

劳逸失调等因素。其病机总属阳盛阴衰，阴阳失交。一为阴虚不能纳阳，一为阳盛不得入于阴。其病位主要在心，与肝、脾、肾密切相关。若素体阴虚，兼因房劳过度，肾阴耗伤，阴衰于下，不能上奉于心，水火不济，心火独亢，火盛神动，心肾失交而神志不宁。如《景岳全书》中“不寐”所说：“真阴精血不足，阴阳不交，而神有不安其室耳。”

乌灵胶囊中含有的乌灵菌干粉是从我国珍稀药用乌灵参中分离获得的菌种，经过现代生物工程技术精制而成。其能够明显改善因心肾不交引起的失眠、多梦、健忘、神疲乏力、腰膝酸软、头晕耳鸣、心悸、少气懒言等症状。现代药理研究表明，乌灵菌干粉在多种生理成分的作用下，能改善脑组织对兴奋神经递质谷氨酸和抑制性神经递质 GABA 的通透性，保护和提高大脑的生理功能，增强谷氨脱羧酶的活性，使 GABA 合成增加，并提高其受体活性，发挥镇静催眠的作用。该临床观察显示：根据中医辨证符合心肾不交型的失眠病人，治疗组病人连续口服乌灵胶囊 4 周后，病人痊愈率为 29.03%，显效率为 64.52%，总有效率为 93.55%。治疗组痊愈率、显效率均明显高于对照组。乌灵胶囊能明显减轻失眠症状，延长睡眠时间，

增加睡眠深度，减轻社会功能受损程度，从而提高失眠愈显率，从根本上改善病人睡眠状况和生活质量，减轻了因失眠给个人、家庭和社会带来的负担；同时避免服用西药存在毒副作用大、易产生成瘾性、依赖性和耐药性等缺点。故乌灵胶囊治疗心肾不交型失眠临床疗效肯定。

#### 参考文献：

- [1]中华人民共和国国家中医药管理局.中医病症诊断疗效标准[M].南京:南京大学出版社,1994:19-20  
[2]中华医学会精神科分会.中华医学会精神科分会精神障碍诊断标准(CCMD-3)[M].济南:山东科学技术出版社,2001:118-119

#### 作者简介：

张文涛（1981-），男，主治医师，河南中医学院硕士研究生，研究方向：中医药防治脑血管疾病。

崔应麟（1963-），男，教授，硕士研究生导师，河南省中医院业务院长，从事中医脑病临床和医院管理。

编号：EA-11083057（修回：2011-11-24）

## 自拟和胃安神汤治疗脾胃不和型失眠 78 例 临床疗效观察

### Clinical efficacy of treating 78 cases of stomach and type of insomnia with self-soothe the nerves and stomach soup

李 丽 叶政坤

（平坝县中医院，贵州 平坝，561100）

中图分类号：R256.23 文献标识码：A 文章编号：1674-7860（2011）22-0037-02 证型：AGD

**【摘要】**目的：观察和胃安神汤治疗失眠的疗效。方法：将 156 例失眠症患者随机分为治疗组 78 例（口服和胃安神汤剂）和对照组 78 例（口服艾司唑仑片、谷维素片），两组疗程均为 15 天，观察临床疗效。结果：治疗组总有效率为 90.06%，对照组为 80.76%（ $P < 0.05$ ）。结论：和胃安神汤治疗失眠症疗效明显优于对照组。

**【关键词】**失眠；和胃安神汤；脾胃不和型

**【Abstract】** Objective: To observe treating insomnia and stomach sedative effect. Methods: 156 cases of insomnia were randomly divided into treatment group 78 patients (oral and gastric sedative decoction) and control group 78 patients (oral estazolam tablets, oryzanol film), were treated for 15 days, observe the clinical efficacy. Results: The total effective rate was 90.06% in the control group 80.76% ( $P < 0.05$ ). Conclusion: treating insomnia and stomach sedative effects than the control group.

**【Keywords】** Insomnia; And stomach soup; Stomach and type of sedative

失眠是指无法入睡或无法保持睡眠状态，导致睡眠不足，又称入睡和维持睡眠障碍（DIMS）。常见导致失眠的原因主要有环境原因、个体因素、躯体原因、精神因素、情绪因素等。中医学称失眠为“不寐”，在《内经》中又称为“目不瞑”、“不得眠”。笔者在临床工作中发现，很多失眠患者因酒食伤不节或思虑太过，损伤脾胃，脾胃升降失常，痰湿、食滞内扰，出

现“胃不和”，以致寐寢不安。故自拟和胃安神汤治疗失眠取得较好的疗效，现报道如下。

#### 1 临床资料

##### 1.1 一般资料

选取 2006 年 2 月～2011 年 2 月我院门诊和住院失眠病人

156 例,按随机数字表法分为治疗组和对照组。治疗组 78 例,男 42 例,女 38 例;年龄 19~65 岁,平均 43.5 岁;平均每晚睡眠时间 4h。对照组 78 例,男 35 例,女 45 例;年龄 21~60 岁,平均 40 岁;平均每晚睡眠时间 4.5h。病程均为 6 个月至 20 年。两组在性别、年龄、病程等方面经统计学处理无显著性差异 ( $P>0.05$ ),具有可比性。

