

医家精萃

四川省名中医叶腾辉治疗不寐证经验

巫继承

(成都市新都区三河街道卫生院, 四川 成都 610503)

摘要:总结四川省名中医叶腾辉主任中医师治疗不寐证经验,探析其学术思想。叶老治疗不寐证尊崇“虚则补之,实则泻之”的原则,强调“心血不足,脑失所养”是关键,多采用益气养血,交通心肾,疏肝理气、滋阴降火等法治疗,并辅以心理治疗,疗效甚佳。

关键词:叶腾辉;不寐证;经验

中图分类号:R256.23 文献标识码:A 文章编号:1672-0571(2019)06-0001-04

DOI:10.13424/j.cnki.mtcm.2019.06.001

Sichuan Prestigious TCM Doctor
Ye Tenghui's Experience in Treating Insomnia

Wu Jicheng

(Sanhe Street Health Center of Xindu District in Chengdu, Chengdu China, 610503)

Abstract This paper summarizes the experience of Director Ye Tenghui, a famous TCM doctor in Sichuan Province, in treating insomnia, and probes into his academic thoughts. Mr. Ye's treatment of insomnia appreciates and follows the principle of “treating deficiency syndrome with tonifying methods, and treating excess syndrome with purgative methods”, and stresses that “insufficient heart blood leads to malnutrition of the brain”. He mostly uses the methods of tonifying qi and nourishing blood, restoring normal coordination between heart and kidney, soothing liver and regulating qi, nourishing yin and reducing fire, and supplemented by psychological treatment, which has a good effect.

Key words Ye Tenghui; insomnia; experience

不寐亦称“失眠”,主要表现为反复出现入睡困难、易醒、早醒,以及因睡眠不佳而出现的一系列综合征等^[1-3]。在临床工作中因不寐为主诉而就诊的病人越来越多,而不寐证也成为困扰人们的常见疾病之一。叶腾辉主任中医师为四川省名中医,成都市首届十大名中医,从医五十余年,具有丰富的临床经验。笔者作为叶老的学术继承弟子,有幸长期侍诊于叶老,并得到了叶老的亲传。叶老对不寐证的认识有独到之处,临证经验丰富,遣方用药灵活,且疗效显著。现将叶老临床治疗

不寐证的经验总结如下。

1 不寐多因心血不足

1.1 内伤情志,久病体虚,心血不足是不寐证的主要病因 叶老认为随着社会的进步和发展,生活方式随之改变,生活节奏不断加快,工作、生活、学习的压力持续增加,现代人较易出现情志抑郁,思虑过度等。久之劳伤心脾而致心血不足。或大病之后,或久病不愈,或素体虚弱,或年老体弱也易致心血不足。正如《灵枢·营卫生会》云:“老者之气血衰,其肌肉枯,气道涩,五脏之气相搏,其营

气衰少而卫气内伐,昼不精,夜不眠。”《景岳全书》云:“凡思虑、劳倦、惊恐、忧疑及别无所累而常多不寐者,总属真阴精血之不足,阴阳不交而神有不安其室耳”。因此内伤情志,久病体虚,心血不足是不寐证的主要病因^[4-7]。叶老同时也指出临床中外感六淫,胃气不和,痰火扰心,瘀血内阻等也易导致不寐,但这些不是不寐证的主要病因。

1.2 “心血不足,脑失所养”是不寐证的关键 叶老通过五十余年的潜心和临床实践,指出“心血不足,脑失所养”是不寐证的关键。不寐证的病位在心、脑。内伤情志,久病体虚等导致心血不足,心血不足而致心脑失养,继而阴阳失交,发生不寐。张景岳在《景岳全书·不寐》中说到“血虚则无以养心,心虚则神不守舍……”。

1.3 不寐证虚证居多 通过多年的观察,叶老指出以失眠为主诉的患者往往以虚证居多。叶老强调治疗不寐证时应先辨虚实,虚证多表现为体态不丰,偏瘦弱,面色无华,神疲,倦怠,懒言,语音偏低,甚者伴有心悸健忘等症状。在辨证分型方面主要有心肾不交型,心胆气虚型,心脾两虚型和心虚血少型。

