

柴胡加龙骨牡蛎汤合酸枣仁汤治疗虚热性老年失眠浅谈

高积慧, 江建锋, 张晓江

湖南省中医院, 湖南 长沙 410005

[关键词] 失眠; 老年; 柴胡加龙骨牡蛎汤; 酸枣仁汤

[中图分类号] R256.23 [文献标识码] B [文章编号] 0256-7415 (2014) 12-0250-02

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2014.12.117

失眠是老年人的常见病、多发病,严重影响老年人身心健康,甚至危及生命。现代医学治疗主要是药物治疗和心理疗法,但西药治疗有一定缺陷,破坏正常的睡眠-觉醒周期、日间困倦等残留效应,且容易加重老年痴呆等不良反应。中医治疗失眠历史悠久,本病当归属于中医学不寐范畴,《伤寒论》、《金匱要略》更是创立了千古名方,笔者就运用柴胡加龙骨牡蛎汤合酸枣仁汤治疗虚热性老年失眠患者作一浅谈如下。

1 《内经》对老年失眠的病机探讨

《内经》认为,睡眠是阴阳之气互相潜藏出入的过程,与人体的卫气循行和昼夜节律的阴阳盛衰有密切的关系。其核心思想大概有以下 3 条: 阴阳消长是昼夜节律的本质。《内经》认为,昼夜节律的变化正是阴阳消长的结果,《素问·生气通天论》云:“故阳气者,一日而主外,平旦人气生,日中而阳气隆,日西而阳气已虚,气门乃闭”。《素问·金匱真言论》曰:“平旦至日中,天之阳,阳中之阳也;日中至黄昏,天之阳,阳中之阴也;合夜至鸡鸣,天之阴,阴中之阴也;鸡鸣至平旦,天之阴,阴中之阳也。故人亦应之。”一日之间的天地阴阳盛衰消长产生了昼夜、晨昏变化,而天人相应,一日的人体阴阳消长出入产生了“寐”和“寤”的转换。对于老年人,阴阳失衡尤为突出,阴气衰则阳气偏亢。如《素问·阴阳应象大论》云:“年四十,而阴气自半也,起居衰矣”。后世医家对此多有发挥,清·林佩琴在《类证治裁·不寐论治》^[1]中云:“阳气自动而之静,则寐;阴气自静而之动,则寤;不寐者,病在阳不交阴也。”叶天士亦认为:“不寐之故,虽非一种,总是阳不交阴所致”^[2]。人的正常睡眠是阴阳之气自然而规律转化的结果,阴阳失调是失眠发生的关键。营卫循行是正常睡眠节律的基础。正常人体营气运行于脉内,卫气入于里循于阴经和五脏二十五周,卫气与营气阴阳相会,入睡而睡眠,正如《灵枢·营卫生会》曰:“营在脉中,卫在脉外,营

周不休,五十而复大会。阴阳相贯,如环无端。卫气行于阴二十五度,行于阳二十五度,分为昼夜,故气至阳而起,至阴而止……日中而阳隆,日西而阳衰,日入阳尽而阴受气矣。夜半而大会,万民皆卧,命曰合阴,平旦阴尽而阳受气,如是无已,与天地同纪。”由此可见,卫气在人体阴阳规律出入,产生了昼夜节律,这与阴阳消长之昼夜节律保持一致。又如《灵枢·口问》所云:“卫气昼日行于阳,夜半则行于阴,阴者主夜,夜者卧……阳气尽,阴气盛则目瞑,阴气尽而阳气盛,盛则寤矣”。阴阳消长是睡眠-觉醒周期规律的最本质机理。卫气这种有规律的行阳入阴,与自然界的昼夜变化相一致,形成了人体正常的作息机制。其实营卫是阴阳的体现,阴阳是营卫性质的概括,并非存在有本质的差别。卫气循行应有规律,如果循行失常,则导致不寐。如《灵枢·邪客》云:“卫气独卫其外,行于阳,不得入于阴,行于阳则阳气盛,阳气盛则阳跷陷,不得入于阴,阴虚,故目不瞑”,及《灵枢·大惑论》云:“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,故目不瞑也”,可谓一语中的。《内经》认为,营气亏虚,则卫气循行失常,导致老年人睡眠障碍。《灵枢·营卫生会》曰:“壮者之气血盛,其肌肉滑,气道通,营卫之行,不失其常,故昼精而夜瞑。老者之气血衰,其肌肉枯,气道涩,五藏之气相搏,其营气衰少而卫气内伐,故昼不精,夜不瞑”。由此可见,“昼不精,夜不瞑”乃《内经》对老年人睡眠障碍最精辟的概述。所以,睡眠-觉醒周期性节律紊乱,阴不敛阳,阳不入阴,与自然界昼夜节律失同步,故而患者入夜反感精神亢奋、烦躁不安、辗转反侧,得不到充分的休息和安定的睡眠,而白天又常感精神倦怠、思维迟钝、头晕、疲乏无力,甚至难应对正常工作和学习等。调和阴阳是治疗不寐之大法。如《素问·生气通天论》云:“凡阴阳之要,阳密乃固,两者不和,若春无秋,若冬无夏,因而和之,是谓圣度。”强调调和阴阳的重要性。具体治

