

张仲景辨治失眠探析

黄 苏 萍

(福建中医学院, 福州 350108)

关键词: 失眠; 中医药疗法; 张仲景; 伤寒杂病论

失眠是临床常见病症, 其发病率呈不断上升趋势, 严重影响人们的生活质量。张仲景在《伤寒杂病论》中, 对失眠的描述有不得眠、不得睡、不能卧、起卧不安、卧起不安、不得卧寐等。书中涉及失眠的条文 29 条, 其中 18 条备有治疗方药, 对失眠症的辨证施治、理法方药较为完备, 可见张仲景对失眠症的重视。究其法则, 经分析梳理可归纳为以下八法^[1-3], 现简述之, 冀对当今临床诊治失眠症有所启示作用。

滋阴清热法

该法内容最为丰富, 包括: 肝阴血虚, 酸枣仁汤; 心肾不交, 黄连阿胶汤; 心肺阴虚内热, 百合汤类; 阴虚水热互结, 猪苓汤主之。

《金匱要略·血痹虚劳病脉证并治第六》17 条: “虚劳虚烦不得眠, 酸枣仁汤主之”。此为治疗肝阴血虚, 虚热内扰之失眠。仲景以酸枣仁为君养肝阴, 茯苓、甘草宁心安神, 知母清虚热, 川芎理血疏肝, 共奏养阴清热、安神助眠之效。《伤寒论》第 303 条: “少阴病, 得之二三日以上, 心中烦, 不得卧, 黄连阿胶汤主之”。此为治疗肾阴虚心火旺, 肾水不能上济于心, 心火不能下交于肾, 心肾不交出现阴虚火旺之失眠。黄连阿胶汤以黄芩从黄连泻心火, 白芍从阿胶再伍鸡子黄滋肾水, 心肾得以交通, 心烦除, 卧寐安。《金匱要略·百合狐惑阴阳毒病证治第三》1 条、2 条、4 条、5 条: “百合病者, 百脉一宗, 悉致其病也。意欲食复不能食, 常默默, 欲卧不能卧, 欲行不能行……百合知母汤、百合鸡子汤、百合地黄汤主之。”此为心肺阴虚而生内热所致, 以百合为君, 或加知母增强清热, 或合生地黄、鸡子黄增强滋阴, 养阴润燥, 除烦安神。《伤寒论》第 319 条: “少阴病, 下利六七日, 咳而呕渴, 心烦, 不得眠者, 猪苓汤主之”。此为治疗

阴虚水热互结之主法。用猪苓汤利水不伤阴, 滋阴不助湿, 使水热得清, 阴亏得养而睡眠自安。

清宣郁热法

《伤寒论》第 76 条: “发汗吐下后, 虚烦不得眠; 若剧者, 必反复颠倒, 心中懊憹, 栀子豉汤主之。”《伤寒论》第 79 条: “伤寒下后, 心烦腹满, 卧起不安者, 栀子厚朴汤主之。”《伤寒论》第 221 条: “阳明病, 脉浮而紧, 咽燥口苦, 腹满而喘, 发热汗出, 不恶寒, 反恶热, 身重。若发汗则躁, 心愤愤反谵语; 若加温针, 必怵惕, 烦躁不得眠; 若下之, 则胃中空虚, 客气动膈, 心中懊憹。舌上胎者, 栀子豉汤主之。”该法适用于邪热内扰(郁)胸膈, 虚烦不得眠者, 方用栀子豉汤。以栀子配伍豆豉一清一透, 使胸膈之郁热得解, 心烦失眠自消。

重镇安神法

《伤寒论》第 112 条: “伤寒脉浮, 医者以火迫劫之, 亡阳, 必惊狂, 起卧不安者, 桂枝去芍药加蜀漆牡蛎龙骨救逆汤主之。”该法适用于心阳受损, 神明失守之起卧不安。仲景以桂枝配甘草温通心阳, 生姜、大枣和营, 蜀漆涤痰散邪, 龙骨、牡蛎重镇潜敛以安浮越之神。《伤寒论》第 107 条: “伤寒八九日, 下之, 胸满烦惊, 小便不利, 谵语, 一身尽重, 不可转侧者, 柴胡加龙骨牡蛎汤主之。”此为少阳郁热, 痰热扰心, 方用柴胡和解少阳, 桂枝通阳, 大黄、茯苓泻热通阳宁心, 龙骨、牡蛎、铅丹重镇坠痰。

