

酸枣仁汤合二至丸加味 联合中药穴位贴敷法治疗更年期失眠 58 例

王晓玲* 唐 勇 陈 亮 张 超

(安康市中医医院, 陕西 安康 725000)

摘 要:目的 观察酸枣仁汤加味联合中医穴位贴敷法治疗更年期失眠症的临床疗效。方法 选择 2012 年 10 月~2014 年 5 月本院门诊就诊的更年期失眠患者 58 例。在常规治疗的基础上, 给予酸枣仁汤合二至丸加味, 每日 2 次, 每次 150 mL, 中午饭后和睡前 1 小时服用, 睡前穴位贴敷失眠贴, 14 天一疗程, 连续两疗程。观察治疗前后匹兹堡睡眠质量指数 (PSQI) 变化情况和临床疗效。结果 58 例患者治疗后 PSQI 各项指标均显著下降 ($P<0.05$), 其中痊愈 16 例, 显效 18 例, 有效 16 例, 无效 8 例, 总有效率 86.21%。结论 酸枣仁汤加味联合中医穴位贴敷法治疗更年期失眠症疗效好, 值得推广。

关键词:酸枣仁汤; 二至丸; 穴位贴敷法; 更年期失眠; 中医药疗法

中图分类号: R 256.23 **文献标识码:** A **文章编号:** 1002-168X(2015)04-0052-03

DOI:10.13424/j.cnki.jsctcm.2015.04.019

失眠通常是指患者睡眠时间和(或)睡眠质量不足并影响日间社会功能的一种主观体验。更年期是女性卵巢生理功能逐渐衰退的正常生理过程, 期间由于雌性激素分泌紊乱而导致一系列的临床症状, 失眠是其主要症状之一, 更年期失眠是脑病科门诊的常见病种。我们运用酸枣仁汤合二至丸加味联合中药穴位贴敷法治疗更年期失眠症取得了较好的临床疗效, 现报道如下。

1 资料与方法

1.1 临床资料

1.1.1 一般资料 全部病例来自 2012 年 10 月~2014 年 5 月本院门诊就诊的更年期失眠患者, 共计 58 例, 年龄 43~58 岁, 平均 49.6 岁; 已绝经 25 例, 未绝经 23 例, 月经紊乱 13 例; 失眠病程 3~30 个月, 平均每晚睡眠时间为 2.0~3.0 h。

1.1.2 诊断标准 失眠症诊断符合《2012 版中国成人失眠诊断与治疗指南》中诊断失眠的具体条件, 及《中医病症诊断疗效标准》不寐的诊断标准^[1]。更年期综合征符合《中药新药临床研究指

导原则》^[2]中女性更年期综合征的诊断标准。具有如下症状者: ①主症: 失眠, 多梦, 五心烦热。②兼次症: 心悸, 焦虑, 健忘, 头晕耳鸣, 盗汗, 咽干舌燥。③舌脉: 舌红, 脉弦细。其中主症 3 项, 或失眠加另一项主症、次症 2 项, 即可诊断。

1.1.3 排除标准 ①经临床及辅助检查发现器质性病变及其他系统重大疾病者; ②患者其他神经系统疾病及精神疾患; ③不配合治疗或失访者。

1.2 治疗方法 所有患者均给酸枣仁汤合二至丸加味, 药用: 酸枣仁 30 g, 知母 6 g, 川芎 6 g, 茯苓 20 g, 甘草 6 g, 女贞子 20 g, 旱莲草 20 g, 元胡 30 g, 珍珠母 40 g, 生龙骨 40 g, 生牡蛎 40 g。采用中药颗粒剂, 每剂分为两份, 每份加开水 150 mL 煎煮 3 分钟, 分别于中午饭后和睡前 1 小时温服; 睡前于涌泉穴和内关穴贴敷自制失眠贴, 次晨揭去失眠贴。14 天一疗程, 连续两疗程。

1.3 观察指标 采用匹兹堡睡眠质量指数 (PSQI)^[3], 包括主观睡眠质量、入睡时间、睡眠时间和睡眠效率等, 每个以 0~3 分积分, 分值越高,

* 作者简介: 王晓玲 (1966-), 女, 主任中医师, 第二批全国优秀中医临床人才, 安康市名中医, 擅长中医脑病治疗。E-mail: akwxl@163.com。

睡眠质量越差,本量表简单易行、可信度较高,和多导睡眠脑电图测试结果有较高的相关性,已成为国内外精神科临床评定睡眠质量的常用量表。患者于治疗前和治疗后各进行一次评分,并进行自身治疗前后对照。

