

• 临证经验 •

从《温病条辨》三甲复脉汤思路论治失眠症

车丽坤¹, 张晓梅², 胡家蕊¹, 李瑞¹, 姜良铎³, 康雷³, 丁霞¹(¹北京中医药大学, 北京 100029; ²北京中医药大学东方医院, 北京 100078; ³北京中医药大学东直门医院, 北京 100700)

摘要: 三甲复脉汤出自清代吴鞠通《温病条辨》, 系治疗温病后期, 热邪深入下焦, 真阴耗伤, 虚风内动之主方。姜良铎教授在临床上常应用此方思路加减治疗失眠症, 为探求其疗效作用机制, 笔者运用文献研究、经验总结等研究方法, 从失眠病因病机、临床思路探讨等多个方面论证了其治疗失眠症的有效作用。分析结果显示, 应用三甲复脉汤从调和营卫、调理脏腑、调畅神机3个方面治疗失眠症, 能够起到滋补肝肾、潜阳熄风、镇惊安神的作用, 临床中常能取得不错的疗效。

关键词: 三甲复脉汤; 失眠; 从状态论治; 温病条辨; 名医经验

基金资助: 国家重点研发计划项目 (No.2018YFC1704100, No.2018YFC1704106)

**Treating insomnia of yin deficiency type with Sanjia Fumai Decoction in
Febrile Disease Differentiation**

CHE Li-kun¹, ZHANG Xiao-mei², HU Jia-rui¹, LI Rui¹, JIANG Liang-duo³, KANG Lei³, DING Xia¹(¹Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029, China; ²Dongfang Hospital, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100078, China; ³Dongzhimen Hospital, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100700, China)

Abstract: Sanjia Fumai Decoction, which derived from *Febrile Disease Differentiation* written by WU Ju-tong, is the main formula for treating later period of warm disease, heat evil deeping into lower-jiao, true yin hurting and endogenous deficient wind. For the purpose of exploring and concluding professor JIANG Liang-duo's clinical experience in treating insomnia, the thesis systematically elaborates the etiology and pathogenesis, mechanisms of Sanjia Fumai Decoction, and clinical experience. The results showed that Sanjia Fumai Decoction can often achieve good curative effect of nourishing liver and kidney, suppressing yang to quench wind and relieving convulsion-soothing the nerves in the treatment of insomnia in clinical practice from 3 aspects such as reconciling Ying-qi and Wei-qi, regulating Zang-fu and recuperating spiritual mechanism.

Key words: Sanjia Fumai Decoction; Insomnia; Treatment from state; *Febrile Disease Differentiation*; Famous doctor's experience

Funding: National Key R&D Program of China (No.2018YFC1704100, No.2018YFC1704106)

失眠是大多数人都有的经历, 当频繁而持续的失眠影响到了人们的日常活动状态, 导致内分泌失调、记忆力下降、寿命缩短等严重后果时, 则称为失眠症。2017年《中国失眠症诊断和治疗指南》^[1]中将失眠症定义为频繁而持续的入睡困难和(或)维持困难并导致睡眠感不满意为特征的睡眠障碍。失眠症的治疗上通常选择镇静催眠药物, 对于一过性的失眠可以达成速效, 但由于此类药物具有成瘾性和耐药性, 部分患者的失眠往往愈演愈烈, 发展为以久发、反复为主要特点的慢性失眠症。姜良铎教授在临床常应用三甲复脉汤思路治疗此类失眠症, 屡获良效, 故本文试从病

因病机、诊治思路、验案举隅等方面初步探析姜教授治疗失眠症的经验, 以期反哺于临床。

病因病机

1. 营卫失和, 出入失常 正常的寤寐节律有赖于阴阳协调, 尤其是营卫的出入运动。《灵枢·大惑论》曰: “夫卫气者, 昼日常行于阳, 夜行于阴, 故阳气尽则卧, 阴气尽则寤”。营阴的滋养是卫气获得动力的根源, 营卫失和则寤寐节律紊乱, “卫气不得入于阴, 常留于阳, 留于阳, 则阳气满, 阳气满则阳跷盛; 不得入于阴, 则阴气虚, 故目不瞑”。或因外邪侵犯人体, 卫气奋而御邪, 被邪气滞留于体表, 不能入于营阴则

