

# 李雅琴巧用经方治疗不寐医案 4 则

周洪武 指导：李雅琴

象山县中医医院，浙江 象山 315700

[关键词] 不寐；张仲景；经方

[中图分类号] R256.23；R249.2

[文献标志码] B

[文章编号] 0256-7415 (2019) 04-0086-02

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2019.04.027

不寐西医称之为失眠，是以经常不能获得正常睡眠为主的一类疾病，常表现为入睡困难，或寐而易醒，或醒后不能再寐，或时寐时醒等，严重时彻夜不眠。不寐在仲景《伤寒论》《金匮要略》中称之为“不得眠”“不得卧”“不能卧”或“卧起不安”。不寐的病位在心，与肝、脾、肾关系密切，病机总属阴阳失调，气血不和。李雅琴是宁波市象山县中医医院主任中医师，浙江省基层名中医，宁波市首届名中医，从事中医临床、科研工作 40 余年，推崇经典，擅长脾胃、心脑血管、恶性肿瘤等疾病的治疗，尤其善于运用经方治疗不寐，并在长期的临床中积累了丰富经验。笔者有幸跟师临证，亲聆教诲，现举医案 4 则，以总结李主任治疗不寐学术思想及临床经验。

## 1 和解枢机，镇惊安神

《伤寒论》108 条云：“伤寒八九日，下之，胸闷烦惊，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。”张仲景本意是以该方治疗伤寒下后邪陷少阳的小柴胡汤之变证，少阳经气不利，故胸满，胆腑郁火扰心则心烦，心胆不宁，则精神惊恐不安<sup>①</sup>。李主任常以此方加减治疗平素情志不遂，肝失调达，气机郁结，日久化热，最终火扰心神导致的不寐。

例 1：杨某，女，63 岁，2017 年 9 月 25 日初诊。1 年来入睡困难，睡后易惊醒，夜间只能睡 2~3 个小时，有时彻夜不眠，日间遇事易怒，口干口苦，食欲差，大便不畅，2 天 1 次，小便可，舌苔黄，脉弦细。予以和解泄热、镇惊安神之法，以柴胡加龙骨牡蛎汤加减主之。处方：柴胡、黄芩、姜半夏、大枣、郁金、远志、枳壳各 10 g，太子参、柏子仁、生地、黄芩各 15 g，龙骨(先煎)、牡蛎(先煎)各 20 g。7 剂，每天 1 剂，水煎至 200 mL，分 2 次口服。2017 年 10 月 2 日二诊：患者服 7 剂后可入睡 4~5 小时左右，心悸及口干口苦缓解，续方加减服 14 剂基本痊愈。

按：李主任认为患者老年女性，平素气郁不舒，肝郁化火

扰神则心烦不眠，甚至彻夜不寐，加之脾虚，郁久则湿热内蕴，口干口苦，纳差、大便不畅。方中以小柴胡汤和解枢机，枳壳、郁金疏肝理气，砂仁行气化湿，龙骨、牡蛎重镇安神，远志、柏子仁宁心安神。全方共奏和解枢机、镇惊安神之效。药证合拍，故收良效。

## 2 滋阴清热，交通心肾

《伤寒论》303 条云：少阴病，得之二三日以上，心中烦，不得卧，黄连阿胶汤主之。本证成因多有素体少阴阴虚阳亢，外邪从阳热化，形成阴虚火旺，心肾不交证。李主任认为年轻人相火偏亢，情欲妄动，或年老肾阴亏损，心火偏旺，均可导致肾精耗伤，水不济火，心肾不交，主要表现为心烦难以入睡，五心烦热，头晕耳鸣，腰酸遗精，舌红，故常用此方治疗阴虚火旺、心肾不交型不寐。

