

· 论著 ·

从中医古籍“肝藏血、血舍魂”理论中 探究不寐的内涵

张压西¹, 李璇²(¹武汉市中医医院消化内科, 武汉 430014; ²湖北中医药大学, 武汉 430065)

摘要: 血是构成人体和维持人体生命活动的基本物质之一, 也是保证正常睡眠的物质基础。文章选择几本经典的中医古籍中有关“肝藏血、血舍魂”、血藏魂安等血与睡眠的关系方面的理论进行总结, 探究“肝藏血、血舍魂”功能失调产生不寐的机理, 为临床诊治不寐提供理论基础。

关键词: 肝藏血、血舍魂; 睡眠; 失眠

基金资助: 国家自然科学基金课题 (No.30973687)

Exploration of connotation of insomnia from TCM ancient theory of 'liver storing blood, blood housing mood'

ZHANG Ya-xi¹, LI Xuan²(¹Department of Digestion, Wuhan Hospital of TCM, Wuhan 430014, China; ²Hubei University of TCM, Wuhan 430065, China)

Abstract: Blood is one of the basic substance constituting the body and maintaining its life activities, and is the material foundation to maintain normal sleep. This article summarizes the theory of several TCM ancient classics to select from the aspect about the relationship between blood and sleep as 'liver storing blood, blood housing mood', 'storing blood to calm mood', et al. This provides the theoretical basis for clinical diagnosis and treatment, therefore, this article probes into principle of produced insomnia as disorder of function of 'liver storing blood, blood housing mood'.

Key words: Liver storing blood, blood housing mood; Sleep; Insomnia

Fund assistance: National Natural Science Foundation of China (No. 30973687)

“肝藏血、血舍魂”是肝脏的基本生理功能。“肝藏血”是指肝具有贮藏血液, 调节血量及防止出血的功能; “血舍魂”指血是人体精神情志活动调节的物质基础。

我国古代中医对“肝藏血、血舍魂”理论具有较深的认识和阐述, 为后世将其发展为肝之一大生理功能奠定了理论基础。本文通过综述和分析中医古代文献中有关“肝藏血、血舍魂”的生理、病理功能的记载, 探究“肝藏血、血舍魂”功能失调产生不寐的机理, 为临床诊治不寐提供理论基础。

肝藏血

血是循行于脉中的富有营养的红色的液体, 是构成人体和维持人体生命活动的基本物质之一。正如《黄帝内经·灵枢·决气第三十》^[1]曰: “中焦受气

取汁, 变化而赤, 是谓血”。《医宗必读·古今元气不同论》^[2]中记载“气血者, 人之所赖以生者也。气血充盈, 这百邪外御, 病安从来? 气血虚损, 则诸邪辐辏, 百病丛集”。《寿世保元·血气论》^[3]也认为气血是人体生命活动的根本, 如“人生之初, 具此阴阳, 则亦具此血气。所以得全性命者, 气与血也。血气者, 乃人身之根本乎!”, 《妇人大全良方·调经门》^[4]曰: “夫人之生, 以气血为本。人之病, 未有不先伤其气血者”。

血的生化、储存、循环、供养等功能有赖于五脏的共同协调作用, 如《寿世保元·血气论》^[3]记载: “心为血之主, 肝为血之藏”、《血证论·脏腑病机论》^[5]提出: “肝主藏血, 血生于心, 下行胞中, 是为血海。凡周身之血, 总视血海为治乱。血海不扰, 则周身之血, 无不随之而安。肝经主其部分, 故

通讯作者: 张压西, 武汉市汉口黎黄陂路49号武汉市中医医院消化内科, 邮编: 430014, 电话: 027-82852235, 传真: 027-82835626

E-mail: 2004wyjs@163.com

肝主藏血焉。”肝为心之母,脾为心之子,心之气血源于脾胃的运化,中焦的司运又赖肝脏的疏泄,其中肝具有藏血功能。

肝的藏血作用是指肝具有贮藏血液,调节血量及防止出血的功能。而《血证论·便脓》^[5]认为:“肝藏血,即一切血证,总不外理肝也”。肝主疏泄以条达为贵,对机体整个脏腑气血都起着重要的作用,如清代医家周学海在《读医随笔·证治类》^[6]中谈到:“肝者,贯阴阳,统气血……握升降之枢也”。在《读医随笔·平肝者舒肝也非伐肝也》^[6]中进一步强调:“凡脏腑十二经之气化,皆必藉肝胆之气化以鼓舞之,始能调畅而不病”。