叶老同时指出不寐证除虚证外,尚有实证,半虚半实证等。实证和半虚半实证除失眠症状外或见有发热恶寒,头痛身疼,或见有胃脘胀满,腹胀便秘,或见有烦躁易怒,自言自语等等。这些或是外感六淫,或是胃气不和,或是心火亢盛,或是邪热扰心,常与其他疾病同时出现,而非患者就诊时的主诉。

2 治疗及用药特点

2.1 辨证施治,善用古方 叶老治疗不寐证尊崇“虚则补之,实则泻之”的原则。在精确辨证的基础上,对心肾不交型予以滋阴降火,交通心肾,方用天王补心丹;心胆气虚型予以益气镇惊,安神定志,方用仁熟散;对心脾两虚型,予以益气补血,健脾养心,方用归脾丸;心虚血少型予以益气养血,宁心安神,方用养心汤。在古方基础上,叶老常常灵活应用安神药,对于心血亏虚者常用养心安神药,有柏子仁、酸枣仁、茯神、百合、首乌藤等;对于心火偏旺者常用清心安神药,有黄连、丹皮、栀子、

莲子心、生地、百合等;对于心火亢盛者常用重镇安神药,有龙骨、牡蛎、磁石、龙齿、琥珀等。叶老还非常喜欢应用对药,常常应用黄连、肉桂;黄连、阿胶;女贞子、旱莲草;酸枣仁、柏子仁;龙骨、牡蛎;天冬、麦冬等配对使用,取其增强疗效之意。

2.2 注重服药时间和剂量 对于不寐证患者的服药时间和剂量,叶老也非常讲究,安排一天四次,分别为早、中、晚饭前各一次,睡前一次,还特别交代一定是温服,并且每次剂量不宜超过100 mL。

2.3 注重心理治疗 对于不寐证,叶老非常重视病因的解除,除了药物治疗,针对患者个体情况,每每进行个体化的心理疏导,如改变不健康的作息习惯,要求患者尽量在亥时前入睡,不能超过子时,适当参加一些健身运动,晚餐要以清淡为主,不宜过饱,忌食对睡眠有影响的浓茶、咖啡等。睡前宜保持平静。叶腾辉老师经常根据个人情况提出不同的解决办法,常常说到患者心坎上,患者非常乐于接受。患者常常有“豁然醒悟”的感觉^[8]。

3 病案举例

3.1 案一 李某某,女,48岁,因“失眠伴头晕,乏力三年,加重一周”就诊。患者三年来反复出现失眠,入睡困难,睡而易醒,伴有多梦,常常是似梦似醒,白天出现头晕,乏力,精神状态不佳,甚有恍惚感,同时伴有耳鸣。近一年来出现月经量少,月经周期延长等,并出现急躁易怒,稍有不顺即与人争吵等现象。患者苦不堪言,四方求治,疗效不佳。刻诊:患者形体偏瘦,面色焦躁,两颧微红,语速较快,声调偏高,舌质红苔少,脉细数。叶老处方:当归10克,生地黄10克,熟地黄10克,天冬10克,麦冬10克,丹参10克,元参10克,党参10克,女贞子10克,五味子6克,合欢花10克,柏子仁10克,琥珀3克。共三剂,两日一剂。一周后复诊,患者高兴地告诉叶老,睡眠明显改善,心情也较前转好。叶老以上方为基础,去琥珀,元参,合欢花,加旱莲草10克,郁金10克,百合10克,再予三剂,并告知,注意控制好情绪,尽量保持心情愉快。

按语:该患者辨证属心肾不交。因患者年届七七,肾阴不足,肾水不能上济于心,而气血亏虚,

阴亏血少,心火炽盛,又不能下交于肾。故出现失眠,头晕,乏力等症,同时因肝肾亏虚而伴有月经量少,月经周期延长等,肝火偏盛而出现急躁易怒等现象。治疗上叶老予以滋阴降火,交通心肾法,滋肾水以伏心火,同时加用养心安神药。方用天王补心丹去桔梗,朱砂,远志,茯苓加熟地黄,女贞子,合欢花,琥珀。复诊时因患者睡眠已明显改善,故去琥珀,合欢花,加郁金、百合、早莲草继续滋阴降火,解郁安神。

