

# 赖新生教授治疗不寐经验介绍

吴跃峰, 王继红 指导: 赖新生

广州中医药大学针灸康复临床医学院, 广东 广州 510006

**[摘要]** 赖新生教授治疗不寐有独到见解, 认为阴阳失调是不寐主要病机, 其临证以辨证论治为准则, 通督养神、引气归元为治疗要法, 针药结合治疗不寐, 临床有较高的疗效。

**[关键词]** 不寐; 中药疗法; 针灸疗法; 赖新生

**[中图分类号]** R256.23 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2015) 08-0009-02

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2015.08.004

赖新生教授是全国知名针灸专家, 全国第五批老中医药专家学术继承工作指导老师。赖教授博览群书, 治学严谨、谙熟经典、医理透彻, 临床擅长针药结合治疗神经性疾病、变态反应性疾病及不孕不育等疑难杂病。赖教授十分推崇《内经》理论, 其对不寐的临床诊治强调“审证求因, 审因论治”, 认为只有“谨守病机”, 才能“知犯何逆, 随证治之”。笔者为赖教授的硕士研究生, 幸得赖教授谆谆教诲, 现将赖教授治疗不寐的经验从理、法、方、穴、术、药几个方面进行介绍。

## 1 不寐之“理”

赖教授认为, 机体正常的生理是营卫、气血、阴阳上下相会, 经络之相贯, 如环无端。当机体正虚或有外邪侵犯时阴阳平衡失调, 阳不入阴则发为不寐。正如《灵枢·大惑论》所论述不寐的病机在于卫气(阳)不得入于阴, “黄帝曰: 病而不得卧者, 何气使然? 岐伯曰: 卫气不得入于阴, 常留于阳, 留于阳则阳气满, 阳气满则阳踣盛, 不得入于阴则阴气虚, 故目不瞑矣!”

导致阴阳不和, 阳不入阴的病不外乎正虚与邪实。营为阴, 卫为阳。营阴亏虚则不能濡养五脏, 卫阳独盛则内伐而不入于阴故目不瞑。赖教授还特别强调脑户为至轻、至贵之腑, 五脏六腑亏虚不能濡养脑户则元神失养, 五脏神不得内舍。五脏神内守则夜能寐, 若神不能安其舍, 则魂魄游荡飞扬, 出现不寐、多梦、梦语、梦游等多种睡眠障碍。五脏之伤, 穷必及肾, 肾虚则离火独盛不能下潜坎水。心者, 君主之官, 神明出焉; 心藏神, 为五脏六腑之大主, 统摄魂、魄、志、意。心肾不交, 心神失养亦可影响到心不能主神明, 心神不调, 气机紊乱, 卫气循行失常, 致阳不能入阴而不寐。外邪客人时, 卫气与邪气交争于外, 而卫气独卫其外, 不入于阴, 则阴虚(阴不

能敛阳), 此乃邪实发为不寐。

此外, 营卫、气血、阴阳的失调, 卫气不能日行于阳经(六腑), 夜行于阴经(五脏), 最终会导致“神”的不调。心者, 君主之官, 神明出焉; 心藏神, 为五脏六腑之大主, 统摄魂、魄、志、意。无论哪一个脏腑发生病变, 都可影响到五藏神, 都可影响到心不能主神明。心神不调, 则气机紊乱, 卫气循行失常, 致阳不能入阴而不寐。

## 2 不寐之“法”

赖教授认为, 不寐的病机总归“阴阳失调”, 治病之本, 本于阴阳; 治病之法当执阴阳两端, 养阴经, 泄阳经。上工者当先调气、调阴阳, 从而达到治神。精神乃治则阴阳相随, 外内相贯, 如环之无端。调神之本在于通督养神; 调气之本在于引气归元。阳气引入于阴, 则阴阳平和, 能昼精而夜瞑。

然而通督养神, 引气归元之法, 并非不需要辨证施治。治病当抓主要病机, 直中病所, 中病即止。阴阳平和乃治病之根本, 故为主; 凡六淫、七情、劳役妄动、饮食失节等客于人体, 乃正虚邪犯, 故为辅。治法当以通督养神, 引气归元为主, 兼以辨证论治安补五脏, 或行气解郁, 或化痰祛痰等。

## 3 不寐之“方、穴、术”

赖教授对不寐的针灸治疗主要使用其所创立的通元针法, 即通督养神、引气归元针法。通元针法为赖教授在从事针灸临床经验基础上所创立的新的治疗体系。基于通督养神, 引气归元的疗法, 以五脏背俞穴通督养神和腹部关元、气海、归来为主穴以引气归元, 同时依据病情可配合开四关或配合五输穴, 参以传统的针灸补泻手法。依据针灸的作用是调整脏腑, 效应特点是平衡阴阳; 本法体现了循经取穴的精华, 以脏腑神