1. 肝储藏血液 “肝藏血”一词,最早见于《素问·调经论篇》^[7]中“夫心藏神,肺藏气,肝藏血……”。《妇人大全良方·卷之十一》^[4]中也提到:“肝藏血为荣属阴”,《医学入门·杂病提纲内伤》^[8]中亦云:“血乃水谷之精变成,生化于脾,生息于心,藏于肝”。《景岳全书·藏象别论》^[9]中有相同的记载“血者水谷之精也,源源而来,而实生化於脾,总统於心,藏受於肝”。另有的书籍记载肝脏不仅是一个储血器官,还是一个造血器官如《素问·六节藏象论》^[7]中云:“肝……其充在筋,以生血气”,《重辑严氏济生方·妇人门崩漏论治》^[10]中谈到“肝为血之府库”。

2. 肝调节血量 肝藏血功能并不是静止的,可根据人体动静情况的不同,发挥动态调节作用,表现在调节脉管中的血液流量,使脉中循环血液维持在一个恒定水平上,发挥储藏血液调节血量的功能。《素问·五脏生成论篇》^[7]谓:“故人卧,血归于肝,肝受血而能视,足受血而能步,掌受血而能握,指受血而能摄”则是很好的说明。《医学入门·脏腑条分》^[8]在注释“肝藏血,故名血海”时说:“名血海而归于暮夜”、“人身动则血行于诸经,静则血藏于肝脏,故肝为血海”。清代沈金鳌在《杂病源流犀烛·肝病源流》^[11]中进一步谈到:“肝于五脏为独使,为将军之官……肝和则生气,发育万物,为诸脏之生化;若衰于亢,则能为诸脏之残贼。故又与胆同为少阳。而厥阴兼乎少阳之肝,与少阳根乎厥阴之胆,相为表里,是以其脏主春,其德属木,惟其地为血海,故其脏为血脏,其部为血部,而其职主藏血而摄血”。清代医家何梦瑶在《医碥·杂症血》^[12]中分析到:“又《经》言人卧则血归于肝。盖言人寤属阳,寐属阴,阳主外而亲上,阴主内而亲下。寤则血属随阳动,外运而亲上;卧则血属阴静,五内而亲下,五脏皆在内,而肝肾居下,为

血之所归藏,言肝而肾可该,何则?肝动肾静,动者尚藏,则静者可知,故曰藏受于肝也”。《血证论·吐血》^[5]指出:“肝为藏血之脏。血所以营运周身者,赖冲任带三脉以管领之。而血海胞中,又血所转输归宿之所,肝则司主血海,冲任带三脉,又肝所属。故补血者,总以补肝为要”。高世栻在《医学真传·气血》^[13]中说:“盖冲任之血,肝所主也”。《血证论·卷一阴阳水火气血论》^[5]:“血液下注,内藏于肝,寄居血海,由冲任带三脉,行达周身,以温养肢体”。综合以上论述,可归纳为“肝主冲脉”、“冲主血海”、“冲为十二经之海”,可见肝藏血、调节血量功能的动态平衡在于肝为血脏、主血海,人静时血归肝,人动时在心气推动下,血液经冲、任、带等脉的转输到身体各部,发挥供养作用。

对于肝藏血功能的阐述,除了认为是肝主冲脉血海外,还有学者认为是肝主疏泄的作用,发挥正常的藏血作用,如清代周学海在《读医随笔·形气类》^[6]中解释:“肝藏血,非肝之体能藏血也,以其性之敛故也”。肝主疏泄,使气机条畅,血液循环通畅,可从另一个侧面阐释肝藏血的机制。《血证论·脏腑病机论》^[5]中也记载:“肝主藏血焉,至其所以能藏之故,则以肝属木,木气冲和条达,不致遏郁,则血脉得畅”。《柳选四家医案·神志》^[14]则曰:“肝木不调,不能藏血”、“肝主藏血,肝不和,则血不能藏”。