3.2 案二 王某某,女,59 岁,因“失眠,多梦,惊悸一年余”就诊。患者一年多来,反反复复出现失眠,多梦,常常伴有心烦,惊悸,自汗,气短,乏力等。患者自诉莫名胆小,如遇人大声叫喊或稍遇惊吓,即发生惊悸,惊吓等,继而失眠,入睡困难。患者多方医治,未果,故求诊于叶老。刻诊:患者体型偏胖,两目无神,面色淡白,语调偏低,舌质淡红,苔薄白,脉细数而弦。叶老处方:柏子仁 12 克,熟地黄 10 克,党参 10 克,五味子 6 克,枳壳 10 克,法半夏 10 克,茯神 12 克,菊花 10 克,当归 10 克,茯苓 10 克,水牛角 15 克,龙骨 30 克,牡蛎 30 克。共三剂,两日一剂。复诊,叶老还没有开口,患者便高兴地说失眠、惊悸等症状已经明显好转,喜悦之情溢于言表。叶老守上方,去菊花、法夏,加远志 6 克,枣仁 10 克,合欢花 12 克,再予三剂。并告知,适度参加体育锻炼如散步、广场舞等。

按语:该患者辨证属心胆气虚。患者为老年女性,气亏血少,加之体型偏胖,素体湿盛,长期脾阳不升,导致肝失疏泄,肝胆不利,心胆气虚,故出现不寐,且有虚烦,触事易惊,终日惕惕,易惊善恐等症状。叶老治以益气镇惊,安神定志。方用仁熟散去枸杞、肉桂,加法夏、当归、水牛角、龙骨、牡蛎等。复诊时,患者因睡眠及惊悸症状改善明显,故喜形于色。叶老去菊花、法夏、加远志、枣仁、合欢花、继以益气安神。

4 总结

不寐证是临床的常见病,多发病。由于生活节奏的加快,生活方式的改变以及工作、生活、学习等压力的增加,越来越多的人患有不同程度的失眠^[9-10]。通过对四川省名中医叶腾辉主任中医师治疗不寐证经验的总结,探析其学术思想,从而更好地继承和发扬。叶老治疗不寐证尊崇“虚则补之,实则泻之”的原则,强调“心血不足,脑失所养”是关键,多采用益气养血,交通心肾,疏肝理气、滋阴降火等法治疗,并辅以心理治疗,疗效甚佳。

参考文献

[1] 张伯史. 中医内科学[M]. 上海:上海科学技术出版社, 1985:113—116.

[2] 方药中. 实用中医内科学[M]. 上海:上海科学技术出版社,1985:345—347.

[3] 王永炎. 中医内科学[M]. 上海:上海科学技术出版社, 1997:132—136.

[4] 马超,郑锦. 失眠的中医药研究进展[J]. 辽宁中医杂志,2011,30(09):78—79.

[5] 朱伟,蔡铁如. 失眠症的非药物治疗概况[J];湖南中医杂志,2013,29(1):62—63.

[6] 李艳蓉,吴绍从. 中医治疗不寐理论初探[J]. 现代中医药, 2013,33(3):61—63.

[7] 张淑英,张娟红,李敏,等. 中医情志护理在持续性血液净化失眠患者中的应用[J]. 现代中医药,2016,36(6):65—66.

[8] 韩丰丰. 中药熏洗联合电子生物反馈治疗仪治疗失眠症的疗效观察[J]. 现代中医药,2017,37(1):9—10.

[9] 梁立敏. 赵绍华主任医师治疗失眠临证经验浅析[J]. 现代中西医结合杂志, 2017,26(1):98—100.

[10] 徐浩,汪洋鹏,楼招欢,等. 中医治疗失眠病症常用中药药对研究进展[J]. 中华中医药杂志,2017,31(2):295—298.

(收稿日期:2018-12-14 编辑:杨芳艳)