

## • 论著 •

## 心不藏神不寐刍议

李亚金<sup>1</sup>, 张星平<sup>1,2</sup>, 陈俊逾<sup>2</sup>, 梁政亭<sup>1</sup>, 肖春霞<sup>2</sup>( <sup>1</sup>新疆医科大学, 乌鲁木齐 830011; <sup>2</sup>新疆医科大学第四附属医院, 乌鲁木齐 830000 )

**摘要:** 不寐病因复杂, 与五脏皆有关, 然总以心不藏神为主。文章通过追溯心不藏神不寐的源流, 舌诊是中医诊病的特色诊法, 在不寐病的辨治中具有重要作用。文章通过从舌辨治不寐病案例3则的介绍, 分析舌诊在不寐病辨证治疗中的具体应用, 探讨舌诊在辨治不寐病中的作用与临床意义, 以期今后更好地指导临床诊疗。

**关键词:** 心不藏神; 不寐; 病因病机; 辨证论治

**基金资助:** 国家自然科学基金资助项目 (No.81260526, No.81560762), 新疆维吾尔自治区自然科学基金 (No.2015211C023), 国家中医药管理局“十二五”中医各家学说重点学科

## Discussion on insomnia caused by dysfunction of heart storing spirit

LI Ya-jin<sup>1</sup>, ZHANG Xing-ping<sup>1,2</sup>, CHEN Jun-yu<sup>2</sup>, LIANG Zheng-ting<sup>1</sup>, XIAO Chun-xia<sup>2</sup>( <sup>1</sup>Xinjiang Medical University, Urumqi 830011, China; <sup>2</sup>The Fourth Affiliated Hospital of Xinjiang Medical University, Urumqi 830000, China )

**Abstract:** The cause of insomnia is complicated, which related to dysfunction of five zang viscera, but the main cause of this disease is dysfunction of heart storing spirit. The article traces the origin that insomnia caused by dysfunction of heart storing spirit and analyzes the ancient physicians' understanding on insomnia caused by dysfunction of heart storing spirit. And the article has cleared that the basic etiology of insomnia caused by dysfunction of heart storing spirit is dystrophy or disturbing of heart-vitality caused by the deficiency of qi, blood, yin, yang and the evil invasion of phlegm, fire, stasis. And its core pathogenesis is spirit-can't-enter-heart and the treatment is mainly based on nourishing the heart, eliminating pathogenic factors, tranquilization.

**Key words:** Dysfunction of heart storing spirit; Insomnia; Etiology and pathogenesis; Treatment based on syndrome differentiation

**Funding:** National Natural Science Foundation of China (No.81260526, No.81560762), Natural Science Foundation of Xinjiang Uygur Autonomous Region (No.2015211C023), Theories of Schools of Traditional Chinese Medicine of National TCM Key Disciplines during the 'Twelfth Five-year' Plan Period of State Administration of Traditional Chinese Medicine

不寐是以经常不能获得正常睡眠为特征的一类病证, 主要表现为睡眠时间、深度的不足, 轻者入睡困难, 或寐而不酣, 时寐时醒, 或醒后不能再寐, 重则彻夜不寐<sup>[1]</sup>。在《黄帝内经》的基础之上, 历代医家从不同角度立论, 对不寐病因病机的认识各持观点, 然总不离五脏, 其中又以心为首。以下就心不藏神不寐的源流、病因病机、辨证论治等做一阐释, 冀同道指正。

## 心不藏神不寐的源流

关于心藏神的论述最早见于《黄帝内经》, 《素问·六节藏象论》曰: “心者, 生之本, 神之处也”。《素问·宣明五气篇》曰: “心藏神, 肺藏魄, 肝藏魂, 脾藏意, 肾藏志, 是谓五脏所藏”, 提出五脏(心、肝、脾、肺、肾)舍五神(神、魂、意、魄、志)理论; 《素问·病能论》曰: “人有卧而有所不安者何也……藏有所伤, 及精有所之寄则安, 故人不能悬其病也”, 五脏舍五

神, 脏有所伤或情有所偏, 五神不能安舍于五脏, 则人虽卧而不能安寐。《素问·六节藏象论》曰: “心神不安, 则生不寐”, 明确提出神不安舍于心, 则不寐, 又《素问·灵兰秘典论》云: “心者, 君主之官, 神明出焉”, 《灵枢·邪客》亦有言: “心者, 五脏六腑之大主也, 精神之所舍也”, 指出心为君主之官, 五脏六腑之大主, 总领五脏六腑, 故不寐尤以神不安舍于心所致不寐为多见。