导致阳气偏盛、机体偏亢;或因于素体营血不足,血脉不充,或属中老年患者营血已耗,导致卫气无法被营血摄纳,营卫不交则寤寐失常;营卫失和日久,气血生化乏源,卫气不得营血濡养,营气不得卫守而空有损耗,阴阳不能交通,脏腑功能失常,则失眠迁延亦甚,导致慢性失眠症的发生。

2. 脏腑失调, 阴阳不交 脏腑是机体生命运动的核心, 正常的寤寐有赖于脏腑阴阳的协调沟通。《温病条辨》下焦篇中(见图1)说明了寤寐与脏腑阴阳上下交通的联系^[2], 可概括为“阳入于阴则寐, 阴出于阳则寤”。其中最重要的一环在于心肾交通, 或因禀赋不足, 或因年迈体虚, 或因七情内伤, 导致肾阴亏耗无以纳摄心阳, 心为火脏, 不得肾水凉润则心火偏亢, 表现为夜间难以入睡或者易醒等症状; 心之阴血未能在夜间得到肾阴的充分滋养, 则血不能养神, 进一步影响到心主神明的功能, 日间活动时则容易表现出乏力、注意力下降, 甚则心悸胸痛等心脉失养的表现。肝肾同源, 肾阴亏虚易损及肝之阴血, 又因肝主藏魂, “随神往来者谓之魂”, 神与魂常并行, 心神失养、肝血亏虚则肝不舍魂, 睡眠质量不能得到保障, 临床容易出现多梦、梦游、梦呓等症状。肝肾阴虚, 水亏火旺, 引动肝风, 风性变动, 扰动心神则见心神不定, 入夜后仍然偏亢。就脏腑失调方面而言, 慢性失眠症以肝肾阴虚不能纳摄心阳为其正虚基础, 以心火偏亢、风阳内动导致的诸症为主要临床表现。

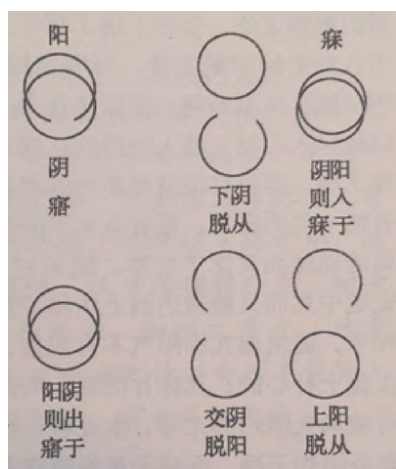


图1 吴鞠通人身阴阳生死寤寐图
注: 图引自文献^[2]。

3. 久病生变, 阻碍神机 张景岳言: “盖寐本乎阴, 神其主也。神安则寐, 神不安则不寐”。脏腑藏神, 其气机紊乱则气血失畅, 久则变生风、火、痰、瘀等病理产物, 阻碍神机。因于七情劳倦、禀赋不足, 肾精亏耗, 阴不制阳, 则生阴虚火旺, 心肾不交、心阳独

亢则见心火偏亢, 火易扰神, 动血耗血, 见心烦不眠、心神不安; 因于饮食不节、思虑过度伤及心脾气血, 脾胃失运, 生化乏源则心失所养, 无以运化水液而成痰湿, 痰湿扰动神明则不寐多梦; 情志失常, 肝郁气滞, 或水不涵木, 肝血不足, 气血疏泄失常, 气郁化火则上扰心神, 气滞血停则变生瘀血, 阻塞心脉则神机不通、心烦不寐, 肝阳化风则见心神不宁, 手足震颤, 长期失眠还会导致抑郁、焦虑状态的发生。

