

从痰热内阻治疗失眠之探讨

★ 刘彦廷 许嵘 (陕西中医学院 2003 级研究生 西安 712000)

★ 指导:杨秀清 (陕西中医学院附属医院脑病科 西安 712000)

关键词:失眠;痰热内阻;温胆汤

中图分类号:R 256.23 文献标识码:A

笔者在跟随导师学习的过程中,对失眠的辨证治疗颇有感触,现将之小结,以飨同道。

1 病因病机

失眠的病因病机相当复杂,病因有七情所伤、饮食失节、劳倦过度等。其病机总的来说是机体脏腑阴阳失调、气血失和,以致心神不宁,可分为虚实两类。如《景岳全书·不寐》说:“不寐证虽病有不一,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。有邪者多实,无邪者皆虚。”然而,经过长期的临床观察和总结,笔者认为该病在临床上主要为痰热内阻所致,多侵犯少阳和阳明两经,为多火多痰之疾。究其原因在现代快节奏的社会环境下,工作、学习和生活中长期情绪紧张,精神压力加大,使一些人思虑气结,久则伤脾,脾虚不能化湿,湿痰内生,又因平素饮食不节,恣食肥甘、醇酒厚味,以致宿食停滞,酿成痰热,火炽痰郁,痰热阻遏心窍,扰动心神而致心神不安,神不安则不眠。正如《景岳全书·不寐》引徐动皋所说:“痰火扰乱,心神不宁,思虑过伤,火炽痰郁,而致不眠者多矣。”

2 辨证论治

针对该病的痰热内阻病机,临床上以温胆汤为主方进行治疗屡获奇效。温胆汤原载于《备急千金要方》,系唐·孙思邈所创。名温胆者,罗东逸谓:“和即温也,温之者,实凉之也。”其治疗病机也正是痰热内阻。同时,现代研究也表明温胆汤可以改善脑供血,在中医脑病中有着广泛的用途。此外,笔者经长期观察认为,失眠症在临床上兼夹证很多,因此还应结合兼夹证进行灵活辨证,在温胆汤的基础上适当配合其它方剂与药物,方能取得更加理想的效果。常见的兼夹证有如下几种:

(1)兼肝郁化火者,症见心烦不能入睡,烦躁易

怒,胸闷胁痛,头痛面红,目赤口苦,便秘尿黄,舌红苔黄,脉弦数。治以清热化痰,疏肝泻火。方剂:温胆汤合龙胆泻肝汤化裁。药用半夏、陈皮、茯苓、枳实、竹茹、栀子、龙胆草、黄芩、柴胡、车前子、泽泻、甘草等。

(2)兼心脾两虚者,症见难以入寐,乱梦纷纭,神疲乏力,面色无华,口淡无味,舌淡苔薄白,脉细数。治以清热化痰,健脾养心。方剂:温胆汤合归脾汤化裁。药用半夏、陈皮、茯苓、白术、党参、黄芪、当归、远志、砂仁、扁豆、甘草等。

(3)兼心肾阴虚者,症见心烦不寐或时寐时醒,手足心热,头晕耳鸣,心悸,健忘,颧红潮热,口干少津,舌红少苔,脉细数。治以清化痰热,滋阴降火。方剂:温胆汤合天王补心丹化裁。药用柏子仁、当归、枳实、竹茹、天冬、麦冬、生地、五味子、丹参、半夏、茯苓、甘草等。

(4)兼心胆气虚者,症见夜梦多,易惊醒,心悸胆怯,舌淡苔薄,脉弦细。治以清热化痰,益气镇惊。方剂:温胆汤合酸枣仁汤化裁。药用酸枣仁、知母、川芎、半夏、陈皮、茯苓、枳实、竹茹、甘草等。

3 体会

此外,常常在上述治法的基础上加用炒枣仁、合欢皮、夜交藤、生龙骨、生牡蛎、远志、龙眼肉、五味子等安神之品。而且,由于失眠病人多伴有抑郁症状,故在治疗时还应当配伍一些疏肝解郁的药物:如柴胡、木香、香附、枳壳等。

失眠症在临床上相当复杂,寒热虚实相互混杂,因此给辨证带来了一定的困难。但是只要我们能辨病与辨证相结合,牢牢抓住痰热内阻这个关键病机,灵活运用温胆汤进行加减治疗,常常会取得事半功倍的效果。

(收稿日期:2005-10-08)