例 2：王某，男，54 岁，2017 年 6 月 18 日初诊。失眠半年，难以入睡，每晚服 2 粒安眠药方能入睡 1~2 小时，伴有咽干口燥，心烦口苦，头晕耳鸣，大便干燥，3 天 1 次。舌质偏红、苔中裂，脉细数。治拟滋阴降火，交通心肾，黄连阿胶汤主之。处方：黄连、阿胶(烊化)各 6 g，黄芩、远志、郁金、百合、五味子、佛手、知母各 10 g，白芍 15 g，鸡子黄 1 枚，酸枣仁 25 g，生地黄、龙骨(先煎)各 20 g。7 剂，每天 1 剂，水煎服。2017 年 6 月 25 日二诊：患者服 1 剂后即能睡上 5 小时左右，症状好转，续方服 1 个月基本痊愈。

按：李主任认为，少阴病包括手足少阴心与肾。患者年届五十有余，肾水已亏，不能上济于心，心火不能下潜于肾而独亢于上，心烦不得卧而无燥证，无呕，其烦为阳烦，乃真阴为热煎熬；不得卧是上焦君火之气不能下入于阴，故为不得卧。宜壮水之主以制阳光，故用黄连阿胶汤主之。方中黄芩、黄连清心火，以除炎上之热，阿胶、鸡子黄滋肾阴、养心血，芍药配黄芩、黄连，酸苦涌泄以清火，与阿胶、鸡子黄相配，酸甘化阴以滋液。诸药相合，使阴复火降，水火既济，心肾相交则

[收稿日期] 2018-08-13

[作者简介] 周洪武 (1980-)，男，主治中医师，研究方向：中西医结合治疗心血管疾病。

烦除寐安<sup>[2]</sup>。

### 3 养血安神，清热除烦

《金匱要略·血痹虚劳病》云：“虚劳虚烦不得眠，酸枣仁汤主之。”本证由于肝阴不足，虚热内生，上扰神明所致，可见情绪激动、头目昏眩、口渴咽干、舌红少苔等症。李主任认为劳倦、思虑过度及病后、年迈体虚等因素导致脾损血虚，肝无所藏，魂不守舍，心失所养，则虚烦不得眠，故常用酸枣仁汤治疗心肝血虚、虚火内扰型失眠。

例3：金某，女，50岁，2017年3月12日初诊。反复失眠2年余，稍遇刺激或工作劳累后即发，初始口服艾司唑仑片3mg后稍缓解，日久仍夜间易醒，醒后难以入睡，口干，心悸多梦，烦躁不安，纳差、乏力，大便偏干，每天1次，舌质红、苔薄黄，脉细数。治拟养血安神，清热除烦，酸枣仁汤合无忧散主之。处方：知母、郁金、当归、茯神、川芎、姜竹茹各10g，酸枣仁、生地黄、白芍、白术、太子参各15g，木香8g，炙甘草4g，龙骨(先煎)20g。7剂，每天1剂，水煎服，分2次温服。2017年3月19日二诊：患者连服7剂，症状有所缓解，睡眠时间延长，心悸、烦躁缓解。守方续服14剂，诸症渐除。

按：患者长期失眠导致心肝血虚，心血虚致心失所养则心悸，肝血虚致肝失疏泄则烦躁不安，肝郁导致脾气升降失常，脾失运化，胃失和降则纳差。正如张景岳所说：“血虚则无以养心，心虚则神不守舍”。方中酸枣仁汤养肝阴，安神明，知母养阴清热，川芎理气疏肝，茯神宁心安神，竹茹清心除烦，太子参、白术健脾补气以养血，郁金疏肝解郁，龙骨重镇安神，木香行气，当归、白芍养肝血，甘草调和诸药。全方清心火，养肝血，安神明。