3. 肝防止出血 元代罗天益在《卫生宝鉴·卷十八》^[15]中云:“夫肝摄血者也。”肝藏血功能还表现在摄血方面,肝通过收摄血液,不使其溢出脉外,到达防止出血,《丹溪心法·卷四头眩》^[16]则提出肝不摄血可致出血,如“吐血漏崩,肝家不能收摄荣气,使诸血失道妄行”。肝主疏泄,气机条达,血脉脉中,防止出血,《血证论·脏腑病机论》^[5]云:“肝主藏血焉。至其所以能藏之故,则以肝属木,木气冲和条达,不致遏郁,则血脉得畅”,当气机逆乱,则影响血液正常循环,使血液运行乘戾而出血,如过怒可使肝气横逆上冲,血随气逆并走于上发生出血;劳伤于下,血不藏肝,出现崩漏。《素问·生气通天论》^[7]所云:“大怒则形气绝,而血菀于上,使人薄厥”。《诸病源候论·卷之四·虚劳病诸候下》^[17]:“此内伤损于脏也。肝藏血,肺主气。劳伤于血气,气逆则呕,肝伤则血随呕出也。损轻则唾血,伤重则吐血”。《重辑严氏济生方·妇人门崩漏论治》^[10]:“盖肝为血之府库,喜怒劳役,一或伤之,肝不能藏血于宫,宫不能传血于海,所以崩中漏下”。

血舍魂

“魂”指精神或情绪,泛指一切事物的精灵。《灵枢·本神》^[1]谓“心藏脉,脉舍神”、“肝藏血,血舍魂”、“随神往来者谓之魂”。《医学入门·脏腑》^[8]说:“肝藏魂,魂者,神明之辅弼,故又曰肝为宰相”。可见魂与神均是机体的一种神志精神活动的表现,两者之间有密切的联系,如中医认为魂为肝之阳气,肝藏血、血舍魂的本质有如下论述。

1. 魂乃肝之阳气,由肝血所舍 对魂的本质的认识,《血证论·卧寐》^[5]称:“肝之清阳,即魂气也”,唐容川还说:“魂者,阳之精,气之灵也”。清代叶霖在《难经正义·三十四难》^[18]中也提到:“肝藏魂者,魂乃阳之精,气之灵也。人身气为阳,血为阴,阳无阴不附,气无血不留,肝主血而内含阳气,是之谓魂。究魂之根源,则生于坎水之一阳,推魂之功用,则发为乾金之元气。不藏于肺而藏于肝者,阳潜于阴也,不藏于肾而藏于肝者,阴出于阳也。昼则魂游于目而为视,夜则魂归于肝而为寐”。可见所谓魂,乃肝之阳气也,是机体的一种神志精神活动的表现,由肝所藏。

血液是神志活动的物质基础,如果人体血液供应充足,肝藏血功能正常,魂就有所舍,神志活动就有物质保障,如《灵枢·天年篇》^[1]记载:“血气已和,营卫已通,五脏已成,神气舍心,魂魄毕具,乃为成人”产生心神,继而魂。《灵枢·平人绝谷篇》^[1]又说:“血脉和利,精神乃居”,《灵枢·营卫生会》^[1]“血者,神气也”,张介宾也认识到魂必须要有充分的血液循环供给营养物质,他在《景岳全书·血证》^[9]书:“以至滋脏腑,安神魂……凡形质所在,无非血之用也”。

许叔微认为肝为血海,寄神舍魂,以清净疏达为宜,若肝脏虚惫,复为邪所干,则魂不附体而常寤不寐,他在《普济本事方补遗·卷第一中风肝胆筋骨诸风》^[19]中谈到:“肝经因虚,邪气袭之,肝藏魂者也,游魂变。平人肝不受邪,故卧则魂归于肝,神静而得寐。今肝有邪,魂不得归,是以卧则魂扬若离体也”。清代黄元御明确指出了血液有濡养功能,特别是濡养神魂的功能,在《四圣心源·卷一》^[20]中云:“肝藏血,肺藏气,而气原于胃,血本于脾……气统于肺,凡脏腑经络之气,皆肺气之所宣布也,其在脏腑则曰气,而在经络则为卫。血统于肝,凡脏腑经络之血,皆肝血之所流注也,其在脏腑则曰血,而在经络则为营。营卫者,经络之气血也”。

