此为临时链接，仅用于文章预览，将在短期内失效[关闭](https://mp.weixin.qq.com/s?__biz=MzAwMDc5ODE0OQ==&tempkey=H9UguOoqQ%2Be1sEVTK7okdZiXS%2BphRopcAQ5jMq6Ublcnq6lVe%2FNLEMSw3qgWovdBu8s97Gj%2Fscz6L3X64AEPdGTYzr0tSR5%2FBMxCByNUifuJxGt8IGPKo%2Bk2o0uTXBanCask5IWsSt%2FDbNWxusTueg%3D%3D&chksm=02f3866635840f70a34f3d00c6cd7196b28c7ca3bd78436500215d9c143db0ef5118717e7cf0##)

【医案】陈根成教授治疗老年失眠病案一则

2017-02-21 叶应阳 [孚道仁医](https://mp.weixin.qq.com/s?__biz=MzAwMDc5ODE0OQ==&tempkey=H9UguOoqQ%2Be1sEVTK7okdZiXS%2BphRopcAQ5jMq6Ublcnq6lVe%2FNLEMSw3qgWovdBu8s97Gj%2Fscz6L3X64AEPdGTYzr0tSR5%2FBMxCByNUifuJxGt8IGPKo%2Bk2o0uTXBanCask5IWsSt%2FDbNWxusTueg%3D%3D&chksm=02f3866635840f70a34f3d00c6cd7196b28c7ca3bd78436500215d9c143db0ef5118717e7cf0##)

**【医案】**

陈根成教授治疗老年失眠病案一则

林某，女，65岁

**初诊**

**症见：**失眠1年余，失眠特点为夜间入睡困难，服2粒安定方能入睡，易醒，易惊，早醒，醒后难以再睡，每日约睡3~4小时，无梦，无明显烦躁，白日困倦乏力，但白日亦难入睡。面色少华，形体消瘦，言语声低，手足欠温。偶有心慌、胸闷、头晕、骨节酸痛，纳一般，二便可。舌淡边有齿印，脉细弱。

既往曾服用酸枣仁汤、天王补心丹、归脾汤、泡脚、运动等皆无明显效果。

**诊断：**慢性失眠

**辨证简要：**病位在五脏，病机在气血亏虚，卫阳不足，循行失常，神不归脏。

**治法：**益气养血，充和营卫，温补命门，安神定志。

**处方：**归根汤加减。

黄芪  肉桂  白芍 当归 川芎

 熟地黄  党参  白术  干姜  远志

茯苓  炙甘草  酸枣仁  枸杞子  龙齿

  七剂，水煎服，日一剂，分早晚温服。

**二诊**

入睡仍觉困难，闻声响易醒，睡眠时间较前稍延长，白天困倦时能稍寐。然而，头晕、胸闷及乏力症状则改善明显。

**处方：**原方减枸杞子、熟地，加防风、珍珠母，干姜、肉桂调量，7剂。并嘱患者耐心服药。

**师曰：**张景岳曰“凡久远之病，则当要具始终，治从乎缓”，老人命门火衰，气血非能速补，卫气之流行非一朝一夕所能恢复，应继续温补。

**按：**方中增加了干姜、肉桂的用量加强温补先后天阳气的作用，防风能加强黄芪的补气效果、补而不滞，增强卫气的流行，珍珠母加强重镇潜藏的效果。现以温阳为首要，故减去枸杞子与熟地。

**三诊**

睡眠改善，每日约能睡5~6小时，偶有醒觉，能再入睡。精神及各种躯体症状都有改善。

**师曰：**患者服用此温热之方剂未见热象，反见好转，阳虚之证明矣，卫阳之行渐复矣。效不更方，并嘱患者逐渐减少安眠药用量，若能入睡则不服安眠药。

**按：**老人失眠与五脏衰退有关，五脏阳气衰退，虚冷则神不能归藏，故有失眠的同时会出现诸多脏腑功能失调之症状。在治疗失眠时不可只关注于心肝、神魂，要从整体把握脏腑的情况做出调整，故而在睡眠也得到改善的同时，脏腑功能也得到了恢复。

四、五诊

逐渐停服安眠药，或有时服用半粒。睡眠稳定，每日能睡约6~7小时。

**师曰：**患者症状逐渐好转及稳定，原方干姜、肉桂均减至初诊量，加熟地。并嘱患者不用继续每日服中药，但年老气血渐衰，为生命之常理，故空余时需常以归根汤益气养血，温补命门之火，以巩固疗效。

**按：**火若分君相，命门之火可归于少阴君火之列，其火明而不烈，如油灯之火，灯亮人明，灯尽人亡。故温养命门不宜用“柴火”而需用“油火”，故加熟地，如在灯中加油。

跟师感悟

《灵枢·营卫生会论》阐述了老人失眠的病理：“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，故昼不精，夜不瞑。”老年人五脏虚损，命门火衰，原气渐弱，脉道不通，中焦生化乏力，致使营卫不足，尤其是卫气不足不能正常循行，是老人失眠的最重要原因。卫气循行是需要与外环境相适应的，老人的卫气循行异常，即夜出于体表（阳）使人“夜不寐”，日入于体内（阴）使人“昼不精”，出现卫气与正常方向相悖，其实是老人卫阳虚弱后人体产生代偿的后果。

老人生化乏力其根本在于“命门火衰，原气虚损”，《难经》指出“命门者，诸神精之所舍，原气之所系也”“此五脏六腑之本，十二经脉之根，呼吸之门，三焦之原，一名守邪之神。故气者，人之根本也，根绝则茎叶枯矣”，命门内藏原气，原气为脏腑经络之本，《素问·刺节真邪论》称为“真气”：“真气者，所受于天，与谷气并充于身”，唯有原气充足脏腑方能生生化化，营卫方能后续有源。命门原气之中，又以“阳气”为重，陈士铎认为：“命门者，先天之火也……（五脏六腑）无不借命门之火而温养也”，老年人天癸竭尽，气血渐损，唯有温养此“命门之火”，方能延缓脏腑的衰老，充补损耗的气血营卫，又张景岳认为“气为阳，阳主神”，阳气坚固，神才不受扰，故而振奋卫阳，首在“温补命门”。

归根汤除了常规的安神定志的药物外，其重要的特点是温补命门之火，故特别对中老年的虚证失眠疗效尤佳。

关注孚道仁医，获取更多健康信息



微信扫一扫  
关注该公众号