后世医家在此基础上均有关于心不藏神所致不寐的论述。《难经·四十六难》曰: “血气衰, 肌肉不滑, 荣卫之道涩, 故昼日不能精, 夜不能寐也”, 指出营血亏虚, 血脉失充, 心失于养, 则神不能安舍于心, 而昼日不能精, 夜不能寐也。东汉张仲景在《金匮要略》中说: “虚劳虚烦不得眠, 酸枣仁汤主之”, 指出先天禀赋不足或劳倦过度等致肝阴不足, 心血亏虚, 阴虚内

热,上扰心神,心神不安则不得眠。隋代巢元方《诸病源候论·虚劳病诸候上》曰:“若心烦不得眠者,心热也”,亦可知心血亏虚,虚热内生,烦热躁扰,心神不宁,神不藏于心,致不得眠。唐代孙思邈《备急千金要方》曰:“治产后大虚,心悸,志意不安,不自觉恍惚恐惧,夜不得眠”,提出产后气血亏虚,虚热内生,扰乱心神,神不能安舍于心,思绪恍惚,善惊易恐,而不得眠。至明代,张景岳《景岳全书》曰:“盖寐本于阴,神其主也,神安则寐,神不安则不寐”,指出睡眠的本质是神安舍于所舍之脏,不寐的本质是神不能安舍于所舍之脏。其《类经》又言:“心为五脏六腑之大主,而总统魂魄,并赅意志……此所以五志唯心所使也”,可知神、魂、意、魄、志五神中以心神为主导,故不寐以神不安舍于心所致不寐为主。至清代唐容川《血证论》云:“寐者,神返舍,息归根之谓也”,又云:“心病不寐者,心藏神,血虚火妄动,则神不安,烦而不寐”,指出心血亏虚,虚火扰动心神,神不安舍于心而不寐。综上,不寐病因病机繁多,涉及多个脏腑,但以心不藏神所致不寐为多见;其中有关心不藏神所致不寐的病机,又可见气血亏虚、气阴亏虚、心经虚热、心肝阴血不足等。

### 心不藏神不寐的病因病机

不寐病因病机复杂,然究其根本,乃五神不能安舍于五脏<sup>[2]</sup>,其中又以神不安舍于心所致不寐为主。《景岳全书·不寐》曰:“不寐证虽病有不一。然惟知邪正二字,则尽之矣。盖寐本于阴,神其主也,神安则寐,神不安则不寐。其所以不安者,一由邪气之扰,一由营气之不足耳。有邪者多实证,无邪者皆虚证”,指出不寐病因虽多,唯从邪正两方面着手方能尽知其病因病机。阳入于阴则寐,而阴阳由神主持,神能安舍于所舍之脏,使阴阳循行正常,而人得安寐;若神不能安舍于所舍之脏,则阴阳不循其道,阳不入阴,则人不能寐。然神不能安舍于所舍之脏的原因,一是由于邪气侵扰,神乱而不能安于所舍之脏;二是由于营血亏虚,神失濡养而不能安于所舍之脏。故神不安舍于心所致不寐的主要原因不外乎虚实两端,虚为心神失养,实为邪扰心神。

1. 心神失养 心神失养无非气血阴阳之虚所致。若心气虚损,气虚鼓动无力,气血不运,血失充荣,心失濡养,则神不能安舍于心而致不寐,如明代秦景明《症因脉治》曰:“心气虚则心主无威,心神失守,而夜卧不安之症作矣”。《素问·八正神明论》曰:“血气者,人之神,不可不谨养”,血是神的物质基础,神是血的功能表现,故营血充足,脉道通畅,心神得养,是心藏神的基础,故《灵枢·平人绝谷篇》言:“血脉

和利,精神乃居”;反之营血不足,血不养心,则心神失养,神不舍于心而不寐,故《景岳全书·不寐》中有:

“无邪而不寐者,必营气之不足也,营主血,血虚则无以养心,心虚则神不守舍”。若心阴不足,阴不涵阳,阳不入阴,亦致神不守舍,心不藏神而不寐<sup>[3]</sup>,如《景岳全书·杂证谟》云:“真阴精血之不足,阴阳不交,而神有不安其室耳”。若心阳亏虚,温煦失职,阴寒内生,血行不畅,血脉失充,心神失养,则神不能安舍于心而致不寐。总之,心之气血阴阳虚损,皆致心失濡养,本脏受损,脏虚而神飘扬于外而不寐。