2. 血舍魂,人寐则安 血液既有营养全身和滋润全身的生理作用,又是人体精神活动的物质基础。

《景岳全书·血证》^[9]“盖其源源而来,生化于脾,总统于心,藏受于肝,宣布于肺,施泄于肾,灌溉一身,无所不及”,“以至滋脏腑,安神魂……凡形质所在,无非血之用也”。《诸病源候论·卷之二十九鼻病诸候》^[17]“肝之神为魂,而藏血”,《灵枢·平人绝谷篇》^[1]说:“血脉和利,精神乃居”,唐容川说:“昼则魂游于目而能视,夜则魂归于肝而能寐”,他在《血证论·卧寐》^[5]指出:“寐者,神返舍,息归根之谓也”。“肝藏血、血舍魂”,魂归于肝,人寐则安。均指出如果血液供应充足,神志活动正常,就不会发生失眠。肝藏血的生理功能正常,使四肢、脑得以营养,是保证睡眠正常的基本条件。

3. 血不舍魂,则寐难安稳 《丹溪心法·卷三六郁五十二》^[16]:“气血冲和,万病不生,一有怫郁,诸病生焉。故人身诸病,多生于郁”。肝藏血、主疏泄、喜条达,其功能正常,对气血疏导与调畅发挥着重要的作用,使神魂有主,睡眠安稳。若肝失疏泄,气机不畅,肝不藏血,气血逆乱,魂无所附,发生血虚、血瘀、血热时均可出现不寐、健忘、多梦等,正如《杂病源流犀烛·肝病源流》^[11]谓:“肝于五脏为独使,为将军之官……肝和则生气,发育万物,为诸脏之生化;若衰于亢,则能为诸脏之残贼”。《血证论·吐血》^[5]:“肝血虚,则虚烦不眠”。《血证论·卷一脏腑病机论》^[5]进一步谈到“肝之清阳,即魂气也。故又主藏魂。血不养肝,火扰其魂,则梦遗不寐”。《诸病源候论·卷之四虚劳病诸候下》^[17]也认为“夫虚劳之人,血气衰损,脏腑虚弱,易伤于邪。邪从外集内,未有定舍,反淫于脏,不得定处,与荣卫俱行,而与魂魄飞扬,使人卧不得安,喜梦”,均说明目不瞑是由于肝虚不能藏血。

肝藏魂,白昼魂出于肝则目开而寤,入夜则魂归于肝则目瞑而卧,如果阳浮于外,魂不入于肝,则不寐。如“有由肝虚而邪气袭之者,必至魂不守舍,故卧则不寐,怒益不寐,以肝藏魂、肝主怒也”(《血证论·卧寐》)^[5]、“平人肝不受邪,故卧则魂归于肝,神静而得寐。今肝有邪,魂不得归,是以卧则魂扬若离体也。”《普济本事方补遗·卷一》^[19]说明人之寐与肝魂有着密切关系,并进一步指出“不寐之证有二:一是心病,一是肝病。心病不寐者,心藏神,血虚火动则神不安,烦而不寐。肝病不寐者,肝藏魂,人寤则魂游于目,寐则魂返于肝。若阳浮于外,魂不入肝,则不寐”。

魂不藏肝,则多梦易惊,在古典医籍中有记载,

如《柳选四家医案·神志》^[14]谓:“人身魂藏于肝,肝有伏热,则魂气不得安其舍,而浮越于上。凡惊魇不寐,惊悸诸病,由于此者诚”。《灵枢·本神说》^[1]:“肝悲哀动中则伤魂,魂伤则狂忘不精,不精则不适当人阴缩而挛筋,两胁骨不举,毛悴色夭,死于秋。”江瓏在《名医类案·不寐》^[21]医案中强调由于魂不归肝,患者可出现通宵不寐“许叔微治四明董生者,患神气不宁,卧则魂飞扬,身虽在休而神魂离体,惊悸多魇,通宵不寐,更数医莫效。罗诊视之,问曰:医作何病治之?董曰:众皆以为心病。许曰:以脉言之,肝经受邪,非心也。肝经因虚,邪气袭之,肝藏魂者也。游魂为变。平人肝不受邪,卧则魂归于肝,神静而得寐。今肝有邪,魂不得归,是以卧则飞扬,若离体也。”以上均提示魂不归肝,则寐难安稳,其特点多表现为睡不安稳、多梦、梦游等。

