黄，脉细弦。上方减撤清心热之药，加强安神之剂。处方：上方去牡丹皮、黄连、川木通、石膏、石斛，加枳实 10 g、竹茹 10 g、炒酸枣仁 20 g、炙远志 6 g、炙甘草 3 g，改合欢皮用量为 20 g，10 剂。嘱咐患者此次处方服完后可于当地药店继方服用 10 至 15 付以巩固，注意清淡饮食，调畅情志，适度运动，预防复发。

按语：本案例为中老年女性患者，多年不寐，心烦，口舌生疮，大便干，舌尖红，脉细弦，表现为心肺气阴不足、心火亢盛之象，长期失眠必定影响情志，使肝气不舒，气机被郁，而气郁则痰阻，郁久则化生痰热。针对病机治以益气阴，养心肺，疏肝胆，清痰热，安定神魂，方用百合安神汤加减。一诊后口腔溃疡有所改善，但仍难入眠，口

渴,舌红,脉细弦,水不救火则仍难奏效,心火仍呈亢盛之势,守原方,加莲子心以清心火,引肾水而救心火,使心火不亢。王老师认为莲子心交通心肾之功尤佳,可引心火下于肾,肾水上潮于心。二诊服药后睡眠明显改善,药已对证,此时守方续进。四诊之时口舌生疮又发,可谓邪气之难去,此时不宜使用大队清热之品直攻邪气,宜使邪有出路,导而去之。心与小肠相表里,仿导赤散,利下之热以引导心火下行而去之,加清热利水之木通,少配清心泻火之黄连、清热凉血之牡丹皮,同时加泻火除烦之石膏,加强养阴生津之天麦冬、石斛、玄参,使清心利水而不伤阴。五诊口舌生疮已愈,心火亢盛之势已弱,及时撤减清心之品以防伤正,加强安神之剂以作善后。此病案历时较长,同时可看出王老师处方用药平稳而灵活多变,虽灵活却总以病机之变化为要。

#### 参考文献

- [1] 中国睡眠研究会. 中国失眠症诊断和治疗指南 [J]. 中华医学杂志, 2017, 97(24): 1844-1856.
- [2] 唐泽彦. 古代名家经典不寐论治的整理研究 [J]. 广州: 广州中医药大学, 2013.
- [3] 韦艳丽, 陆富泉, 黄霞. 中西医结合失眠研究进展 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2019, (4): 523-528.
- [4] 张介宾. 景岳全书 [M]. 赵立勋, 主校. 北京: 人民卫生出版社, 1991: 41.
- [5] 唐容川. 血证论 [M]. 张力光, 点校. 北京: 学苑出版社, 2012.
- [6] 冯兆张. 冯氏锦囊秘录 [M]. 田思胜, 校注. 北京: 中国中医药出版社, 1996: 363-364.
- [7] 从禹, 黄明. 百合病病机探讨 [J]. 天津中医药大学学报, 2017, 36(3): 176-177.
- [8] 张印生, 韩学杰. 孙思邈医学全书 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2015: 242.
- [9] 佚名. 周易 [M]. 郭彧, 译注. 北京: 中华书局, 2010: 276-278.
- [10] 陈士铎. 辨证录 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2007: 144.
- [11] 严用和. 重订严氏济生方 [M]. 浙江省中医研究所文献组, 湖州中医院, 整理. 北京: 人民卫生出版社, 1980: 78.
- [12] 何亚勤. 症因脉治注释 [M]. 长沙: 湖南科学技术出版社, 1998.
- [13] 常敏毅. 日华子本草辑注 [M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2016: 41.
- [14] 张仲景. 金匱要略 [M]. 于志贤, 张智基, 点校. 北京: 中医古籍出版社, 1997: 7.
- [15] 罗美. 古今名医方论 [M]. 天津: 天津科学技术出版社, 2000: 11.
- [16] 施国善, 王有鹏. 温胆汤源流及方名探析 [J]. 辽宁中医杂志, 2016, 43(8): 1635-1637.
- [17] 刘若金. 本草述校注 [M]. 北京: 中医古籍出版社, 2005: 596.
- [18] 陶弘景. 名医别录 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1986: 130.

#### Experience of WANG Xingkuan in Treating Insomnia with *Baihe Anshen Decoction* (百合安神汤)

WANG Weisong, LIU Jianhe, HUANG Wei

(The First Hospital of Hunan University of Chinese Medicine, Changsha, 410208)

**ABSTRACT** This paper introduced WANG Xingkuan's experience in treating insomnia. He holds that mind, spirit and soul fail to stay and difficult to enter its house as the overall pathogenesis of insomnia. *Qi* and *yin* deficiency of the heart and lung, loss conveyance of liver and gallbladder or liver blood deficiency, deficiency of water and excess of fire and phlegm heat internal disturbance could all affect the peace of mind, spirit and soul, and cause insomnia. Insomnia is closely related to the heart, liver and lung, and also related to the spleen and kidney. The treatment should supplement deficiency and remove excess, balance *yin* and *yang*, calm the spirit and soul, and it is better with multi-*zang* organs regulation and comprehensive treatment. Aiming at the pathogenesis, *Baihe Anshen Decoction* (百合安神汤) was developed to nourish *qi* and *yin*, nourish heart and lung, disperse liver and gallbladder, clear phlegm heat, stabilize spirit and soul.

**Keywords** insomnia; *Baihe Anshen Decoction* (百合安神汤); experience of famous doctors; WANG Xingkuan  
(收稿日期: 2019-07-24; 修回日期: 2019-08-30)

编辑: 贾维娜