

• 临证心得 •

扶阳法治疗老年顽固性失眠体会

周天梅¹ 万海同^{1*} 张卫华²

(1. 浙江中医药大学心脑血管病研究所, 浙江省杭州市滨江区滨文路, 310053; 2. 浙江省杭州市中医院)

基金项目: 国家自然科学基金资助项目(81073139); 浙江省中医药管理局项目(2010ZA017)

* 通讯作者: wanhaitong@zjtcn.net, (0571)86613711

[摘要] 老年人肾阳渐衰, 下焦阴盛, 虚阳(相火)上浮, 易患顽固性失眠。治当补益肾阳, 纳气归肾, 引火归原。针对阳虚阴盛, 虚阳浮越, 不能摄纳群阴的失眠, 从阴阳平衡入手, 扶阳补肾, 运用潜阳丹加减治疗老年人顽固性失眠能起捷效。

[关键词] 扶阳法; 潜阳丹; 失眠症

失眠症是指睡眠的发生或维持障碍, 影响日常生活的一类病证。《黄帝内经》中称为“不得眠”、“不得卧”、“目不瞑”。老年人由于年龄因素, 肾阳渐衰, 更易出现失眠、早醒等症状, 且病情顽固不愈。现将我们运用扶阳法治疗老年顽固性失眠体会介绍如下。

1 病因病机

失眠的病因可概括为: 思虑劳倦, 内伤心脾; 阳不交阴, 心肾不交; 阴虚火旺, 肝阳扰动; 饮食失调, 痰热内扰; 心神失养, 心胆虚怯等^[1]。该病主要与心脾肾关系密切。临床上常用方剂有: 归脾汤、黄连温胆汤、酸枣仁汤、安神定志丸、六味地黄丸、交泰丸、珍珠母丸、半夏秫米汤、栀子豉汤等, 而从平衡阴阳角度辨证论治者较少。

人体正常的睡眠与“阴平阳秘”密切相关。《灵枢·口问》述:“阳气尽, 阴气盛, 则目瞑, 阴气尽, 而阳气盛, 则寤矣。”《灵枢·大惑论》称:“卫气不得入于阴, 常留于阳, 留于阳则阳气满, 阳气满则阳跷盛, 不得入于阴则阴气虚, 故目不瞑矣。”《张氏医通·不得卧》曰:“卫气行阳则寤, 行阴则寐, 此其常也。失其常则不得静而藏魂, 所以目不得瞑也。”^[2]这里通过卫气循行解释失眠的病机, 影响卫气入阴的原因有很多, 包括寒盛相火上浮。

2 治则治法

肾中元阳又称“真阳”、“相火”、“龙火”、“命门火”等。水性至柔, 封藏为要。龙潜水中, 才能助肾化为阳气, 若肾阳虚, 肾水寒于下, 逼龙火浮游于上, 则上扰清空而成火不归原证。老年人肾阳渐衰, 虚阳(相火)易上浮, 不能归根, 故致失眠多梦, 夜寐早醒, 或伴头昏目眩、头痛耳鸣等症, 临床上常易误诊

为肝阳上亢, 用平肝潜阳药, 实为误也。治当补益肾阳, 引火归原。扶阳法的治疗目的在于“治病求本, 本于阴阳”。《素问·阴阳应象大论》云:“阴平阳秘, 精神乃治。”温阳扶正其实就是达到“阳密乃固”, 而用治标的宁心安神法虽然也能起到一定效果, 但疗效不稳定, 病情易出现波动。针对阳虚阴盛, 虚阳浮越, 不能摄纳群阴的失眠, 从阴阳平衡入手, 扶阳补肾则为正治。