3.1 血不上荣,神魂失养 肝藏血而舍魂,人卧血归肝,魂也随之而归,潜藏涵养于血中。若年老血虚或素禀肝血不足,或久病失血,肝血亏损,血不涵魂,夜卧则血难归肝,魂不归藏而病不寐。如《难经·四十六难》^[22]中提到:“老人血气衰,肌肉不滑,荣卫之道涩,故昼日不能精,夜不得寐也”。《血证论·卧寐》^[5]中评释:“卧者,身着席头就枕之谓也。寐者,神返舍、息归根之谓也。不得卧寐之证,杂病犹少,失血家往往有之”。《景岳全书·不寐》^[9]提出:

“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”。《灵枢·本神》^[1]曰:

“随神往来者谓之魂”,血虚导致神魂无舍可出现失眠,《灵枢·营卫生会》^[1]对血虚致失眠的机理有明确的记载:“老人之不夜瞑者……少壮之人不昼瞑者,何气使然?……壮者之气血盛,其肌肉滑,气道通,营卫之行,不失其常,故昼精而夜瞑。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”。《景岳全书·不寐》^[9]亦认为:“如少壮之人气血盛,营卫运行如常,能昼精夜寐;老衰之体气血衰,营气衰少而卫气乘虚内争,营卫失和,故昼不精,夜不寐”。《诸病源候论·卷之四虚劳喜梦候》^[17]提出气血虚者易伤于邪,邪扰魂不安而喜梦:“夫虚劳之人,血气衰损,脏腑虚弱,易伤于邪。邪从外集内,未有定舍,反淫于脏,不得定处,与荣卫俱行,而与魂魄飞扬,使人卧不得安,喜梦”。

《景岳全书·不寐》^[9]解释为:“劳倦思虑太过者,必致血液耗亡,神魂无主,所以不眠”。因思虑太过,导致气滞和气结,气结于中,影响了脾胃的升降功能,

则气血乏源,肝血虚,神魂失养而失眠。

3.2 瘀血阻络,神魂不安 不寐可由诸多原因导致,瘀血阻络,血行不畅,血不归肝,魂失所养、魂不守舍也可导致失眠。如精神抑郁、生活紧张或所愿不遂、肝郁气滞皆可致气机结,失于调达,不能运行阴血而致瘀血内阻,神魂不安而失眠、多梦。吴达在《医学求是·小儿急慢惊论》^[23]中提到:“肝主营血而疏泄,疏泄不畅,肝郁生风,胆郁生火,遂见惊搐”。唐容川《血证论·脏腑病机论》^[5]则明确指出“肝属木,木气冲和条达,不致遏郁,则血脉得畅”。清代王清任^[29]也谓:“急躁,不眠,夜睡梦多,心慌,均因于血瘀,卫气不入阴所致。髓海若有阻滞,使脑气虚,元气不达血管,血管无气,必停留而瘀”。王清任同时还明确提出:“夜寐多梦是血瘀”。他在《医林改错·上卷血府逐瘀汤所治症目》^[24]中强调:“夜不安者,将卧则起……此血府血瘀也”,“血瘀日久,血不行则心失所养,亦致失眠”。

3.3 调和气血,安抚神魂 清代叶天士详细谈到了调和气血,安抚神魂的具体治法,他在《临证指南医案·不寐》^[25]中记载:“不寐之故,虽非一种,总是阳不交阴所致。若因外邪而不寐者,如伤寒、疟疾等爆发,营卫必然窒塞,升降必然失常,愁楚呻吟,日夜难安。当速去邪,攘外即所以安内也。若因里病而不寐者,或焦烦过度而离宫内燃,从补心丹及枣仁汤法;或忧劳愤郁而耗损心脾,宗养心汤及归脾汤法;或精不凝神而龙雷震荡,当壮水之主,合静以制动法;或肝血无藏而魂摇神漾,有咸补甘缓法”。清代沈金鳌在《杂病源流犀烛·不寐多寐源流》^[11]中对不寐的治疗也有论述“不寐,心血虚而有热也。然主病之经,虽专属心,其实五脏皆兼及也。盖由心血不足者,或神不守舍,故不寐,宜归脾汤、琥珀养心汤。有由肝虚而邪气袭之者,必至魂不守舍,故卧则不寐,怒益不寐,以肝藏魂、肝主怒也,宜珍珠丸”。“不寐之由,在肝则不快之状多见左,在肺则不快之状多见右,在心则不快之状多见上部之中,在胃则不快之状多见于胸腹之中,在肾则不快之状多见于下部之中,须分经而治”。