[收稿日期] 2014-08-30

[作者简介] 高积慧 (1963-), 男, 教授, 研究方向: 老年病中西医结合防治。

[通讯作者] 江建锋, E-mail: laozhongyi007@126.com。

疗药物在《灵枢·邪客》载：“目不瞑……治之奈何？补其不足，泻其有余，调其虚实，以通其道，而去其邪，饮以半夏汤一剂，阴阳已通，其卧立至……此所谓决渎壅塞，经络大通，阴阳和得者也。”此方被后世医家发挥，治疗失眠单味半夏即可取效。

2 方义分析

张仲景乃《内经》的践行者。《伤寒论》虽未将不寐列为一个单独的疾病来论述，但其对不寐、不得眠制方规律无一不体现调和阴阳的思想。《伤寒论·太阳病》第 107 条：“伤寒八九日，下之，胸满、烦惊、小便不利、谵语、一身尽重，不可转侧者，柴胡加龙骨牡蛎汤主之”。该方由小柴胡汤加龙骨牡蛎而成。小柴胡汤为调和阴阳之千古名方，里面即含《内经》列出之半夏，加以龙骨、牡蛎收敛镇静，使外浮之阳气回归阴分，故能使人安睡。酸枣仁汤出自于《金匱要略·血痹虚劳病脉证并治》：“虚劳虚烦不得眠，酸枣仁汤主之”。对于酸枣仁的功效，近代大部分医家认为其“养肝血，清肝热，安心神”^[9]。然结合临床所见，笔者认为，酸枣仁汤中君药为酸枣仁，因其酸收之性，为收纳阳气回归阴分之中，而使阴阳调和，睡眠正常。

笔者在临床中喜欢将二方合用略作加减。基本处方为：柴胡、黄芩、法半夏、党参、酸枣仁、知母、川芎、茯苓、龙骨、牡蛎、大枣、炙甘草。方中柴胡合半夏调和表里阴阳，合黄芩、知母清里热，酸枣仁收敛心神，茯苓健脾养心安神，川芎疏肝理气活血，龙骨、牡蛎敛阴潜阳，镇静安神，大枣、炙甘草调中补虚。诸药合用，共奏调和阴阳，镇静安神之功。临床根据患者症状，适当加减，如偏阳虚者，可加桂枝，偏热结者可加大黄，郁症较重者可加合欢花，痰热加重者可合温胆汤等。

现代研究表明，柴胡加龙骨牡蛎汤可延长电刺激围绝经期大鼠的慢波睡眠深睡期，而对慢波睡眠浅睡期和快速眼球运动睡眠无明显影响^[4]。酸枣仁汤亦对电刺激所致失眠大鼠的睡眠周期有影响，且随着剂量的变化作用不同：低剂量酸枣仁汤对失眠大鼠慢波睡眠时相有显著延长作用，对慢波睡眠深睡期没有明显影响；中剂量酸枣仁汤能明显延长失眠大鼠慢波睡眠浅睡期和慢波睡眠深睡期；高剂量酸枣仁汤对失眠大鼠慢波睡眠深睡期有显著延长作用^[9]。