3 潜阳丹方义

潜阳丹系清末伤寒大家郑钦安所创制, 由“西砂仁一两(姜汁炒)、附子八钱、龟板二钱、甘草五钱”组成。该方见于《医理真传》, 主治“头面忽浮肿、色清白, 身重欲寐, 一闭目觉身飘扬无依”。其证为少阴阳虚, 真阳为群阴所逼, 上浮不能归根。郑钦安自解曰:“夫西砂辛温, 能宣中宫一切阴邪, 又能纳气归肾。附子辛热, 能补坎中真阳。龟板一物, 坚硬, 得水之精气而生, 有通阴助阳之力, 佐以甘草补中, 有伏火互根之妙, 故曰潜阳。”^[3]依据原解“潜阳丹一方, 乃纳气归肾之法也”, 其法在潜阳, 纳气归肾。纵观全方就是补益肾阳, 纳气归肾, 引火归原。郑钦安对于真气上浮即虚阳上越之证有深刻的认识^[4], 对头面五官诸疾, 尤其红、肿、疼痛等症, 多有虚阳上越引起之假热真寒之证, 亦即阴火, 临床极易误认为阳热或阴虚火旺之证, 用潜阳丹常有桴鼓之效。可用于阴寒内盛, 虚阳上浮之口腔溃疡、口臭、牙龈肿痛、出血、头昏头痛、喘促、咽痛、手足心热、潮热出汗等症, 此方能在临床治疗 40 余种病症^[5]。我们在临床上常遇到老年人顽固性失眠, 用此方加减治疗, 疗效满意。

4 验案举例

例 1: 徐某, 女, 72 岁, 2010 年 8 月 20 日初诊。患者诉反复失眠 3 年, 入睡困难, 需服舒乐安定每次 1mg 维持睡眠, 白天头昏重, 伴畏寒肢冷, 腰酸乏力, 夜尿次数多, 平素易感, 畏风汗多, 口不干, 喜热饮, 纳可, 二便调, 有高血压病史, 舌淡胖、有齿痕、苔白, 脉沉迟。属肾阳虚、肺气虚, 治当温肾补阳, 培土生金。拟潜阳丹、玉屏风散加减。方药: (制) 附子 20g(先煎), 龟甲 12g, 砂仁 15g(后下), 甘草 15g, 龙骨、牡蛎各 30g, 肉桂 10g(先煎), 熟地黄 20g, 黄芪 30g, 防风 10g, 白术 20g, 泽泻 15g, 茯苓 20g, 桂枝 10g, 7 剂。8 月 27 日二诊: 诉服上药 2 剂后晚上 8 时许即有睡意, 入睡困难改善, 但夜间多梦, 白天精神好转。舌淡胖、苔薄, 脉沉。仍以原方再进 7 剂。9 月 3 日三诊: 诉入睡困难进一步改善, 现能熟睡 7 个小时, 梦少, 夜间小便减至 1 次, 畏风好转, 出汗减少, 精神好转。舌淡胖、苔薄, 脉沉。予前方去防风、泽泻、桂枝, 加干姜 15g、大枣 10g, 健脾温中, 1 个月 after 失眠诸症均愈, 停服舒乐安定片, 以后随访, 患者体健, 感冒亦减少。

例 2: 陈某, 女, 53 岁, 2010 年 11 月 12 日初诊。失眠焦虑半年, 病起于近半年装修劳心后, 思虑过多, 烦躁易怒, 入睡困难及早醒, 一日睡眠仅三四个小时, 形体消瘦, 喉间有痰似物梗阻, 纳差, 口苦, 二便调, 冬季怕冷, 手足不温, 有慢性肾炎史, 舌淡胖、苔白腻, 脉沉细。属脾肾阳虚肝郁, 治当温补脾肾, 疏肝健脾化痰。潜阳丹合逍遥散、二陈汤加减。方药: (制) 附子 20g(先煎), 龟甲 20g, 砂仁 15g(后下), 甘草 10g, 龙骨、牡蛎各 30g(先煎), 白芍 9g, 柴胡 12g, 茯苓 15g, 干姜 15g, 陈皮 6g, (制) 半夏 15g, 神曲 15g, (炒) 谷芽 20g, 7 剂。11 月 19 日二诊: 服上药后入睡困难及早醒明显改善, 情绪平稳, 胃纳好转, 喉间痰量减少, 舌淡胖、苔白腻, 脉沉。再以上方先后加减, 曾用藿香、木香、豆蔻、桂枝、大枣、黄柏、厚朴、紫苏子、淫羊藿等药, 如此调理 2 个月, 患者失眠焦虑均改善, 夜间能熟睡 7~8 个小时, 心情开朗, 怕冷明显好转。