古代医籍中记载通过从血治疗不寐的经典方剂有如下特点。

《血证论·吐血》^[5]中四物汤加减治疗血虚不寐:

“肝血虚,则虚烦不眠,骨蒸梦遗,宜四物汤,加枣仁知母云苓柴胡阿胶牡蛎甘草。敛戢肝魂,滋养肝血,清热除烦”。

张仲景的一些经典方剂在古代和现代临床研究中均显现出从血治疗不寐的作用。如《伤寒论·辨太阳病脉证并治下》^[26]中记载炙甘草汤主治“伤寒,脉结代,心动悸”,后世医家根据炙甘草汤证的阴血不足,血不养心的病机,引申用于重病后阴血不足,心悸失眠者;《伤寒论·辨少阴病脉证并治》^[26]中:“少阴病,得之二三日以上,心中烦、不得卧,黄连阿胶汤主之”,记载了心肾阴血虚,虚火内扰的不寐,以黄连阿胶汤治疗,于泻心中补心血;酸枣仁汤主治由肝血不足,阴虚内热而引起的虚劳虚烦不得眠。如张仲景《金匱要略·血痹虚劳病脉证并治第六》^[27]所论之:“虚劳,虚烦不得眠,酸枣仁汤主之”。明代龚廷贤《万病回春·不寐》^[28]:“酸枣仁汤治多睡及不睡。(酸枣仁和皮微炒、人参去芦、白茯苓去皮,各等分。上锉一剂,水煎。如不要睡即热服;如要睡即冷服。)胆虚部眠,寒也。用酸枣仁炒,为末,竹叶煎汤调服。胆实多睡,热也。用酸枣仁炒,生为末,茶、姜汁调服”。

“劳倦思虑太过者,必致血液耗亡,神魂无主,所以不眠。”(《景岳全书·不寐》)^[9]归脾汤主治思虑劳倦太过,心脾血虚之不得眠,宋代严用和在《重辑严氏济生方·惊悸怔忡健忘门》^[10]中记载归脾汤“治思虑过度,劳伤心脾,健忘怔忡”。《清代名医医案精华·不寐》^[29]记马培之治一病人“忧思忧郁,最损心脾,心主藏神,脾思意志,二经俱病,五内俱违。心为君主之官,脾乃后天之本,精因神怯以内陷,神因精伤而无依,以故神扰意乱,竟夕不寐,故多患惊悸怔之病。异功散加远志、枣仁、归身、黄芪,补益心脾,养血安神”。

血府逐瘀汤主治气滞血瘀,窍络不通之失眠,王清任在《医林改错·上卷血府逐瘀汤所治症目》^[24]中分别提出:“夜寐多梦是血瘀,平素平和,有病急躁是血瘀”。王清任进一步指出“夜不能睡,用安神养血药治之不效者,此方若神”,“夜睡多梦,是血瘀,此方一两付全愈,外无良方”,“夜不安者,将卧则起,坐未稳又欲睡,一夜无宁刻,重者满床乱滚,此血府血瘀,此方服十余付可除根”。

“血液,灌溉一身,无所不及,故凡七窍之灵,以致滋脏腑,安神魂,无非血用也”、“血舍魂”、“劳倦思虑太过者,必致血液耗亡,神魂无主,所以不寐,即有微痰微火,皆不必顾,只宜培养气血,血气复则诸证自退”(《景岳全书·不寐》)^[9]。古代医家已认识到睡眠状态的产生必须要有充分的血液循环提供营

