

不寐从肝论治三则

★ 曹德岐 (江苏省启东市疾病预防控制中心 启东 226200)

关键词: 不寐; 失眠; 肝气郁滞; 医案; 中医药疗法

中图分类号: R 256.23 **文献标识码:** B

不寐亦称失眠或“不得眠”、“不得卧”、“目不瞑”,是指睡眠时经常不易入睡,或睡眠短浅易醒,甚至整夜不能入眠为特征的一种病症。宋·许叔微《普济本事方·卷一》论述不寐的病因时说:“平人肝不受邪,故卧则魂归于肝,神静而得寐。今肝有邪,魂不得归,是以卧则魂扬若离体也。”现举不寐从肝论治验案三则如下,供同道参考。

1 肝气郁滞不寐

患者,女,32岁,2006年8月29日初诊。不寐已2月。2个月前因夫妻离异,致情志不舒,胸胁胀痛,进而夜不能寐,甚则通宵不眠。自服西药镇静剂,中成药朱砂安神丸等,效果不显。近1周来,食纳不馨,嗝气频作。诊见舌红苔白,脉弦。证属肝气郁滞,心神不宁而致不寐。治遵《内经》“疏其气血,令其条达”的原则,治以疏肝解郁,宁心安神,辅以心理疏导。投以逍遥散加减:柴胡8g,白术10g,茯苓10g,当归10g,白芍10g,制香附10g,木香6g,青皮10g,陈皮10g,夜交藤20g,酸枣仁20g,甘草6g。每日1剂,分2次水煎,在午休及晚上临睡前各服1次。服药3剂,胸胁宽舒,夜寐转宁,通宵不眠之象已基本消除。但眠之易醒,多梦善惊。守方继进5剂,不寐告愈。

按:肝为刚藏,禀春木之性,性喜条达。该患者缘由情志不舒,遂使肝气郁结。肝脉布胸胁,经脉气滞而胀痛;肝藏血,主疏泄,肝气久滞,神明受扰,心神不宁而不寐。故以逍遥散加减。方中柴胡疏肝解郁,配制香附、木香、青皮、陈皮以助柴胡疏达之力;当归、白芍养血安神;白术、茯苓、甘草和中安神;夜交藤、酸枣仁宁心安神。诸药合用,能发其郁遏之气,安其不宁之神,从而药到病除。

2 肝郁脾虚不寐

患者,男,34岁,2007年2月18日初诊。不寐已1月余。1个月前曾因争吵,遂致胸胁滞痛,腹胀便溏,夜不能眠,几乎通宵达旦,彻夜不眠。屡服多种镇静催眠药,收效甚微。目前患者倦怠疲乏,纳食无味,口干少饮。诊见舌淡苔白,脉象弦缓。证属肝郁脾虚,心神失养所致不寐。治以疏肝健脾,养心安神,辅以心理疏导。方选四逆散合四君子汤加味:柴

胡8g,白芍10g,枳实10g,甘草6g,佛手10g,木香6g,太子参10g,炒白术10g,茯苓10g,酸枣仁20g,夜交藤20g。每日1剂,分2次水煎服,在午休及晚上临睡前各服1次。服药5剂,能入睡半夜之多,胸脘宽畅,大便成形,食纳增加。守方继进5剂,药尽病除,未再复发。

按:此例罹患不寐月余,胸胁滞痛,腹胀便溏,进而不寐。分析此症,由于争吵致郁怒伤肝,肝气郁结,肝郁乘脾,脾失健运,以至气血化源不足,不能养心安神而致不寐。故选用四逆散、四君子汤加味。方中柴胡疏肝解郁,配枳实、佛手、木香以理气;白芍、甘草缓急安神;太子参、白术、茯苓益气健脾;酸枣仁、夜交藤宁心安神。诸药合用奏疏肝理脾、养心安神之功,故临床疗效明显。

3 肝郁血虚不寐

患者,女,51岁,2007年5月10日初诊。不寐已半年余。半年前,因被诈骗巨款致胸胁胀满,难以入睡,常常通宵无眠。曾多处就医,屡服中西药物,效果甚微。就诊时患者情绪激动,长叹短吁,面容憔悴,口干少饮,舌红苔薄,脉弦。证属肝郁化热,内扰心神而致不寐。治以疏肝解郁,养血安神,辅以心理疏导。方选柴胡疏肝散、酸枣仁汤加减:柴胡8g,陈皮10g,制香附10g,白芍10g,酸枣仁20g,川芎10g,知母10g,茯苓10g,甘草6g。每日1剂,分2次水煎服,在午休及晚上临睡前各服1次。服药5剂,胸胁宽舒,性情明显愉悦,夜能入眠,但仍多梦易惊。守方继进5剂,诸症顿失,随访未发。

按:此患者因被骗而致暴怒伤肝,肝郁失疏,则胸胁胀满,急躁易怒,善叹息;肝郁血虚,则面容憔悴少华;郁久化热,内扰心神,魂不守舍,故夜不得寐。方选柴胡疏肝散、酸枣仁汤加味。方中柴胡疏肝解郁,配陈皮、香附理气;川芎顺畅气血,疏达肝气;酸枣仁、白芍养肝血,安心神;茯苓、甘草宁心安神;知母清热除烦;诸药合用,能达疏肝解郁,养血安神之功,故不寐得解。临床上配合心理疏导也很重要。

(收稿日期:2008-10-07 责任编辑:周茂福)