3 病案举隅

例 1：牛某，女，63 岁，医院退休职工。就诊于 2009 年 8 月 8 日。主诉：夜不能寐，腹胀纳差 3 年余。自 3 年前退休以来即入睡困难，严重时夜不合眼，目前每晚服用艾司唑仑 2 片以维持浅睡眠 3~4 h。日间则困倦乏力，伴有腹胀，纳呆，口干口苦，饮水不多，时觉干呕。大便不畅，小便常短黄。既往有高血脂病史，形体偏胖。暗红舌、舌体胖大、边有齿

痕、薄黄苔稍腻，脉弦滑。辨证为痰热内蕴，阴阳失和。治以化痰清热，调和阴阳。处方以柴胡加龙骨牡蛎汤合温胆酸枣仁汤化裁：柴胡、法半夏、甘草、川芎各 6 g，黄芩 5 g，黄连 3 g，陈皮 9 g，竹茹、枳实、知母各 10 g，薏苡仁、酸枣仁各 30 g，党参、茯苓、合欢花各 15 g，生龙骨(先煎)、生牡蛎(先煎)各 25 g，生姜 3 片，大枣 8 个。服上方 1 剂后，即当晚睡眠明显改善，能深睡 5 h。连服 3 剂，将艾司唑仑减至每晚 1 mg，仍觉睡眠可，日间觉神清气爽。以后间断服用 20 剂，逐渐停用艾司唑仑。随访 2 年，现已停药，睡眠恢复正常。

例 2：米某，女，58 岁，农民。就诊于 2012 年 6 月 18 日。主诉：失眠多梦 1 年余。夜间入睡困难有 1 年之久，夜间仅能浅睡 3~4 h。伴多梦纷纭、焦躁不安，白天觉困倦乏力，不能集中精力。偶觉口苦，纳尚可，口干饮水不多，大小便正常。舌淡红、薄白苔、舌尖红，脉弦。辨证为阴虚阳亢，虚热扰神。治以滋阴潜阳，清热安神。处方以柴胡加龙骨牡蛎合酸枣仁汤化裁：柴胡、黄芩、川芎、法半夏、甘草各 6 g，黄连 3 g，酸枣仁 30 g，知母 10 g，党参、茯苓、合欢花、夜交藤各 15 g，生龙骨(先煎)、生牡蛎(先煎)各 25 g，生姜 3 片，大枣 8 个。服上方 1 剂后，即当晚睡眠明显改善，能深睡 5 h。连服 5 剂，自觉睡眠质量大为提高，梦减少，日间觉神清气爽。以后间断服用 30 剂，随访 1 年，现已停药，睡眠基本正常。

柴胡加龙骨牡蛎汤合酸枣仁汤治疗老年失眠是笔者在深入挖掘《内经》及《伤寒论》、《金匱要略》之调和阴阳思想指导的有效方剂，其临床证明其疗效卓著。但目前对其二方治疗老年失眠的实验机理研究不多且深度不够，尤其是对人体睡眠-觉醒周期极其相关神经递质研究甚少。有鉴于此，进一步研究其治疗机理，拓展应用途径，是今后研究方向，争取让调和阴阳法治疗老年失眠提升到心的高度。

【参考文献】

- [1] 清·林佩琴. 类证治裁[M]. 北京：人民卫生出版社，1988：125.
- [2] 清·叶天士. 临证指南医案[M]. 北京：人民卫生出版社，2006：268.
- [3] 高学敏. 中药学[M]. 北京：中国中医药出版社，2002：455.
- [4] 黄莉莉，于爽，李廷利. 柴胡加龙骨牡蛎汤对围绝经期大鼠睡眠时相的影响[J]. 上海中医药杂志，2013，47(2)：76-78.
- [5] 金阳，李飞，李廷利. 酸枣仁汤对失眠大鼠睡眠时相的影响[J]. 时珍国医国药，2008，19(6)：1355-1356.

(责任编辑：骆欢欢，李海霞)