

一、火热扰心，神不守舍

《素问·热论》云：“……二日，阳明受之，阳明主肉，其脉挟鼻络于目，故身热目痛而鼻干，不得卧也。”火性炎上，不论感受外邪郁而化火，还是七情化火等，皆可上扰神明，引起失眠等症。临床常可遇到由于肝热、胃火等波及心神，火热内窜而致夜寐不安的病人，根据其临床表现选用朱砂安神丸等方药化裁而获效，可谓此论之佐证。

二、胃失和降，痰浊中阻

“胃不和则卧不安”，为人所共知，然其病机何在？《素问·逆调论》云：“不得卧而息有音者，是阳逆之逆也。足三阳者下行，今逆而上行，故息有音也。阳逆者，胃脉也，胃者，六腑之海，其气亦下行。阳明逆不得从其道，故不得卧也”，即从中医理论上作了阐述。

若痰浊中阻，枢机不利，脾气不升，胃气不降，或者逆而上行，则使“胃以降为顺”之生理状态破坏，逆气上冲于心而引起失眠。对此型病人治宜用《内经》半夏饮，方由半夏、秫米及长流水组成。前二味乃化痰和胃之圣药，取长流水以通调气机、平衡阴阳，可谓治疗失眠之妙剂，验之临床，功效不凡。张铁敏氏报道，应用该方治疗严重失眠20例取得满意疗效（《中西医结合》，（5）：299，1983）。

三、营卫不和，节律失常

此型《内经》论述最多，但未受后世医家重视，如现行许多教材没有营卫不和导致失眠的提法。为何营卫不和可致失眠呢？这与营卫的运行，尤其是卫气的运行规律有密切关系。《灵枢·口问》认为，“卫气昼日行于阳，夜则行于阴，阴者主夜，夜者卧”。且卫气在白天先从太阳经的睛明穴开始循行，与目的开合直接相关。营卫之气运行有序，则睡眠正常；若营卫失和，必影响睡眠。《灵枢·邪客》“今厥气客于五脏六腑，则卫气独卫其外，行于阳，不得入于阴……

《内经》对失眠病机的认识

陕西中医学院 郭教礼 李志安

主题词 《内经》 失眠症/ 中医药疗法 中医病机

朱砂安神丸/ 治疗应用 桂枝汤/ 治疗应用

故目不瞑”，《营卫生会篇》“老人之夜不瞑者，何气使然？……其营气衰少而卫气内伐，故昼不精，夜不瞑”，说明了营卫不和、运行逆乱而引起失眠之机理。

推而广之，无论外感六淫还是内伤七情，凡能扰乱营卫运行规律的一切因素，都可使睡眠受到影响而出现失眠等症。临床上运用调和营卫之法治之，不仅有其理论依据，且切实可行。笔者曾用桂枝汤加味治疗失眠，获得良效。

四、气机乖乱，郁而化火

此一认识散见于《素问》的《厥论·胀论》、《气穴论》中，有气滞不通疼痛而失眠者，有“心胀”、“脾胀”而见烦心短气、卧不安者。气郁不畅的原因多为七情所伤。临床常可见到许多病人，尤其是女性患者，吵架后郁郁不乐、烦躁易怒，辗转反侧难以入睡，甚或彻夜不眠。其机理系气机乖乱、神荡不藏，治疗首当以言语劝导，辅以疏肝解郁、安神定志之药，选用丹栀逍遥散加减为治，常可收到西药所不及的疗效。

五、水气上逆，神明被扰

此型失眠主要见于《素问》中。如《水热穴论》“故水病，下为跗肿大腹，上为喘呼，不得卧者，标本俱病，故肺为喘呼，肾为水肿，肺为逆不得卧，分为相输，俱受水气之所留也”，《评热病论》“诸水病，故不得卧，卧则惊，惊则咳甚也”，说明水气上逆致失眠的病理机制。在诸病因的作用下，津液输布失常可形成水气痰饮，如现代医学中的肾病，患者除周身浮肿外，常见有失眠，其原因就在于水气逆行、上扰神明，治当通阳利水，平冲定志，

可选用奔豚汤、五苓散等治疗。

六、湿热中阻，升降失司

《灵枢·经脉》“脾足太阴之脉……是主脾所生病者……水闭，黄疸，不能卧”，示湿热内蕴亦可引起失眠。脾喜燥恶湿，水湿化患，首殃脾土，脾为湿困，蕴久生热，使中焦升降失司，内扰神明而致失眠。一些消化系统疾病临床常出现一系列湿热蕴中之症状，并伴见失眠多梦，治当芳香化湿、清热和中，选用三仁汤等方药加减治疗，常可取效。

七、气血虚衰，心神失养

《灵枢·营卫生会》“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”，《灵枢·脉度》“气并相还则为濡目，气不荣则目不合”，即言气血虚弱是失眠的病机之一。

气血是人的重要营养物质，具有濡养机体、滋润脏腑的作用。如脾胃虚弱，或大病久病，或失治误治，均可使气血虚衰、脏失濡润，心不藏神、神失所舍、魂魄飞扬，便可引起失眠。

临床上此型患者为数众多，且常以失眠为主诉，兼见其他症状。治疗应根据气血虚弱之偏重，相应选用归脾汤或酸枣仁汤加减治疗。一般来说，只要辨证准确，其疗效肯定，重复性好。

（作者简介：郭教礼，男，25岁，1985年毕业于陕西中医学院，同年考入该院研究生班；李志安，男，30岁，1983年毕业于河南中医学院，1986年考入陕西中医学院研究生。）