

王凌教授运用清心安神方治疗失眠 33 例临床观察

李强¹ 王凌²

(1 陕西中医学院 2013 级研究生 西安 712046; 2 陕西省中医医院 西安 710000)

关键词: 失眠; 清心安神方; 临床观察

中图分类号: R256.23

文献标识码: B

doi:10.13638/j.issn.1671-4040.2015.09.045

随着社会的发展、生活压力剧增,失眠的发病率呈上升趋势,已经严重困扰人们的正常生活。失眠属于中医“不寐”范畴,症见:难以入睡、睡眠浅易醒、多梦、早醒、醒后不易入睡,伴有心烦、神疲乏力、嗜睡、精神萎靡、注意力下降。仅有睡眠减少没有不适感,无精神萎靡,不作为失眠诊断。王凌教授运用清心安神方加减治疗失眠 33 例取得良好的临床疗效。现报告如下:

1 临床资料

1.1 一般资料 选取 2014 年 9 月~2014 年 12 月陕西省中医医院干部保健科门诊及住院患者 63 例,随机分为治疗组和对照组。治疗组 33 例,其中男性 12 例,女性 21 例,年龄 32~70 岁,平均年龄 49 岁,病程 2 个月~20 年,平均 6 年;对照组 30 例,其中男性 10 例,女性 20 例,年龄 35~71 岁,平均年龄 47 岁,病程 5 个月~15 年,平均 7 年。两组一般资料经统计学处理,无显著差异, $P>0.05$,具有可比性。

1.2 诊断标准 西医诊断标准符合非器质性失眠症(原发性失眠症)^[1];中医诊断符合“不寐”的诊断标准^[2]。

1.3 治疗方法 治疗组以清心安神方为基础方,根据患者具体病情调整用药及用量,清心安神方药物组成:莲子心、郁金、山栀各 10 g,干姜 10 g,柴胡、当归、远志各 12 g,黄连 9 g,淡竹叶、五味子各 15 g,茯苓、柏子仁、酸枣仁各 30 g,川芎、淫羊藿各 20 g,生地 24 g。随症加减:肝火炽盛者加菊花 10 g、龙骨 30 g、石决明 30 g,以平肝潜阳、宁心安神;小便短赤者加通草 10 g、车前子 15 g;胸胁胀闷不适、太息者加川楝子 10 g,以疏肝解郁;心烦燥扰、心失所养者加合欢花 30 g、夜交藤 30 g,以养血安神;大便干结者加酒大黄 20 g、肉苁蓉 20 g,以润肠通便。中药加水煎 2 次,煎至 400 ml,早晚分服,1 剂/d。对照组口服右佐匹克隆片,2.5 mg/d,1 次/d。两组均以 30 d 为 1 个疗程,30 d 后统计治疗效果。

1.4 疗效标准 治愈:失眠症状消失,未再复发;显效:失眠症状明显改善;好转:失眠症状有所缓解;无

效:失眠症状未见改善。

1.5 治疗结果 见表 1。

表 1 两组临床疗效比较						
组别	n	治愈(例)	显效(例)	好转(例)	无效(例)	总有效率(%)
治疗组	33	10	17	3	3	90.9 [*]
对照组	30	7	11	2	10	66.7

注:与对照组比较, $^*P<0.05$ 。

2 讨论

在《内经》中失眠称为“不得眠、不得卧、目不瞑”,属于中医“不寐”范畴。失眠的病因包括有:外感六邪、情志内伤、饮食失和、久病不寐及体质因素。病机主要是:脏腑气血阴阳失调、阳不入阴,脏腑功能失调以致心神失养或被扰,神不守舍而不眠。治以调和阴阳,阴平阳秘,精神乃治。失眠病位在心,同时与肺、脾、肝、肾均有密切关系,其中尤与肝关系最为密切。肝藏血、魂,心主血、藏神,神、魂均依赖血液的濡养,故魂不安则神不宁。肝主疏泄、情志,五志过极,气机不畅,导致肝失疏泄、气机不利、痰气交阻、郁而化火、火性炎上、痰火扰动心神,致神魂不安而失眠。清心安神方中莲子心、山栀、黄连、淡竹叶清心泻火除烦;郁金、柴胡疏肝理气;生地、当归防止疏泄太过,滋阴养血柔肝;加上酸枣仁、五味子、柏子仁、远志宁心安神开窍;淫羊藿、干姜温阳滋补肝肾,以防寒凉太过;川芎入手、足厥阴气分,行气活血开郁行气,助当归、生地生血脉而贯通营阴。情志不舒,肝气郁阻,气郁化热,气郁日久化火,则肝火上炎,致心烦躁扰不宁而致失眠;肝郁乘脾,日久脾失健运,气血运化无力,心血生化乏源,心神失养而致失眠;病变日久,肝肾失养,阴精不能上承,阴不制阳,心火偏亢而致失眠。以疏肝解郁、清心安神为治则,在临床的治疗中疗效显著。综上所述,清心安神方可以显著提高睡眠质量,改善生活质量,值得临床进一步研究和推广。

参考文献

[1]中华医学会精神科分会.中国精神障碍分类与诊断标准[S].济南:山东科学技术出版社,2001.118
[2]国家中医药管理局.中医病证诊断疗效标准[S].南京:南京大学出版社,1994.175

(收稿日期: 2015-04-22)