例 3: 许某, 男, 79 岁。失眠 10 余年, 每于凌晨醒来不易入睡, 服 2mg 舒乐安定片无效, 纳可, 大便每三日一行, 质软, 小便频数, 头昏, 平素怕冷易怒, 有糖尿病、高血压史, 舌淡、苔白腻, 脉弦细。属脾肾阳虚, 阴不潜阳, 运化无力, 治当温补脾肾, 引火归原。潜阳丹合桂枝加龙骨牡蛎汤、六君子丸加减。方

药: (制) 附子 30g(先煎), 龟甲 20g, 砂仁 24g(后下), 甘草 10g, 桂枝 20g, 干姜 20g, 大枣 10g, 吴茱萸 12g, 肉桂 10g, 龙骨、牡蛎各 30g(先煎), 茯苓 15g, (炒) 白术 15g, (炒) 谷芽 20g, 太子参 15g, 木香 10g, 陈皮 6g, 7 剂。此后曾先后加减合入半夏秫米汤、藿香正气散、火麻仁、柏子仁、杏仁、补骨脂、草果、肉苁蓉、夜交藤等药润肠通便, 调理 3 个月余, 患者舒乐安定片减至每晚 0.5mg, 睡眠时间 7~8 小时, 便秘亦明显改善。

参考文献

- [1] 周仲瑛. 中医内科学[M]. 2 版. 北京: 中国中医药出版社, 2007: 148.
- [2] 张璐. 张氏医通[M]. 北京: 中国中医药出版社, 1995: 21.
- [3] 郑钦安原著, 唐步祺阐释. 郑钦安医书阐释[M]. 3 版. 成都: 巴蜀书社, 2006: 77.
- [4] 张存悌. 中医火神派医案全解[M]. 北京: 人民军医出版社, 2008: 76.
- [5] 刘力红, 孙永章. 扶阳论坛(2)[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2009: 118.

(收稿日期: 2011-09-22; 修回日期: 2011-12-07)

[编辑: 洪 涛]

疼痛医学华夏会议通知

首届“疼痛医学华夏会议”将于金秋时节亮相北京, 其前身是成功举办了 7 届的“东西方疼痛会议”。中英文网站 www.jspmf.com 现已开通, 接受网上投稿和注册。本届盛会大师云集, 将邀请 20 余位来自欧美日韩的一流学者, 将就微创介入治疗慢性腰背部疼痛, 复杂性区域性疼痛综合征的病理机制和治疗, 椎间盘源性疼痛的微创治疗等疼痛医学最新进展做精彩演讲, 还将介绍疼痛科建设和运营的成熟模式。会议将设置疼痛医学领域诸多相关热点问题的分会, 围绕疼痛医学基础研究进展, 麻醉与镇痛, 微创介入, 传统医药与疼痛, 神经病理性疼痛, 脊柱微创和神经调控, 疼痛的康复、护理和心理治疗等问题进行深入探讨, 让来自相关学科的国内外专家共同交流, 分享经验。会议内容广泛, 充分体现了疼痛医学的多学科特点。

欢迎疼痛、麻醉、中医、骨科、神经内外科、肿瘤和康复等相关专业的人员投稿并预约发言。

会议期间将举办“继续教育讲习班”, 由著名专家授课, 定位于慢性疼痛诊疗的系统性培训和热点讨论, 学员将免费参加本次大会并获得国家继续教育 I 类学分。

主办: 北京济生疼痛医学基金会, 地点: 国家会议中心(北京奥林匹克公园中心区), 会议时间: 2012 年 9 月 22—24 日, 报到时间: 2012 年 9 月 21 日, 讲习班时间: 2012 年 9 月 21—24 日, 报到时间: 2012 年 9 月 20 日, 联系人: 陈青、刘强、何智超 电话: 010-68483336; 邮箱: forum@jspmf.com