1.4 疗效标准 参照《中药新药临床研究指导原则(试行)》判定。临床痊愈:睡眠时间恢复正常或夜间睡眠时间在6 h以上,睡眠深沉,醒后精力充沛;显效:睡眠明显好转,睡眠时间增加3 h以上,睡眠深度增加;有效:症状减轻,睡眠时间较前增加不足3 h;无效:治疗后失眠无明显改善或反加重。

1.5 统计学方法 采用SPSS17.0统计软件包进行统计学处理,计量资料以($\bar{x}\pm s$)标示,采用 t 检验,计数资料采用 χ^2 检验,以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 睡眠质量评价 58例患者治疗前后PSQI各项指标均显著下降($p<0.05$),见表1。

表1 58例患者治疗前、后PSQI指数比较 (分, $\bar{x}\pm s$)

类别	主观睡眠质量	入睡时间	睡眠时间	睡眠效率
治疗前	2.4±0.6	2.3±0.4	2.3±0.6	1.8±0.6
治疗后	0.6±0.1*	0.8±0.2*	0.5±0.2*	0.3±0.1*

注:与治疗前比较, *: $p<0.05$

2.2 临床疗效 58例中痊愈16例,显效18例,有效16例,无效8例,总有效率86.21%。

3 讨论

失眠症在《内经》中称之为“目不瞑”“不得卧”,《伤寒论》记为“不得眠”,在《难经》中则称为“不寐”。更年期即女性围绝经期,进入围绝经期的妇女由于卵巢功能减退,雌激素水平下降而引起的一系列生理、心理变化,失眠是更年期的主要表现之一。中医认为肾虚是更年期失眠发生、发展的主要原因。《素问·上古天真论》曰:“女子二七天癸至,任脉通,太冲脉盛,月事以时下……七七任脉虚,太冲脉衰少,天癸竭,地道不通,故形坏而无子。”说明女子绝经前后,肾气日衰,冲任亏虚,天癸将竭,精血亏虚,阴阳失调,气血功能失常。肝肾同源,肾精不足,则肝之阴血不足,“肝藏

血,血舍魂”,若肝血不足,魂不守舍,心失所养,则虚烦不眠。

酸枣仁汤出自《金匱要略·血痹虚劳病脉证并治第六》,由炒酸枣仁、知母、茯苓、川芎、甘草五味中药组成。原文曰:“虚劳虚烦不得眠,酸枣仁汤主之。”方中重用酸枣仁二升为君,养血补肝,宁心安神;知母二两滋阴润燥、清热除烦,茯苓二两宁心安神,共为臣药;佐以川芎二两,调肝血而疏肝气;甘草一两和中缓急,调和诸药为使。全方具有养血安神,清热除烦之功,用于治疗肝血不足,虚热内扰引起的心烦失眠等症。现代多用于神经衰弱症、心脏神经官能症、更年期综合症中医辨证属心肝血虚,虚热内扰者。山东中医药大学基础医学院王育虎等通过动物实验观察比较大中小三种不同剂量(30 g/kg·d;15 g/kg·d;7.5 g/kg·d)酸枣仁汤的镇静催眠作用^[4],结果表明中剂量酸枣仁汤具有明显的催眠作用,但该作用并不呈现剂量依赖性;大剂量酸枣仁汤组的20只小鼠有4只死亡,而其他各组均无小鼠死亡,提示大剂量酸枣仁汤可能有一定的副作用。研究现代部分名老中医医案发现多数老中医如湖南名老中医熊继柏教授^[5]等在用酸枣仁汤时,酸枣仁用量均较大,在20~40 g之间。《本草纲目》记载酸枣仁:“其仁甘而润,故熟用疗胆虚不得眠,烦渴多汗之证;生用疗胆热好眠,皆足厥阴、少阳药也。”长期以来,受到《本草纲目》以上关于酸枣仁生熟功能截然相反说法影响,临床工作者多采用炒酸枣仁治疗失眠。然而生酸枣仁、炒酸枣仁是否真的功能截然相反呢?近年来中药研究工作者通过科学研究解答了以上临床困惑。如:沈阳药科大学药学院李玉娟等采用镇静、催眠实验比较生、炒酸枣仁的药理活性,采用RP2HPLC梯度洗脱法对生、炒酸枣仁进行化学成分的全成分分析^[6]。结果生、炒酸枣仁均有显著的镇静、催眠作用,化学成分种类无差异。结论为生酸枣仁、炒酸枣仁在相同剂量下药理作用无明显差异,临床上二者均可入药。黑龙江中医药大学药李廷利^[7]等采用阈剂量的戊巴比妥钠致小鼠的睡眠实验方法,观察生、炒酸枣仁水煎剂对小鼠睡眠时间的影响;结果:生、炒酸枣