2. 邪扰心神 邪犯于心,则心神不宁,神不能安舍于心,而不能寐,如《景岳全书》曰:“凡如伤寒、伤风、疟疾之不寐者,皆外邪深入之扰也”,诸邪扰心皆可致心不藏神不寐,临证中以痰、火、瘀三邪为多见,其中痰、火两邪常相交结。如清代何梦瑶《医编》曰:“阴虚有火则动扰,故心烦而不得卧也……有痰舍心经,神不归舍不寐”。又徐春甫《古今医统大全》曰:“痰火扰乱,心神不宁,思虑过伤,火炽痰郁而致不眠者,多矣”,指出思则气结,结而不行而致郁,郁则化火化热,炼液为痰,痰火上扰于心,心神不宁,神不藏于心而致不寐。若瘀血内阻于心,心之气血运行不畅,则致心神失于濡养,神不安舍于心而不寐,如《医林改错》曰:“夜不安者,将卧则起,坐未稳,又欲睡,一夜无宁刻,重者满床滚,此血府血瘀”。

由此可知,心不藏神不寐的基本病因为气、血、阴、阳虚损及痰、火、瘀等邪侵袭所致的心神失养或邪扰心神,其核心病机为心神不入于舍。

### 心不藏神不寐的辨证论治

不寐病因病机复杂,临床表现不一,致其治疗方法多样,但因其常见病机为心不藏神不寐,基本病因为心神失养或邪扰心神,故其治疗多以养心安神或祛邪安神为主。具体辨证分型治疗如下<sup>[4-5]</sup>。

1. 心气虚损 气虚鼓动无力,气血不运,血失充荣,心失濡养,神不安舍于心致不寐,可兼见:或胸闷气短,或心悸怔忡,或汗出乏力,或精神疲倦,或面色淡白,舌质淡,脉细无力等。治以补心气以安心神,可用安神定志丸加琥珀、珍珠母投之<sup>[6]</sup>,如清代程国彭《医学心悟·不得卧》曰:“有惊恐不安卧者,其人梦中惊跳怵惕是也,安神定志丸主之”,方中远志开心气宁心安神,茯苓、茯神益心脾宁心安神,龙齿收敛浮越之正气,镇惊安神,琥珀、珍珠母助龙齿增强重镇安神之功,石菖蒲开心窍,益心智,安心神,人参补益心气,养心安神,诸药合用则心气得养,心神得安,而能寐。

2. 心血不足 心血不足,心神失养,心不藏神而致不寐,临床可兼见:或精神恍惚,或心悸怔忡,或头晕目眩,或多梦健忘,或面白无华,舌淡,脉沉细弱等;治以养心血以安心神,可用天王补心丹加磁石投之,如《景岳全书》曰:“若焦思过度,耗心血,动心火,而烦热干渴不寐者,天王补心丹”,方中生地黄入心肾,上以养心血,下以滋肾水,天冬、麦冬、玄参养阴生津,清心除烦,酸枣仁、柏子仁养心安神,当归补心血,人参益心气,茯苓安心神,五味子敛心气、固心血,远志开心气以宁心安神,丹参养血活血,使全方补而不滞,桔梗载药上留于心,朱砂为衣、清心镇惊以安神,磁石顾护真阴、安神定志,诸药合用使心血充足,心神得养,而能寐。

3. 心阴不足 心阴不足,亦不能养神,使神不安舍于心而致不寐,临床可兼见:或烦躁不宁,或手足心热,或潮热盗汗,或形体消瘦,或两颧潮红,或咽干口燥,舌红少苔乏津,脉细数等;治以养心阴以安心神,可用甘麦大枣汤加酸枣仁、柏子仁、青蒿、地骨皮投之<sup>[7]</sup>,如《金匱要略》曰:“妇人脏躁,喜悲伤欲哭,象如神灵所作,数欠伸,甘麦大枣汤主之”,方中小麦入心经,益心气,敛心液,甘草、大枣补中益气、润燥缓急,酸枣仁、柏子仁益阴血、安心神,青蒿、地骨皮入肝走血,清透虚热,全方使心阴得养,虚热得清,心神自安,而能寐。

4. 心阳亏虚 心阳亏虚温煦失职,阴寒内生,血行不畅,则心神失养,神不安舍于心致不寐,临床可兼见:或心悸怔忡,或胸闷气短,或畏冷肢凉,或面色㿔白,舌质淡胖或紫暗,苔白滑,脉弱或结或代等。治以温心阳以安心神,可用桂枝甘草龙骨牡蛎汤加远志投之<sup>[8]</sup>。方中桂枝助心阳,通血脉,止悸动,甘草补益心气,益气复脉,与桂枝共复心阳之气,龙骨镇惊安神,收敛浮越之正气,牡蛎重镇安神,与龙骨共安烦乱之神,远志开心气而宁心安神,诸药合用则心阳得补,心神得安,而能寐。