回阳救逆法

《伤寒论》第 61 条: “下之后, 复发汗, 昼日烦躁不得眠, 夜而安静, 不呕, 不渴, 无表证, 脉沉微, 身无大热者, 干姜附子汤主之。”该法适用于下后复汗误治之变证, 少阴心肾阳虚, 虚阳外越致心神不宁, 方用干姜附子汤回阳救逆。

通腑泻热法

《伤寒论》第242条：“病人小便不利，大便乍难乍易，时有微热，喘冒不能卧者，有燥屎也。”宜大承气汤。”本法为治阳明之主法，适用于热邪不解，内结燥屎，腑气壅塞，浊邪上干，则头目昏冒，气粗作喘，不能安卧。病变主要在阳明胃肠经，故用大承气汤峻攻内结，实热去，燥屎除，喘冒止，其卧自安。

调和脾胃法

《金匱要略·百合狐惑阴阳毒病证治第三》10条：“狐惑之为病，状如伤寒，默默欲眠，目不得闭，卧起不安，蚀于喉为惑，蚀于阴为狐，不欲饮食，恶闻食臭，其面目乍赤、乍黑、乍白。蚀于上部则声喝，甘草泻心汤主之。”狐惑病(亦称狐蜃)是由于人体脾胃功能不足，湿热内生或外感久羁体内而不除，湿热腐蚀于人体上部眼、口腔则为蜃，腐蚀于前后二阴则为狐。本病与现代医学所称的眼、口、生殖器三联综合征极度相似。属脾胃不足，邪热阻滞，即《黄帝内经》所谓“胃不和则卧不安”。方用人参、大枣、甘草补脾气，生姜、半夏和胃气，配黄芩、黄连清热解毒除湿，使中焦健运而湿热自化，则不用安神药而寐自安。

化浊逐痰法

《金匱要略·肺痿肺痛咳嗽上气病脉证治第七》第7条：“咳逆上气，时时吐浊，但坐不得眠，皂荚丸主之。”《金匱要略·肺痿肺痛咳嗽上气病脉证治第七》第11条：“肺痛，喘不得卧，葶苈大枣泻肺汤主之。”肺主气司呼吸，性善肃降，又为娇脏，只容得本脏之清气，容不得外来之邪气，苟内外邪气相干，则肺气壅塞，肃降失常，喘咳作矣，故因痰

致喘而不得眠者临床亦较多。治当逐痰浊为要，以皂荚涤痰去垢，佐蜜丸枣膏兼顾脾胃，使痰除而正不伤。或用葶苈子苦寒滑利，泻肺逐痰，辅以大枣安中而调和药性。意在痰浊去，咳喘平，自能眠。

理气活血法

《金匱要略·妇人产后病脉证治第二十一》第5条：“产后腹痛，烦满不得卧，枳实芍药散主之。”产后腹痛，有虚实之异。本条腹痛烦满不卧，属实证，由产后气血郁滞所致，治宜行气活血。方中以枳实烧黑能行血中之气，芍药活血定痛，加大麦粥顾护胃气，此正合《素问·至真要大论》“疏其血气，令其调达，而致和平”之意。气血通，则腹满痛、烦满不得卧等症乃除。

由此可见，张仲景认识到虚、热、痰、瘀、腑实等皆会扰乱心神导致不寐，辨治失眠从阴虚火旺、邪热内扰、痰浊内阻、瘀血阻滞、阳明腑实等病机入手，分别施以滋阴清热、清宣郁热、化浊逐痰、理气活血、通腑泻热等治则，创立了滋养阴血的酸枣仁汤、交通心肾的黄连阿胶汤等多首治疗失眠行之有效的方剂，开创了失眠症辨证论治之先河，为失眠的辨证论治奠定了坚实的临床诊疗基础。

参考文献

- [1] 黄海·张仲景治疗精神疾病探析·中国医药学报, 2003, 18(9): 568—569
- [2] 汪永清, 邓德芳·试论张仲景对失眠症的辨治十法·中华综合临床医学杂志, 2003, 23(5): 72—73
- [3] 武永刚, 亢连茹·《伤寒杂病论》治疗失眠证七法辨析·中医医药学报, 2004, 32(2): 5—6

(收稿日期: 2006年4月21日)