养物质,而“肝藏血”则是保证血液循环的动态平衡主要功能。

由上可见,中医认为肝与睡眠的关系密切,“肝藏血、血舍魂”理论表明肝藏血的生理功能正常是保证睡眠正常的基本条件。

本文通过对古代医籍中有关“肝藏血、血舍魂”、血藏魂安等血与睡眠关系的理论总结,进一步阐明了肝对睡眠的调节,不仅是肝主疏泄、调节情志的作用,同时也包含了肝藏血的生理功能是保证睡眠正常的基本条件,丰富了中医睡眠理论,为临床治疗失眠症提供理论依据。

参 考 文 献

- [1] 张新渝,马烈光.黄帝内经灵枢.四川:四川科学技术出版社,2008:24
ZHANG Xin-yu, MA Lie-guang. Huangdi Neijing Lingshu. Sichuan: Sichuan Publishing House of Science & Technology, 2008:24
- [2] 明·李中梓.徐容斋、范永升点校.医宗必读.上海:上海科学技术出版社,1959:4-323
Ming Dynasty · LI Zhong-zi. XU Rong-zhai, FAN Yong-sheng proofreading. Required Readings for Medical Professionals. Shanghai: Shanghai Scientific and Technical Publishers, 1959:4-323
- [3] 明·龚廷贤.鲁兆麟主校.寿世保元.北京:人民卫生出版社,1993:16
Ming Dynasty · GONG Ting-xian. LU Zhao-lin (main annotation). Shoushi baoyuan. Beijing: People's Medical Publishing House, 1993:16
- [4] 宋·陈自明.盛维忠校注.妇人大全良方.北京:中国中医药出版社,2007:17-210
Song Dynasty · CHEN Zi-ming. SHENG Wei-zhong annotation. Complete Effective Prescriptions for Women. Beijing: China Press of TCM, 2007:17-210
- [5] 清·唐宗海(荣川).血证论.上海:上海人民出版社,1977:2-110
Qing Dynasty · TANG Zong-ha (Rongchuan). Blood Syndrome Theory. Shanghai: Shanghai People's Publishing House, 1977:2-110
- [6] 清·周学海.王新华点注.读医随笔.南京:江苏科学技术出版社,1983:70-188
Qing Dynasty · ZHOU Xue-hai. WANG Xin-hua point of note. Duiyi Suibi. Nanjing: Jiangsu Science and Technology Press, 1983:70-188
- [7] 程士德.素问注释汇粹.北京:人民卫生出版社,1982:163
CHENG Shi-de. Focus of Suwen Notes. Beijing: People's Medical Publishing House, 1982:163
- [8] 明·李梴.医学入门.北京:人民卫生出版社,2006:112-670
Ming Dynasty · LI Ting. Introduction to Medicine. Beijing: People's Medical Publishing House, 2006:112-670
- [9] 明·张景岳.景岳全书.上海:上海科学出版社,1959:328
Ming Dynasty · ZHANG Jing-yue. Complete Works of Jingyue.

