

从五脏相关谈五脏俞治疗失眠

★ 程彪¹ 谭奇纹² (1. 山东中医药大学 2006 级硕士研究生 济南 250014; 2. 山东中医药大学附属医院 针灸科 济南 250011)

摘要:从“五脏相关”理论角度看,失眠病位在心,但与肝脾肺肾密切相关,五脏功能失调是导致失眠发生的主要病机。五脏俞是五脏之气输注于背腰部的腧穴,通过膀胱经的联络作用,与五脏经气相通,为五脏之气转输流注于全身的枢纽,与五脏之功能紧密相关,调五脏之背俞穴可调整五脏所秉赋之功能而使机体达到阴平阳秘、精神内守、气血调和之目的。从五脏相关论就五脏俞治疗失眠的理论、临床及机理研究作了系统论述。

关键词:失眠;五脏俞;五脏相关

中图分类号:R 256.23 **文献标识码:**A

失眠,中医称为“不寐”、“不得眠”等,大量古籍中对该症都有记载。中医认为五脏功能失调是导致失眠发生的主要病机,如《素问·病能论篇》云:“人有卧而有所不安者何也?岐伯曰:脏有所伤,及精有所乏,倚则不安,故人不能悬其病也”。在临床施治中可选用针刺五脏背俞穴,通过“先其脏腑,诛其小过,后调其气”的原则来达到“通其道,去其邪”的目的,从而治愈失眠。

1 中医五脏相关对失眠的认识

中医学认为人体是以五脏为中心的有机整体,五脏的生理活动能统率机体整体的生理功能。《素问·宣明五气篇》中记载:“心藏神、肺藏魄、肝藏魂、脾藏意、肾藏志”,说明五脏的生理活动与精神情志密切相关,五脏功能失调导致精神情志失常,继而导致不寐的发生。邓氏^[1]提出的五脏相关学说认为:在人体大系统中,心、肝、脾、肺、肾及其相应的六腑、四肢、皮毛、筋、肉、五官、七窍等组织器官分别组成五个脏腑系统,在生理情况下,本脏腑系统内部、脏腑系统与脏腑系统之间,脏腑系统与人体大系统之间,脏腑系统与自然界、社会之间,存在着横向、纵向和交叉的多维联系,相互促进与制约,以发挥不同的功能,协调机体的正常活动。在病理情况下,五脏系统又相互影响。简而言之曰:五脏相关。从“五脏相关”理论角度看,失眠病位在心,但与肝、脾、肺、肾密切相关,五脏的功能失调均可导致不寐的发生,

或因心不藏神、神不守舍,或因肝失调达、久郁化火、木旺侮金、肺失肃降、耗伤肺阴、呛咳无痰、夜卧难寐,或因心血不足、脾不统血或运化失司、心脾两虚,或因心火过旺、肾水不足、水不济火,出现心肾不交所导致。王氏^[2]主张“脑主神明,肝主情志,五脏皆能不寐”。认为当今失眠症多因肝阳偏亢或肝郁化火犯侮其他脏腑而致,多表现为实证和虚实夹杂,虽然该症源起于脑,表现于肝,但多波及五脏。由于肝主情志,可条达全身气机,与人精神情绪活动变化关系最大,故对以失眠为主症的疾病倡导“从肝论治,兼顾五脏”。胡氏^[3]认为,失眠源起于脑,主属于心,波及五脏而发病。五脏神从属于心神,脑之元神统帅诸五脏神,脑神统领心神而共同协调控制诸脏器,形成“脑-心-五脏”网络系统维持着人体心理活动的整体性。五脏神之太过或不及均可影响脑神之功能而致病,脑神之盛衰亦影响五脏神的功能。因此,医者应顺应阴阳消长的规律,对失眠者加强精神的调摄,调节五脏功能,使之五脏气血平和,达到预防和治疗失眠之目的。

2 五脏俞治疗失眠的理论基础

背俞穴是五脏六腑之气输注于背腰部的腧穴,分布在膀胱经的第一侧线上。全身经脉之气通过经别的离合出入均可注入足太阳膀胱经,使其与五脏六腑皆相通。膀胱经上的背俞穴作为脏腑之气疏通出入之处,内应于脏腑、反注于背部,具有反映脏腑

功能状态、调节脏腑气血、治疗脏腑疾病的作用。《难经》云：“阴病行阳，阳病行阴，故令募皆在阴，俞在阳。”杨玄操认为：“腹为阴，……背为阳，五脏俞皆在背，故云俞在阳，内脏有病则出行于阳，阳俞在背也”，故五脏之病当取五脏背俞穴来进行治疗。孙氏等^[4]认为，人体的生命活动是以五脏为中心，以五脏神为主宰，以五脏所藏精、气、血、津液为物质基础，以脉络为联系通路，从而实现器官与机能的统一。膀胱经为大经，内居五脏六腑之俞穴，与五脏六腑紧密相连，与五脏六腑之功能紧密相关，调脏腑之俞穴，可调脏腑所秉权之功能而统调人体功能，取膀胱经五脏俞穴，以调五脏神法治疗失眠症，可舒五脏之气，开五脏之郁，泻五脏之火，安五脏之志，调五脏之神，进而达到精神内守，气血平和的稳态。