诊治思路

1. 三甲复脉汤现代应用 复脉汤最早出自《伤寒论》太阳病篇: “伤寒脉结代, 心动悸, 炙甘草汤主之”, 炙甘草汤别称复脉汤, 包含炙甘草、人参、生地、黄、桂枝、阿胶、麦冬、火麻仁、生姜、大枣9味药, 主治心阴阳两虚之心悸及虚劳肺痿。随着明清温病学说的发展, 吴鞠通去除原方伤阴之人参、桂枝、生姜、大枣及清酒, 加入白芍, 易生地、黄为干地黄, 更加潜阳熄风之牡蛎、鳖甲及龟甲, 组成以滋补肝肾阴虚为主要功效的三甲复脉汤。在现代临床中, 三甲复脉汤的应用范围广泛且疗效优异, 对于缓解《温病条辨》原文所述复脉汤主治“脉结代”“心中震震”“心中憺憺大动”等心脉症状尤为擅长, 在循环系统疾病如心律失常、冠心病、高血压病等^[3], 及神经系统疾病中风后遗症、帕金森病、抑郁症等疾病中常能获得不错的疗效^[4]。文献表明, 三甲复脉汤具有镇静、解痉等功效^[5], 其中, 麦冬有镇静、催眠、抗心律失常等作用, 干地黄、白芍也具备良好的镇静、降血压的作用, 龟甲、鳖甲、牡蛎中含有丰富的钙质, 能够调节体内钙水平, 其中牡蛎还具备镇静、镇痛的功效。

2. 从三甲复脉汤思路论治失眠

2.1 调和营卫, 平衡阴阳 营卫来自于脾胃化生之饮食水谷精微, 其中营阴为睡眠的物质基础, 治疗失眠症当从调补营阴为切入点纠正其营卫失和之偏颇^[6]。三甲复脉汤中干地黄甘平, 滋补肝肾之阴, 又能凉血补血; 麦冬养阴生津, 兼清心火, 除烦止渴; 白芍养血敛阴, 还能平抑肝阳; 三者同用, 滋阴敛阴兼能清热, 可作为角药应用于阴虚诸证, 在临床上尚可根据患者状态灵活换用其他滋阴之品, 如滋补脾胃之阴者石斛、沙参、玉竹, 使之金水相生, 或应用天冬、百合滋补心阴, 配合五味子等敛阴药物使阴不易外泄。同时, 生活中注意规避风寒, 调摄情志, 防止外邪入侵, 烦扰卫阳。卫阳不亢, 营阴得固则营卫始能正常运行, 维持寤寐节律。

2.2 调理脏腑, 潜阳滋阴 失眠症常迁延日久, 且多见于中老年及围绝经期妇女等人群, 其病性属本虚

标实。肝肾阴虚为本虚基础,滋补肝肾当贯穿整个治疗过程,三甲复脉汤中干地黄功能滋补肝肾之阴,阿胶为血肉有情之品,质地黏稠,亦可大补肝肾阴血,防止动风生风;炙甘草补益心气,兼可调和,量大可用作温阳、复脉气;心阳偏亢、肝风内动为标实表现,治疗上选用牡蛎、鳖甲及龟甲潜阳熄风,此“三甲”均为壳类药物,兼有滋阴潜阳及重镇下沉之效,鳖甲能入肝经至阴,既能入络搜邪而退虚热,又具有良好的软坚散结之功;牡蛎功擅镇心止汗,固涩止遗;龟甲偏于潜阳,又能益肾强骨,养血补心。且临床中见魂不守舍、心悸怔忡者,还可用珍珠母、磁石等镇惊安神,纳摄心魂。失眠伴有心烦等阴虚火旺或心火亢盛患者,可加合欢皮、酸枣仁养血安神,辅以黄芩、黄连等清心火以除烦。在下滋阴,在上潜阳,心肾相交则脏腑得以沟通,心火得清、肝风得熄则心神安宁,寤寐有度。

2.3 调畅神机,气血和畅 长期失眠患者常伴有焦虑、抑郁状态,除以调整阴阳为治疗大法之外^[7],可增加香附、柴胡、玫瑰花等药物疏肝理气,加之言语安抚,缓解其紧张情绪;患病日久,郁热、痰、瘀结于局部,往往会导致肺结节、乳腺结节、甲状腺结节及胃肠息肉等疾病的发生,“三甲”具有良好的软坚散结之功,亦可选用白芥子、夏枯草等豁痰散结药以及三棱、莪术等破血散结药物;临床亦常用黄芪、党参等温和补益之品扶助肺脾之气,以后天养先天,使气血津液得复。如此“以通为用”,通过理气、散结、祛瘀等方法,令气血和畅,恢复心主神明的正常功能,则睡眠得安。