- Shanghai: Shanghai Science Press, 1959: 328
- [10] 宋·严用和、王道瑞、申好真重辑.重辑严氏济生方.北京:中国中医药出版社, 2007: 78-184
Song Dynasty · YAN Yong-he, WANG Dao-rui, SHEN Hao-zhen re-edit. Edit Newly Yan' Prescription of Save People. Beijing: China Press of TCM, 2007: 78-184
- [11] 清·沈金鳌、李占永、李晓林校注.杂病源流犀烛.北京:中国中医药出版社, 1994: 153-154
Qing Dynasty · SHEN Jin-ao, LI Zhan-yong, LI Xiao-lin annotation. Zabing Yuanliu Xizhu. Beijing: China Press of TCM, 1994: 153-154
- [12] 清·何梦瑶.医编.上海:上海科学技术出版, 1982: 26
Qing Dynasty · HE Meng-yao. Yibian. Shanghai: Shanghai Scientific and Technical Publishers, 1982: 26
- [13] 清·高世栻.王新华点注.医学真传.南京:江苏科学技术出版社, 1983: 9
Qing Dynasty · GAO Shi-shi, WANG Xin-hua point of note. Yixue Zhenchuan. Nanjing: Jiangsu Science and Technology Press, 1983: 9
- [14] 清·柳宝诒.柳选四家医案.北京:中国中医药出版社, 2008: 20
Qing Dynasty · LIU Bao-yi. Liuxuan Sijia Yi'an. Beijing: China Press of TCM, 2008: 20
- [15] 元·罗天益.许敬生校注.卫生宝鉴.北京:中国中医药出版社, 200: 223
Yuan Dynasty · LUO Tian-yi, XU Jing-sheng annotation. Weisheng Baojian. Beijing: China Press of TCM, 200: 223
- [16] 元·朱震亨.丹溪心法.北京:人民卫生出版社, 2005: 182
Yuan Dynasty · ZHU Zhen-heng. Danxi's Experiential Therapy. Beijing: People's Medical Publishing House, 2005: 182
- [17] 南京中医学院校释.诸病源候论.北京:人民卫生出版社, 1980: 106
Nanjing College of TCM regulated and translated. General Treatise on the Pathogeneses and Symptoms of Diseases. Beijing: People's Medical Publishing House, 1980: 106
- [18] 清·叶霖.吴考槃点校.难经主义.上海:上海科学技术出版社, 1981: 61-62
Qing Dynasty · YE Lin, WU Kao-pan proofreading. Nanjing Zhuyi. Shanghai: Shanghai Scientific and Technical Publishers, 1981: 61-62
- [19] 宋·许叔微.刘景超、李具双校注.普济本事方补遗.北京:中国中医药出版社, 2007: 2
Song Dynasty · XU Shu-wei, LIU Jing-chao, LI Ju-shuang annotation. Addendum of Puji Benshi Fang. Beijing: China Press of TCM, 2007: 2
- [20] 清·黄元御.四圣心源.孙洽熙校注.北京:中国中医药出版社, 2009: 4-5
Qing Dynasty · HUANG Yuan-yu. Sisheng Xinyuan. SUN Qia-xi annotation. Beijing: China Press of TCM, 2009: 4-5
- [21] 明·江瓘.名医类案.北京:人民卫生出版社, 1982: 185-186
Ming Dynasty · JIANG Guan. Classified Medical Records of Famous Physicians. Beijing: People's Medical Publishing House, 1982: 185-186
- [22] 刘渊.吴潜智.难经.四川:四川科学技术出版社, 2008: 171
LIU Yuan, WU Qian-zhi. Nanjing. Sichuan: Sichuan Publishing House of Science & Technology, 2008: 171
- [23] 清·吴达.王新华点注.医学求是.南京:江苏科学技术出版社, 1984: 53
Qing Dynasty · WU Da, WANG Xin-hua point of note. Yixue Qiushi. Nanjing: Jiangsu Science and Technology Press, 1984: 53
- [24] 陕西省中医研究所评注.医林改错.北京:人民卫生出版社, 1976: 77-79
Shanxi Provincial Institute of TCM Commentary. Yilin Gaicuo. Beijing: People's Medical Publishing House, 1976: 77-79
- [25] 清·叶天士.临证指南医案.上海:上海科学出版社, 1959: 421
Qing Dynasty · YE Tian-shi. Medical Records for Clinical Guidance. Shanghai: Shanghai Science Press, 1959: 421
- [26] 罗哲初手抄.伤寒杂病论.北京:人民卫生出版社, 1960: 87-108
LUO Zhe-chu Handwritten. Shanghan Zabing Lun. Beijing: People's Medical Publishing House, 1960: 87-108
- [27] 李克光.金匱要略译释.上海:上海科学技术出版社, 1993: 163
LI Ke-guang. Synopsis of Prescription of Golden Chamber Translation. Shanghai: Shanghai Scientific and Technical Publishers, 1993: 163
- [28] 明·龚廷贤.万病回春.北京:人民卫生出版社, 1984: 230
Ming Dynasty · GONG Ting-xian. Wanbing Huichun. Beijing: People's Medical Publishing House, 1984: 230
- [29] 秦伯未.清代名医医案精华.上海:上海科学技术出版社, 1959: 235
QIN Bo-wei. Essence of Medical Cases of Famous Doctor in Qing Dynasty. Shanghai: Shanghai Scientific and Technical Publishers, 1959: 235

(收稿日期: 2010年9月8日)