### 4 养阴润燥，除烦安神

《金匱要略·百合狐惑阴阳毒病证治》云：“百合病者，百脉一宗，悉致其病也。意欲食复不能食，常默默，欲卧不能卧，欲行不能行，饮食或有美时，或有不闻食臭时，如寒无寒，如热无热，口苦，小便赤，诸药不能治，得药则剧吐利，如有神灵者，身形如和，其脉微数。”百合病多发于热病之后，为心肺阴液被热耗损，或余热未尽所致；有些因情志不遂，日久郁结化火消烁阴液而成。心肺阴虚之失眠以养阴润燥，除烦安神，本类方主要有百合地黄汤、百合知母汤<sup>[3]</sup>。李主任常用本方治疗各种神经官能症，尤其是兼有心肺阴虚之不寐，而且疗效较好。

例4：徐某，女，53岁，2017年9月10日初诊。2年来一直因家中琐事，情绪不畅，长期被失眠所困扰，每晚1粒或2粒艾司唑仑片口服，难以入睡，睡后易醒，醒后难复入睡，日间精神不振，面色无华，心悸、头晕、健忘、乏力，纳差，

大便不畅，舌质红少苔，脉细。治以养阴润燥，除烦安神，方用百合生地知母汤加味。处方：百合、生地黄、知母、五味子、远志、郁金各10g，党参、白术、茯苓、酸枣仁各15g，龙骨20g，木香8g。上方加减共服用1月，睡眠时间明显延长，诸症渐除。

按：李主任认为患者属焦虑型性格，长期情绪不宁，日久郁结化火伤阴，阴虚内热则不寐。方中百合润养心肺，有清心除烦之效，加上知母、生地黄能滋阴降火，凉血清热，党参、白术、茯苓健脾益气，远志宁心安神，酸枣仁养血安神，龙骨重镇安神，木香行气，共奏养阴润燥、除烦安神之功。本案切中病机，方证相符，故收良效。

李主任认为仲景论治失眠，总体上分为虚实两类。实者，如热郁胸膈之栀子豉汤，腑实热结之大承气汤，心胆不宁之柴胡加龙骨牡蛎汤等；虚者，多因气血阴阳之不足，如肝血不足之酸枣仁汤，心肺阴虚之百合生地汤，心阳受损之桂枝去芍药加蜀漆牡蛎龙骨汤，肾气不足之肾气丸，阴虚火旺之黄连阿胶汤等，这些均对后世医家产生较大影响<sup>[4-5]</sup>。失眠的辨证，首先要辨别虚实，虚证以养血健脾、滋阴补肾为主，实证当疏肝解郁，清肝泻火，清热化痰，镇静安神。但有些失眠很难分清虚实，或为虚中夹虚，故当权衡虚实，随机应变，总以调和阴阳为大法，《灵枢·口问》言：“阳气尽，阴气盛，则目瞑；阴气尽，而阳气盛，则寤矣”。可见阴阳平衡对于人体正常睡眠的重要性。其次，在巧用经方的同时，擅用药对，辨证配伍，可增加疗效，如：疏肝理气，取柴胡、郁金；解郁调气，取玫瑰花、合欢花；平肝熄风，取天麻、钩藤；清心泻火，取莲子心、连翘心；养肝宁神，取酸枣仁、柏子仁；化痰定志取石菖蒲、远志；交通心肾，取黄连、肉桂；重镇安神，取龙骨、牡蛎。

### [参考文献]

- [1] 李培生, 刘渡舟. 伤寒论讲义[M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1985: 149.
- [2] 郝万山. 郝万山伤寒论讲稿[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2008: 220-221.
- [3] 黄咨庆. 仲景辨治失眠理论及其临床应用研究[D]. 南京: 南京中医药大学, 2014: 10-13.
- [4] 林憬壕. 仲景对失眠论治的传承研究[D]. 广州: 广州中医药大学, 2009: 25-26.
- [5] 曹峰祥. 从《伤寒论》方证看失眠调治[C]// 中华中医药学会. 第四届全国中医睡眠医学学术研讨会论文集. 西安: [出版者不详], 2006: 1.

(责任编辑: 冯天保, 郑锋玲)