**[收稿日期]** 2015-01-10

**[基金项目]** 全国名老中医药专家传承工作室建设项目 (国中医药人教发 201420)

**[作者简介]** 吴跃峰 (1990-), 男, 在读七年制硕士研究生, 研究方向: 针灸治疗脑病研究。

气为治疗中心,以任督二脉为调节全身阴阳的关键环节,蕴含赖氏针法处方和针药结合的独特学术思想。具体处方:背俞穴或四花穴为主,在所有病症中均取这一主穴,作为通督养神的要穴,五脏背俞分治五脏;腹部腧穴以天枢为引导阴阳之气的主穴,气海、关元、归来为辅,用于引气归元。

治不寐则以心俞为主,可进一步配合神堂、百会、神庭、印堂、太阳通督养神,腹部腧穴取天枢、气海、关元、归来引气归元。赖教授治疗不寐尚使用神门、内关、间使三穴,其认为:神门为心神出入之门户,内关为手心主通于少阴心经之关要,间使为行君令之臣使,三穴配合使用,则君意能通达诸臣,五藏神可为心所主,故精神乃治。

对于针灸的治疗,赖教授非常注重补泻手法,其认为针灸除方穴外,术也是针灸治疗中最关键的环节之一。“补泻反则病益笃”。如:针刺失法,也会导致不寐。《素问·诊要经终论》<sup>[1]</sup>:“冬刺春分,病不已,令人欲卧不能眠,眠而有见。”大凡疾病不外虚实,而设补、泻两端针对,是通过调整经脉之气达到安和脏腑,阴阳平秘。补泻应在得气的基础上实施,针下辨气在补泻操作中不亚于病者的主观感受(酸、麻、胀)。补泻的效果达到补之则“恍然若有所得”,泻之则“恍然若有所失”,这样才能达到治神的目的。精神得治,则阴阳平衡,阳入于阴,夜而能寐。

#### 4 不寐之“方药”

针药结合也是赖教授治病的特色之一。对于不寐的中药治疗,赖教授认为现代人熬夜多、压力大,多耗伤心血、肝肾亏虚。其辨证施治以酸枣仁汤为主,重用炒酸枣仁养血安神。补益肝肾则喜用六味地黄丸、二至丸之类。对于疑难杂病患者兼有失眠者,赖教授在辨证论治基础上酌情加用炒酸枣仁、夜交藤两味药。其认为夜交藤可诱导进入睡眠,炒酸枣仁可提高睡眠深度,两者配合使用无往而不利。

综上,赖教授临证尊崇《内经》病因病机理论,在治疗不寐中抓住阴阳失调之主要矛盾,辨证施治,使患者阴阳调和,精神乃治。针灸取穴以通元针法为主,辅之以手足五输穴,补虚泄实;方药以养心安神、补益肝肾为多,辨证运用清热化

痰、行气解郁、益气镇惊之品。

#### 5 病案举例

邓某,男,59岁。初诊(2014年3月5日):诉失眠多梦,伴胃脘胀7年。多食后明显,下肢疲乏,舌苔厚腻,脉沉弦。中药7剂,处方:生地黄、熟地黄、女贞子、枸杞各15g,法半夏、白术、淮山药、合欢皮、柴胡、炙甘草、龙眼肉各10g,炒酸枣仁25g,夜交藤30g。针灸3次,处方:①百会、印堂;②内关、神门;③温针:气海、关元、中极;④足三针;⑤维生素B<sub>12</sub>(VitB<sub>12</sub>),每次250μg;维D<sub>2</sub>果糖酸钙注射液(CCO)1mL穴位注射:A.足三里(双);B.曲池(双)。

二诊(2014年4月30日):疲乏气力差悉,睡眠饮食均好转,舌淡紫、苔白,脉沉弦细。处方:党参、黄芪、茯苓、生薏苡仁、白扁豆、女贞子各15g,旱莲草12g,白术、龙眼肉各10g,炒酸枣仁25g,夜交藤30g,甘草6g;针2次。

三诊(2014年5月7日):舌苔已退,发梦多改善,胃脘无明显不适,舌淡、苔略厚,脉沉弦细。处方:上方加淫羊藿、川牛膝各12g,桑寄生、枸杞子各15g;针2次。

四诊:偶头晕,下肢乏力,余(-),舌脉如前。三诊处方加川芎10g,五爪龙30g,去白扁豆、生薏苡仁;针2次。

此后,随症加减用药,针灸守上方,八诊后诸症状均消失。

按:患者初诊苦于失眠多梦,多方就医无果,求诊于赖教授。赖教授问诊简明扼要,直中病机。此患者失眠多梦,胃脘胀,多食后明显,此乃“胃不和则卧不安”之证,以中药健脾和胃,养血安神。患者脉沉弦,治法当兼以疏肝补肾,则木不克土,水能制火。针灸通督养神,引气归元,加用足三针(足三里,三阴交,太冲)健脾化痰,疏肝理气。随诊审症求因,审因用药,则百症皆除。

#### [参考文献]

- [1] 黄帝内经素问[M]. 田代华,整理. 北京:人民卫生出版社,2005.

(责任编辑:刘淑婷)