

李浩从少阳论治失眠症经验

王晓媛 指导:李 浩*

中国中医科学院西苑医院,北京市海淀区西苑操场 1 号,100091)

* 通讯作者:xyhplihao@vip.sohu.com,15810193206

[摘 要] 李浩教授认为,失眠多由少阳枢机不利,阴阳失调所致。气郁少阳者,当疏肝解郁,清泻火气,多用柴胡类方;痰阻少阳者,当理气化痰,清胆和胃,多用温胆汤加减。

[关键词] 少阳;失眠;经验;李浩

失眠,中医称“不寐”、“不得卧”、“不得眠”、“目不瞑”。流行病学调查显示,美国有 33% 的人,欧洲有 42% 的人患失眠症;而我国成年人中有 42.7% 的人存在睡眠障碍^[1]。中国中医科学院西苑医院李浩教授从事老年病研究 20 余年,对失眠症的治疗积累了丰富的经验,现介绍如下。

1 病因病机

《灵枢·大惑论》曰:“夫卫气者,昼日常行于阳,夜行于阴,故阳气尽则卧,阴气尽则寤。”《灵枢·营卫生会》中提到“卫气行于阴二十五度,行于阳二十五度,故至阳而起,至阴而止。”言人之寤寐与营卫气血阴阳的循环关系密切,阳入于阴则寐,阳出于阴则寤。《灵枢·邪客》曰:“卫气不得入阴,常留于阳。不得入于阴,故目不瞑。”《灵枢·口问》曰:“阳气尽,阴气盛,则目瞑,阴气尽而阳气盛,则寤矣”。李老师说,阴阳的交替、交合是人体正常睡眠的基础,而营卫失和,阳不入阴,阴阳失交则是人体失眠的病机。凡是阳气的正常运行受到干扰,从而出现阳不交阴的情况,都会引发失眠症。《景岳全书·不寐》论:“不寐证虽病由不一,然惟知邪正二字则尽之矣。盖寐本乎阴,神其主也,神安则寐,神不安则不寐;其所以不安者,一由邪气之扰,一由营气之不足耳”。无论病因是本虚还是邪实,都是通过影响阴阳的协调而产生的。

2 辨证分型

2.1 气郁少阳

少阳为营卫气血阴阳运转之枢纽,不寐是由少阳枢机不利,气机不能条达,阳不入阴所致。肝藏血主疏泄,体阴而用阳,合于胆,性喜柔和舒畅,恶烦扰壅郁;胆属甲木,为清净之府,喜温和而主生发,失其常则木郁不达。临床所见失眠者,大多因外邪侵犯,

或由情志内伤,使少阳受邪,肝胆气机郁滞,肝气失疏,胆失条达,少阳鼓动无力,枢机闭塞,则相火内郁不伸,遂成病理之火;胆火内盛,循经上行,扰动心神,遂致失眠^[2]。

2.2 痰阻少阳

少阳三焦长期枢机不利,肝胆气机郁滞,木郁化火,是为酿痰之源,津气失调,胃气因之不和,脾胃升降失序,则土壅湿聚酿生热痰,痰热上逆,阻遏心窍,扰动心神,使阴阳升降出入之路阻滞,阴阳失调,脏腑不安,导致失眠^[3]。

3 治则治法

3.1 清泻少阳之火

少阳内寄相火,易从火化,故为热证;邪气尚实,正气未衰,正邪纷争,故为实证;少阳病为三阳之一,故为阳证。因此,少阳病虽病位在半表半里,而病性确是阳、热、实证,法当清之无疑^[4]。

失眠症临床见于邪恋少阳,胆火内郁,肝胆失和,肝脾失调,胆胃不和,三焦气机不利者,法当以清降火热,疏散火气为主;李老师说用小柴胡汤和解少阳枢机,既能外解半表之邪,又能内清半里之热,是治疗少阳本证的方剂,以睡眠障碍伴有胸胁满闷不舒,往来寒热,默默不欲饮食,心烦喜呕,口苦,咽干,目眩,脉弦细等为其主要的用方指征;《神农本草经》言:“柴胡主寒热邪气”,“黄芩主诸热”。《本草纲目》言:“柴胡平肝、胆、三焦、包络相火。”《本草正》言:黄芩“退往来寒热”。柴胡类方中,柴胡、黄芩合用,为清泄少阳邪热的典型配伍。

李老师说,少阳病兼里实证和少阳阳明同病的治疗当以清法为主,常用大柴胡汤,清泄少阳邪热,清下结合,其用方指征另有腹痛、腹胀、便秘等里实热证;太阳少阳合病时,选用柴胡桂枝汤,除了具

备典型的少阳本证外,另有汗多、发热、恶寒、关节痛等太阳表证或营卫不和等指征;柴胡加龙骨牡蛎汤则是治疗三阳同病的方剂^[5],另有脐腹动悸、汗出易惊等为其主要见症;少阳兼太阴里虚,多用柴胡桂枝干姜汤进行治疗,有口渴舌干、胸胁痞硬、心动悸而下利等症状。