另外，从经脉循行来看：首先，手少阴心经“起于心中”，足太阴脾经“注心中”，足少阴肾经“络心注胸中”，而“心者，五脏六腑之大主也，精神之所舍也”。故针刺这些经的脏腑精气输注于背腰部相应的背俞穴，能够养心益肾，安神定志，舒肝健脾，使心肾交通，阴阳调和，从而达到治疗失眠的目的；其次，从与大脑相联系的经脉来看：手少阴心经“从心系，上挟咽，系目系”，足厥阴肝经“与督脉交于巅”，“督脉者，……与太阳起于目内眦，上额交巅，上入络脑”，膀胱经“上额，交巅”，“其直者，从巅入络脑”，而“脑为元神之府”，张锡纯在《医学衷中参西录》提出：“人之神明有体用，神明之体藏于脑”，“脑中为元神”。故针刺分布在膀胱经上的心、脾、肺、肝、肾的背俞穴既可调养五脏之神，又可调养元神，濡养髓海而治疗失眠。

3 五脏俞治疗失眠的临床研究

临床上多以心俞、脾俞、肝俞、肾俞为主要穴位，肺俞应用相对较少，治疗以简便易行为目的，操作方法较为多样。田氏^[5]取双侧心俞、脾俞、肾俞，肝气不舒者加双侧肝俞，用挑刺法治疗失眠82例，结果痊愈54例，显效23例，好转5例，总有效率为100%；惠氏等^[6]取双侧心俞、脾俞、肝俞、肾俞，采用背俞穴透刺夹脊穴法治疗顽固性失眠30例，结果痊愈18例，显效8例，好转3例，无效1例，总有效率为96.7%；孙氏等^[7]采用刺五加注射液4ml背俞穴（心俞、脾俞、肝俞、肾俞）注射，每次选取一组穴位（双侧），交替使用，结果：观察28例，治愈17例，显效6例，有效3例，无效2例，治愈率为61%，总有效率为93%；庄氏^[8]采用梅花针叩刺背俞穴治疗顽固性失眠42例，结果痊愈24例，好转28例，总有效率100%；王氏等^[9]采用背俞穴阳性反应点皮内埋

针方法对210例失眠患者进行治疗，结果痊愈86例，显效94例，好转22例，无效8例，总有效率为96.1%；黄氏^[10]根据“五脏六腑之有疾者皆取其原也”而采用“原俞配穴”法取穴，运用针灸综合疗法并结合心理疗法治疗68例失眠症患者，痊愈28例，显效32例，有效5例，无效3例，总有效率为95.59%。这些临床研究都验证了在临床上取五脏俞来治疗失眠具有显著的疗效。

4 针刺五脏俞治疗失眠的机理研究

与睡眠密切相关的神经递质有5-HT、NE、IL-1、TNF、GABA、GABAA、PGE2等。目前研究认为^[11]，5-HT、NE直接或间接参与睡眠的生理调节过程，5-HT主要与NREM睡眠有关，NE主要与REM睡眠及觉醒的维持有关。这两种神经递质的交互作用共同维持觉醒和睡眠及NREM和REM睡眠的周期变化。实验研究结果表明^[3]，针刺五脏俞可使失眠大鼠下丘脑内降低的5-HT含量明显升高，使升高的NE含量降低，维持5-HT通路与NE通路之间的相互平衡和制约，恢复正常的睡眠-觉醒节律。现已研究证明，IL-1和TNF是参与睡眠的免疫调节中有代表性的细胞因子，内源性的IL-1和TNF随着睡眠的变化而呈现节律性的含量改变，外源性的IL-1和TNF则均可诱发动物睡眠，尤其是SWS。脑内TNF的表达受到微生物代谢产物及昼夜节律的影响，动物血中单核细胞产生TNF的能力与睡眠-觉醒周期有关，并在睡眠剥夺后加强，IL-1 β 在体内可增加下丘脑5-HT的代谢产物5-HIAA释放。而针刺五脏俞同样可使失眠大鼠下丘脑内IL-1 β 和TNF含量增加^[3]。GABA是中枢神经系统特有的物质，对神经系统的神经元具有普遍的抑制作用，GABA含量的多少对兴奋性和抑制性传导的平衡起着关键作用，进而间接对睡眠发生特殊影响，实验证明^[2]，动物睡眠时大脑皮层内释放的GABA是清醒时的3倍。而针刺五脏俞同样可使失眠大鼠的GABA及GABAA受体的含量明显增高，增加深慢波睡眠量^[3]。PGE2是参与觉醒的激素，由哺乳动物的下丘脑产生。向大鼠脑室内或下丘脑注入PGE2可明显延长觉醒，抑制SWS和REM，而针刺五脏俞同样可减少失眠大鼠下丘脑内PGE2的分泌，调节下丘脑内PGE2的含量，增加SWS和REM，减少觉醒时间^[3]。