仁煎剂均能延长阈剂量的戊巴比妥钠所致小鼠的睡眠时间,但二者催眠作用起效时间不一,生枣仁较炒枣仁起效时间快;结论为生、炒酸枣仁水煎剂均有催眠作用,生枣仁催眠作用比炒枣仁起效快。所以我们在临床对于入睡困难的失眠处方生酸枣仁。二至丸出自清·汪昂的《医方解集》,由女贞子、旱莲草组成,女贞子甘平,有补益肝肾、益下而荣上,补肾黑发,凉血止血作用,现代研究证实其有能清除体内脂质过氧化的代谢产物 MDA,增强 GSH-PX 和 SOD 活性,提高了机体的抗氧化能力而达到抗衰老的作用^[8]。酸枣仁汤合二至丸加味方从滋补肝肾着手,达到宁心安神的目的,再加元胡、珍珠母、生龙骨、生牡蛎起重镇安神作用,组方符合女性更年期的生理病理特点。

失眠贴系我科自制,由酸枣仁 200 g,琥珀 200 g,黄连 120 g,肉桂 120 g,将上药打粉,用凡士林适量,混匀,每穴用黄豆大,用穴位贴敷帖于睡前贴敷双侧内关、中脘、双侧涌泉,次晨揭去失眠贴。方中酸枣仁,归心经,宁心安神,为君。琥珀归心经,镇惊安神,为臣。黄连、肉桂即交泰丸,其中黄连苦寒,入少阴心经,以降心火;肉桂辛热,入少阴肾经,暖水脏,扶助肾阳以鼓舞肾水上承,用

以为佐。上四药共用,共奏宁心安神,交通心肾之功。取穴选双侧手厥阴心包经之内关、双侧足少阴肾经之涌泉,通过药物、穴位、经络共同作用,起到宁心安神,交通心肾的功效。

参考文献

[1] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准[M]. 南京:南京大学出版社,1994:19-20.
[2] 中华人民共和国卫生部. 中药新药临床研究指导原则(第三辑)[M]. 北京:中国医药卫生出版社,1997:3-4.
[3] 杨甫德,陈彦方. 中国失眠防治指南[M]. 北京:人民卫生出版社,2012:24-26.
[4] 王育虎,吕征. 不同剂量酸枣仁汤的镇静催眠作用比较[J]. 山西中医学院学报,2006,7(6):61.
[5] 熊继柏学术思想与临证经验研究小组. 熊继柏临证医案实录[M]. 北京:中国中医药出版社,2009:46-51.
[6] 李玉娟,刘雯. 酸枣仁汤的镇静催眠作用[J]. 沈阳药科大学学报,2002,19(2):49.
[7] 李廷利,刘立. 生、炒酸枣仁催眠作用的实验研究[J]. 中医药学报,2001,29(5):35-36.
[8] 薛娣,王卫娜. 二至丸对老年痴呆小鼠抗氧化能力的影响[J]. 临床和实验医学杂志,2010,20(9):1550-1551.

(收稿日期:2015-02-23 编辑:王益平)

医家座右铭

医乃仁术,良相同功。立志当坚,宅心宜厚。纵有内外妇幼之别,各尽神圣工巧之能。学无常师,择善而事;卷开有益,博览为佳。必读昔贤之书,俾免离经而叛道;参考近人之说,亦使温故而知新。及其成功,尤贵经验;再加修养,方享令名。临证非难,难于变化;处方应慎,慎则周详。认清寒热阴阳,分辨表里虚实。诊察各求精到,举止切戒轻浮。毋炫己之长,勿攻人之短。心欲细而胆欲大,志欲圆而行欲方。逢危急不可因循,竭智挽回以尽天职;遇贫贱不可傲慢,量力施助以减愁怀。聆病者之呻吟,常如己饥己溺;操大权于掌握,时凛我杀我生。三指回春,十全称上。倘能守此,庶无近焉。

注:本文为近代著名中医学家陈存仁撰,其同学秦伯未先生[(1900~1970年),字济之,号谦斋。上海市浦东人。著名中医学家、中医教育家。从事中医教育近50年,学验俱富,著作等身。]甚为推崇,书于诊室,并书赠同仁及弟子,以资自勉和策励。