

2000, 22(4):282-283.
[32] 王 驰. 炙甘草汤加味治疗室性早搏 40 例 [J]. 浙江中医杂志, 1999, 34(2):62-62.
[33] 陈 平. 炙甘草汤加味治疗冠心病心律失常 52 例[J]. 医学信息, 2005, 18(11):1555-1556.
[34] 罗永斌. 炙甘草汤加味治疗功能性室性早搏[J]. 湖北中医杂志, 2001, 23(8):26-26.

[35] 张世亮, 门雪琳. 炙甘草汤加味治疗窦性心动过缓的研究[J]. 山东中医杂志, 2003, 22(10):593-594.
[36] 屈汉寅. 炙甘草汤加减治疗因服降脂药导致早搏 47 例临床观察[J]. 河南中医药学刊, 2001, 16(5):46-47.
[37] 王 芳, 吉 庆, 任笑昇. 炙甘草汤加减治疗心律失常 25 例临床观察[J]. 实用医技杂志, 2004, 11(11):2267-2268.

(收稿日期: 2008-06-11)

· 临床报道 ·

老年功能性失眠整体辨治心得

杜 侃, 尹 岭, 张梅奎, 刘式威, 李 彤

关键词: 功能性失眠; 中医辨治; 整体观

中图分类号: R256.23 文献标识码: B 文章编号: 1673-9043(2008)04-0249-01

功能性失眠是大多数老年人都会经历的睡眠——醒觉模式的生理变化, 现代医学指排除心脑血管疾患、躯体及情感原因, 患者连续 3 周以上入睡难、易醒及(或)多梦、晨醒早等表现的睡眠障碍, 多伴见头晕头痛、心悸乏力、健忘等症状。整体辨治是指在中医学整体观指导下按照社会—心理—生物医学模式对其进行系统全面的干预管理, 疗效满意, 现将临症心得介绍如下。

1 充元气补虚概之

老年人脏腑的形与气相对不足, 五脏不坚, 形体皆极, 精血衰耗, 阴阳失调, 虚是其病理基础。功能性失眠的发生一是因虚心神失养, 一是因虚邪扰心神, 如《灵枢·营卫生会》记载: “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。”就论述了气虚血亏、心神失养昼不精, 体虚邪扰、心神难安夜不寐的机制。因此治疗老年人失眠以补虚为主, 尤以补脾胃最为重要。临证有虚寒体质者多采用党参、黄芪甘温入脾肾, 补气偏温; 有虚热体质者用旱莲草、女贞子滋肝肾之阴, 凉血偏寒; 还要注意在本虚的基础上, 亦多标实, 寒热错杂, 治当损益共进。有阴虚阳亢者以黄柏、知母降肾火滋肾阴; 有心肾不交者以黄连、肉桂, 水火既济。

2 祛邪气化痰行瘀

年高之人积损正衰, 气虚不能抵御外邪侵袭, 亦不能及时清除体内代谢废物, 导致痰、瘀、饮、食的积滞。邪壅气滞, 营血卫气运行失常, 亦可导致失眠。王清任认为: “急躁、不眠、夜睡多梦、心慌, 均因于血瘀, 卫气不入阴所致。”而且, “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”, 成为恶性循环。故针对老年功能性失眠的患者, 强调使用丹参、红花、川牛膝、山楂活血化瘀, 半夏、贝母、竹沥、海藻

等化痰散结, 黄芪、川芎、升麻调其阴阳, 通其气血, 而脑海充盈, 神得血而安, 则睡眠安享。

3 精药味守方持恒

由于老年功能性失眠病程久、病机复杂, 往往寒热虚实并见, 多脏受损、多疾并存, 医者难免在遣方用药时大而全。但老年人脾胃功能差, 受纳运化不力, 因而在治疗时主张不但要注意整体调节, 还要抓主要症结所在, 分清主次, 掌握先后缓急。药味不宜过多, 以一方为主针对主要病机, 他药辅之以解决次要病症, 力求药味在 12 味之内, 而且治疗过程中特别强调守方。治疗中往往慢功缓图, 不要见到疗效不明显, 就随便更方, 只有在服药数剂后病情不见减轻或反加重时再更换原方治疗。治疗中除了要注意守方外还应注意坚持服药以巩固疗效, 因为其病因长、病程久, 症状虽暂时缓解、消失, 但尚“灰中有火”, 病根难除。所以要长期坚持用药, 亦可改用中成药或药膳调理。

4 重整体多因制宜

临床常见老年功能性失眠患者因休息差而导致血压升高、头昏心悸等, 而这些不适症状又进一步影响了睡眠质量, 形成恶性循环。治疗中考虑到患者脏腑功能脆弱, 对内外环境的适应力下降, 所以失眠的发生及严重程度易受到时令气候、地理环境、特别是精神因素的影响, 主张在治病时把这些因素考虑进去, 只有善于因时、因地、因人制宜, 整体辨治才能收到较好的治疗效果。比如: 与患者增加沟通, 使其了解用药只是外力, 主要通过自我调理, 平衡膳食“美饮食, 养胃气”, 增强运动, 调动内部抗病能力, 以达到形神若一, 昼精夜寐。鼓励患者修身养性, 勿躁、勿怒、勿暴悲暴喜, 心境平和, 则气清精生神安; 建议老年朋友或游山玩水, 书画怡情, 或良朋益友, 叙旧聊天, 或花鸟鱼虫, 怡神悦目; 指导家属积极参与失眠患者的护理工作, 疏导患者焦虑、失落情绪, 尽量创造安静舒适的睡眠环境等。

(收稿日期: 2008-06-07)

作者单位: 100853 中国人民解放军总医院神经信息中心
作者简介: 杜 侃(1976-), 女, 主治医师, 博士后, 主要从事中西医结合脑血管病理理论与临床研究。