3.2 燥化少阳之痰

胆居少阳,因素体胆气不足,胆失疏泄等少阳枢机不利导致气郁生痰,痰浊内扰,胆胃不和引发的失眠,治疗上需通过理气化痰,清胆和胃,使少阳枢机得以运转,气机舒畅则痰涎自除。温胆汤的使用可见心烦不眠,惊悸不寐,坐卧不安,不易入睡,睡后梦多易醒,睡眠质量差,并伴有苔腻、口苦、胸痞等气郁津凝之象^[6]。若有痰郁化火者,可酌加黄连、(炒)栀子、竹叶等以清心泻火,导热下行,若肝气郁滞明显者,可加玫瑰花、合欢皮,疏肝活血,解郁安神。

4 验案举例

王某,女,61岁,2009年10月18日初诊。患者因情志不遂而致心烦不宁,入睡困难,多整夜不能寐已4年,偶有夜寐3~4小时,既寐亦梦扰重重,苦不堪言。曾在多处服中药治疗未效,于今年4月因“冠脉综合征”于冠状动脉支架植入术后,不寐症加剧。刻下症见:胸满烦惊,太息不止,口苦口干,倦怠乏力,胃中空感,喜冷饮食,但头汗出,后项背酸痛,偶有恶心,大便干,小便不利,舌红、苔白腻少津,脉弦细。李老师辨为气火交阻,犯及阳明之证。治以疏肝清热,和胃降逆,佐以安神之法。以柴胡加龙骨牡蛎汤加减:柴胡10g,茯苓15g,茯神15g,大黄6g,生姜10g,大枣6g,党参12g,黄芩10g,龙骨30g(先煎),牡蛎30g(先煎),桂枝10g,赭石6g(先煎), (清)半夏10g,合欢皮10g,远志10g,磁石30g(先煎),7剂,水煎服。2009年10月26日复诊,睡眠明显好转,夜间能入睡6个小时,项背痛缓解,无口苦口干,无恶心,仍有梦多,大便稍干,舌质暗红、苔黄少津、中有裂纹,脉细数。处方:柴胡12g,茯苓30g,茯神30g,大黄10g,生姜10g,党参12g,黄芩10g,赭石10g(先煎),龙骨30g(先煎),牡蛎30g(先煎),赤芍12g,白芍12g,玄参10g,(炒)酸枣仁30g,炙甘草6g,川芎10g,莲子心6g,7剂,水煎服,并予加味逍遥丸善后,1个月后病愈。

按:本案因少阳受邪,胆木失荣,痰热聚膈,上扰心神;肝主魂,与少阳胆相表里,胆火扰魂,魂魄不宁,故梦多;胆郁不疏,故喜叹息;头汗多,胃中空感,

喜冷饮食,后背酸痛,偶有恶心,大便干,舌红、苔白腻少津均为太阳受邪,阳明有热之象,即三阳合病,治疗宗“木郁达之”、“火郁发之”之原则,选柴胡加龙骨牡蛎汤加减。其方义正如《绛雪园古方选注》云:“柴胡引升阳药以升阳;大黄引阴药以就阴;参、草助阳明之神明,即所以益心虚也;茯苓、半夏、生姜后少阳三焦之枢机,即所以通心机也;龙骨、牡蛎入阴安神,镇东方甲乙之魂,即所以镇心惊也;龙骨、牡蛎顽纯之质,佐桂枝即灵;邪入烦惊,痰气固结于阴分,用铅丹即坠。致于心经浮越之邪,借少阳枢转出于太阳,即从兹收安内攘外之功矣”。赭石重镇潜阳安神,加合欢皮解郁安神,远志安神化痰,磁石助赭石重镇安神,诸药合用,共奏重镇安神之功。

参考文献

- [1]Ancoli-Israel S, Roth T. Characteristics of insomnia in the United States: results of the 1991 National Sleep Foundation Survey I[J]. Sleep, 1999, 22(Suppl): S347-S353.
- [2]张怀亮. 从少阳论治抑郁症[J]. 中医杂志, 2008, 49(9): 781-784.
- [3]刘宗莲, 康凌. 高荣林运用温胆汤类方治疗失眠经验[J]. 中医杂志, 2008, 49(11): 975-976.
- [4]杜凤文. 《伤寒论》少阳病治法临证浅谈[J]. 世界中西医结合杂志, 2009, 4(1): 54-55.
- [5]张保伟. 伤寒论少阳病柴胡类方架构浅析[J]. 河南中医, 2005, 25(2): 7-9.
- [6]苏琛, 李津梁, 王丛红, 等. 温胆汤临床应用体会[J]. 山东中医杂志, 2010, 29(5): 318-319.

(收稿日期:2011-06-20;修回日期:2012-03-09)

[编辑:洪涛]

欢迎邮购《中医杂志》

2000年2-12期,每册5.80元,合订本85元;2001年2-12期,每册6.50元,合订本95元;2002年1-12期,每册6.80元;2003年1-12期,每册6.80元,合订本105元;2004年1、2期、4-12期,每册6.80元,合订本115元;2005年1-7、9、11、12期,每册6.80元,合订本125元;2006年1-12期,每册7.30元,合订本135元;2007年2-12期,每册8.80元;2008年2-12期,每册9.80元;2009、2010年每册9.80元。2007-2010年合订本每年140元。2011年(半月刊),每册9.80元(缺5、6期),2011年合订本(每季度1本,共4本)280元。《中医杂志》2006-2009年增刊每册40元。以上免费邮寄,如需挂号每件另加3元。

欲购者请汇款至北京东直门内南小街16号中医杂志社读者服务部,邮编:100700,电话:(010)

64014411-3036, e-mail: cnki@cnki.net, http://www.cnki.net