### 1.2 诊断标准

#### 1.2.1 西医诊断标准

西医诊断标准参照中华医学会精神学会制定的《中国精神疾病分类与诊断标准》<sup>[1]</sup>:①有失眠的典型症状,以睡眠障碍为几乎唯一的症状,其它症状均继发于失眠,包括入睡困难,易醒,多梦,晨醒过早,醒后不能再睡,醒后感不适、困乏或白天困倦。②上述睡眠障碍每周至少发生 3 次,并持续 1 个月以上。③失眠引起显著的苦恼,或神经活动效率下降,或妨碍社会功能。④不是任何一种躯体疾病或精神障碍症状的一部分。

1.2.2 中医诊断标准参照《中医病症诊断疗效标准》<sup>[2]</sup>中失眠的诊断标准。证属脾胃不和型,临床表现为不寐少寐,多梦易醒,脘腹胀满,恶心呕吐,噎腐吞酸,大便异常或便秘,舌苔黄腻或黄燥,脉弦滑或数。

#### 1.3 统计学方法

样本均数比较采用单侧或双侧  $t$  检验,样本率比较采用  $\chi^2$  检验,疗效比较采用 Ridit 分析。

## 2 治疗方法

### 2.1 治疗组

采用自拟和胃安神汤治疗。药物组成:法半夏 10g,连翘 10g,陈皮 10g,枳壳 10g,焦三仙各 10g,炙甘草 6g,生酸枣仁 30g,茯神 10g,夜交藤 10g,合欢花 10g。每日 1 剂,水煎服,100ml/次,早晚各一次服用。

### 2.2 对照组

口服艾司唑仑片(舒乐安定片)1mg,每天晚上 1 次,谷维素片 10mg,3 次/d,两组患者治疗期间停用其它治疗本病药物,且晚餐后禁饮茶及咖啡,按时睡眠。观察时间为 30 天。

## 3 疗效观察

### 3.1 疗效标准<sup>[3]</sup>

痊愈:睡眠障碍恢复正常,持续睡眠在 6h 以上,无夜醒,日间无困倦,自我评价很好。显效:睡眠障碍恢复接近正常,连续睡眠在 4~6h,夜醒次数 3 次以内,日间偶有疲乏,自我评价较好。有效:睡眠障碍有明显改善,连续睡眠在 2~4h,日间常感疲乏无力,夜醒次数 3、4 次,自我评价一般。无效:睡眠障碍没有改善,持续睡眠时间不足 2h,夜醒次数在 5 次以上,日间困倦明显,自我评价差。

### 3.2 治疗结果

治疗组治愈 11 例,显效 34 例,有效 30 例,无效 3 例,

总有效率 90.06%;对照组治愈 6 例,显效 21 例,有效 36 例,无效 5 例,总有效率 80.76%两组总有效率比较有明显差异 ( $P<0.05$ ),治疗组疗效优于对照组。

## 4 讨论

现代生活民食多甘美,待宾客多饮酒浆、嗜烟草者为数不少,加之社会竞争日趋激烈,人们工作生活节奏的加快,生活方式发生了改变,所愿不遂,则心思虑,郁怒在所难免,损伤脾胃,致使脾胃不和,而不寐者众。

而祖国医学早在《素问·逆调论》中已经提出了不寐的病机:“胃不和则卧不安”。说明失眠与脾胃关系密切。清代张璐在《张氏医通·不得卧》中又进一步阐述了其原因:“脉数滑有力不眠者,中有宿食痰火,此为胃不和则卧不安也。”和胃安神汤系保和丸、二陈汤配合安神药合方而成。《医学心悟·不得卧》:“有胃不和卧不安者,胃中胀闷痛也,此食积也,保和丸主之;有痰湿壅遏神不安者,其症呕恶气闷,胸膈不利,用二陈汤去其痰,其卧立安。”方中法半夏,性温,味辛,有毒,主要功效为燥湿化痰、降逆止呕、消痞散结,以痰湿水饮、胸膈胀满、恶心呕吐。《主治秘要》云:“燥胃湿,化痰,益脾胃气。”如《内经》中用半夏合秫米二味以化痰和胃安神。陈皮,辛苦,温,以理气健脾,燥湿化痰;食积易化热,故以连翘清热而散结;焦三仙即炒山楂、炒神曲、炒麦芽三味相合,则能消各种食物积滞;枳壳以行气宽中除胀;合欢皮味甘,性平,入心、肝二经,功能解郁、活血、宁心、消痈肿。《神农本草经》谓其“主安五脏,和心志,令人无忧”。夜交藤为何首乌的茎藤。有养心安神、通络祛风之效。《本草正义》谓其“治夜少安寐”。《饮片新参》载可“养肝肾,止虚汗,安神催眠”。生酸枣仁养心安神,实验研究表明,生、炒酸枣仁水煎剂均有催眠作用,生酸枣仁催眠作用比炒酸枣仁起效快。茯神,健脾养心安神。炙甘草,和中以调和诸药。诸药合用以和胃安神。

经临床观察表明,和胃安神汤能明显改善患者的睡眠质量,但有很多患者的失眠与精神心理因素相关,如果在临床中予以服药配合心理疏导、饮食调摄及适当锻炼身体等方法,失眠会得以明显改善。

### 参考文献:

[1]中华医学会精神科分会.中国精神疾病分类与诊断标准[M].第 2 版.南京:东南大学出版社,1995:94  
[2]国家中医药管理局.中医病症诊断疗效标准[M].南京:南京大学出版社,1994:30-31  
[3]王彦恒.实用中医精神病学[M].北京:人民卫生出版社,2000:89-98  
[4]李廷利,刘立,孙加源,等.生炒酸枣仁催眠作用的实验研究[J].中医药学报,2001,29(5):3511

编号:EA-11090101(修回:2011-11-25)