5. 心火过盛 心火过盛,扰乱心神,神不能安舍于心而致不寐,临床可兼见:或心烦神乱,或躁扰狂越,或烦热不安,或神昏谵语,或口干口苦,舌尖红绛,脉数有力等;治以清心火、重镇安神,可用朱砂安神丸加煅龙骨、煅牡蛎投之,如《内外伤辨惑论》曰:“如心浮气乱,以朱砂安神丸镇固之”,方中朱砂清心镇惊,纳浮溜之火以安神明,黄连清心火除烦热,生地黄滋肾水、养心血、除烦热,当归补益阴血,甘草清热且制朱砂之毒性,龙骨、牡蛎潜阳补阴,重镇安神,全方使心火得清,心神自安,而能寐。

6. 痰阻于心 痰阻于心,扰乱心神致不寐,其临床可兼见:或胸闷不舒,或神昏时时欲寐,或头眩心悸,或恶心呕吐,或面色晦暗,苔白腻,脉沉滑或沉涩等;治以理气祛痰以安心神,可用温胆汤加琥珀粉、远志投之,如《景岳全书·不寐》曰:“痰饮之邪宜化痰,如温胆汤”,方中半夏燥湿化痰、降逆和胃,竹茹化痰除烦止呕,陈皮、枳实理气以化痰,茯苓健脾渗湿,以杜生痰之源,生姜、大枣、甘草益脾和胃而调诸药,琥珀粉、远志宁心安神,诸药合用使气行痰消,邪祛则神安,而能寐。

7. 心血瘀阻 瘀血内阻于心,心血运行不畅,心神失养致不寐,临床可兼见:或心悸怔忡,或心胸憋闷刺痛,时作时止,遇寒加重,舌晦暗或有瘀点,脉细涩或结或代等。治以活血祛瘀以安心神,可用血府逐瘀汤加合欢皮、琥珀粉投之,如《医林改错·血府逐瘀汤所治症目》曰:“夜不能睡,用安神养血药治之不效者,此方若神”,方中桃仁破血行滞,红花、牛膝活血祛瘀兼能止痛,川芎、赤芍助行血祛瘀之力,柴胡、桔梗、枳壳宽胸理气行滞,使气行则血行,生地黄益阴养血,当归活血养血,合欢皮悦心安神兼能活血,琥珀粉活血散瘀,镇惊安神,诸药合用使瘀血祛而新血生,心神得养,而能寐。

综上所述,不寐以心不藏神不寐为首,气、血、阴、阳虚损及痰、火、瘀等为心不藏神不寐的常见致病因素,心神失养或邪扰心神为心不藏神不寐的基本病因,心神不入于舍为心不藏神不寐的核心病机,故其治疗当以养心、祛邪、安神为主。然临证中不寐的临床表现很少以单一因素所致的典型症状出现,往往是多症同时兼见,故其治疗当从主要病因病机入手,谨守病机,标本兼治,方能收到立竿见影之效。

#### 参 考 文 献

- [1] 周仲瑛. 中医内科学. 北京: 中国中医药出版社, 2007: 146-146
- [2] 张星平, 朱奇, 梁政亨, 等. 依据单一症状的中医不寐病位诊断及其价值. 中华中医药杂志, 2013, 28(6): 1666-1668
- [3] 严石林, 李正华. 从心辨证治失眠. 成都中医药大学学报, 2002, 25(3): 59-61
- [4] 朱文峰. 中医诊断学. 北京: 中国中医药出版社, 2002: 177-181
- [5] 张星平, 刘在新, 黄刚. 根据失眠症状表现不同归属五脏辨识探析. 中华中医药杂志, 2009, 24(5): 554-557
- [6] 刘蕾, 唐秀容, 向劲松, 等. 刘永家教授运用安神定志丸加减治疗失眠的临床举隅. 光明中医, 2009, 24(3): 423-424
- [7] 李君, 周道友. 周道友教授运用加味甘麦大枣汤治疗失眠的经验介绍. 中国医药指南, 2008, 6(24): 273-274
- [8] 李志明, 罗兰, 张芸, 等. 加味桂枝甘草龙骨牡蛎汤治疗恶性肿瘤患者失眠35例. 现代中医药, 2012, 32(3): 54-55

(收稿日期: 2016年6月6日)