总之，应用五脏俞穴治疗失眠症是以五脏相关理论为基础，以“调整五脏气血阴阳”为目的，吸取了中医治疗失眠理论的精华，具有较高的推广应用价值。在选穴上具有针对性，直接刺激五脏相关背

严用和学术思想辨析

★ 胡素敏¹ 冷皓凡² (1. 江西中医学院基础医学院 南昌 330006, 湖南中医药大学 2007 级博士研究生;
2. 江西中医学院图书馆 南昌 330006)

摘要:严用和是我省古代十大名医之一,其在脾肾学说、杂病辨治和论药制方方面都有很高的成就。严用和强调脾胃,重视肾火,临证注重气血阴阳的调治,临床制方中既能通变化裁,又能自出机杼,创制新方。

关键词:严用和;脾肾;杂病;方剂学;各家学说

中图分类号:R 2-09 **文献标识码:**A

严用和,字子礼,江西庐山人,生活于南宋庆元至咸淳年间,享年大约七十余岁,临证数十年,积累了极其丰富的医疗经验。著有《济生方》和《济生续方》二书行世。严用和所撰的《济生方》,原书共 10 卷,载近 70 种病证。每病则立论在前,附方于后,有论有方,内容丰富,充分反映了严用和重视脏腑、尤重脾肾,临证重视调理气血阴阳的学术思想。

1 重视脾肾,临证注重扶脾补肾

严用和根据《内经》“人以胃气为本”之旨,十分重视后天脾胃的功能,在治疗上注重保护和扶持脾胃。认为:“人受天地之气以生,莫不以胃为主。盖胃受水谷,脾主运化,生血生气,以充四体者也”。(《重订严氏济生方·呕吐翻胃噎膈门》)严用和认

为:“人之脏腑,皆因触冒以成疾病,惟脾胃最易受触”。(《重订严氏济生方·癥瘕积聚门》)“若饮食不节,或伤生冷,或思虑过度”就会伤动脾胃“冲和之气”,“如是阴气当升而不升,阳气当降而不降,中焦痞结,必成胀满”。(《重订严氏济生方·胀满门》)胀满不已,可出现各种脾胃病证。在《济生方》中有很多治疗脾胃病的方法,如治脾胃虚寒用壮脾丸温中健脾和胃;治脾脏不和饮食不进时用六君子汤调和脾胃;治脾胃壅实口内生疮时用钱乙泻黄散清泻脾胃伏火;治胃热啰逆时用《金匱》橘皮竹茹汤清热降逆止呃;治脾虚水肿用实脾散健脾利水;并自创归脾汤益气养血,健脾养心治疗心脾两虚,失眠健忘之证,为历代医家所推崇。

俞穴,调五脏之气血、安五脏之精神,达到平衡脏腑,使神安于舍而治疗失眠的作用;在治法上,针对病位遵循“补其不足,泻其有余,调整虚实”的原则,具有针对性强、起效迅速、效应持久的治疗优势,丰富了针灸治疗失眠的内容。

参考文献

- [1] 邓铁涛. 略论五脏相关取代五行学说[J]. 广州中医学院学报, 1988(2): 65.
- [2] 王翘楚, 许红, 苏泓. 五脏皆有不寐及从肝论治法[J]. 上海中医药大学学报, 2005, 19(4): 61-68.
- [3] 胡金凤. 从五脏藏神的理论内涵探讨五脏俞治疗失眠症[J]. 中国针灸, 2006, 26(1): 69-71.
- [4] 孙洪生, 严季澜. 《内经》不寐病证探讨[J]. 浙江中医杂志, 2004, 7: 277-279.
- [5] 田在高. 背俞穴挑治法治疗顽固性失眠 82 例疗效观察[J]. 针灸

临床杂志, 1997, 13(11): 32-33.

- [6] 惠建萍, 赵耀东, 惠建荣. 背俞穴透刺夹脊穴治疗顽固性失眠 30 例[J]. 甘肃中医学院学报, 2006, 23(2): 47-48.
- [7] 孙海霞, 李有田, 范恩学, 等. 背俞穴药物注射治疗顽固性失眠 28 例疗效观察[J]. 白求恩医科大学学报, 1998, 24(6): 659.
- [8] 庄丹红. 梅花针叩刺背俞穴治疗顽固性失眠 42 例[J]. Chinese Acupuncture & Moxibustion, 2004, 24(6): 428.
- [9] 王长来, 杜小庆. 皮内针治疗失眠 210 例[J]. 成都中医药大学学报, 1998, 21(1): 25-26.
- [10] 黄东挺. 原俞配穴针灸综合治疗失眠症 68 例[J]. 针灸临床杂志, 2004, 20(6): 45.
- [11] 北京医学院基础部针麻原理研究组生理组编. 中枢神经递质概论[M]. 北京: 科学出版社, 1997: 245.
- [12] 许绍芬. 神经生物学第 1 版[M]. 上海: 上海医科大学出版社, 1990: 142.

(收稿日期: 2008-06-03)