验案举隅

患者某,女,61岁,2020年9月23日因“反复失眠4年余”就诊。2018年甲状腺癌切除术后,2020年5月体检胸部CT示肺部小结节。患者4年来反复失眠,入睡困难,甚至彻夜不眠,睡后易醒,醒则再难入睡,心烦燥扰,易急易怒,平时间断用安眠药(具体药物不详)辅助睡眠,伴见乏力气短,口干欲饮,腹胀暖气,偶有咳嗽,咯痰色白量少质黏,纳可,小便可,大便质干稍难解,两日一行。舌红瘦苔薄白质干有裂纹,脉弦细。西医诊断:失眠症;中医诊断:不寐,证属气阴两虚,心肾不交;治以滋阴潜阳,交通心肾,养血安神。处方:麦冬15 g,生地黄15 g,党参15 g,石斛15 g,龟甲10 g,鳖甲15 g,牡蛎30 g,珍珠母30 g,白芍15 g,刺五加10 g,酸枣仁15 g,合欢皮15 g,莪术10 g,浙贝母15 g,白花蛇舌草30 g。配方颗粒,14剂,1剂分为2袋,每日冲服1袋。嘱其忌烟酒,忌食辛辣,注意休息,调畅情志。

二诊(2020年10月25日):服药1个月后自觉睡眠较前改善,乏力气短、心烦易急缓解,仍口干,舌红瘦苔薄白有裂纹,脉弦细。予前方去珍珠母,加郁金10 g、夏枯草15 g,配方颗粒服法同前,继服2个月。

三诊(2021年3月16日):睡眠较前大为改善,基本脱离安眠药辅助睡眠,且于当月复查胸部CT示肺部小结节消失。

按:患者为老年女性,年逾六旬,阴气大衰,两年前行手术更伤气阴,下虚上实,此为其内伤基础。肾阴亏不能敛阳则入睡困难、易醒,心阳偏亢则心烦躁扰不宁,心肾不交则致失眠病性属本虚标实,辨证为气阴两虚,心肾不交证。治疗上当宗姜教授“通、化、调”之法^[8],选方以三甲复脉汤加减,方中生地黄、麦冬滋补心肾之阴,石斛、党参滋补肺脾气阴,龟甲、鳖甲养阴潜阳,牡蛎、珍珠母重镇安神,白芍、刺五加、合欢皮与酸枣仁同用敛阴和营,安神助眠,浙贝母、莪术、白花蛇舌草化痰祛瘀,解毒抑癌,诸药同用,共奏滋阴潜阳、交通心肾、养血安神之功。二诊时加用郁金、夏枯草加强理气散结之功,因珍珠母不宜长期应用故去之。

小结

失眠症属于慢性多发病,在50岁以上中老年人群中或围绝经期女性人群中更为高发,其病性属本虚标实,以肝肾阴虚为本,阳亢于上为标,临床中可以运用三甲复脉汤思路,以调整阴阳为大法,从调和营卫、调理脏腑以及调畅神机3个方面求解,并针对患者的状态选择合适的方药加减,能够起到滋补肝肾、潜阳熄风、镇惊安神的作用,往往能取得不错的疗效。

参考文献

- [1] 中国睡眠研究会.中国失眠症诊断和治疗指南.中华医学杂志,2017,97(24):1844-1856
- [2] 清·吴瑭.温病条辨.北京:人民卫生出版社,1963:140
- [3] 宋阳,李琴.三甲复脉汤加味辨治原发性高血压眩晕(阴虚风动证)的效果及部分机制初探.中国医药科学,2021,11(19):92-94,148
- [4] 杨芳,金硕果,陈卫银,等.三甲复脉汤加减对PIGD型帕金森病抑郁和睡眠障碍的影响及其机制研究.辽宁中医杂志,2017,44(10):2131-2134
- [5] 李延,袁鑫.三甲复脉汤药理和应用研究概况.山东中医杂志,2019,38(4):390-393
- [6] 吴裴,诸毅晖,宋孝军,等.从“营虚神扰”探析不寐病机及针灸选穴思路.中华中医药杂志,2020,35(11):5474-5476
- [7] 张晓轩,黄诗雅,麦润汝,等.从阴阳二旦辨治失眠伴抑郁、焦虑.中华中医药杂志,2022,37(4):2013-2016
- [8] 董环,张晓梅,肖培新,等.姜良铎状态中医学与系统科学思想的临床解析.中华中医药杂志,2019,34(10):4630-4632

(收稿日期:2022年2月28日)