



国家项目速递

DOI:10.13729/j.issn.1671-7813.Z20222153

基于肝主疏泄论治心肾不交型不寐

罗沿印¹,王茂泓²

(1.江西中医药大学,江西南昌330004;2.江西中医药大学附属医院,江西南昌330200)

摘要:不寐又称“不得卧”“目不眠”,其总的病机是阴阳不交。阴阳相交有赖于气机的升降出入得宜,在人体五脏当中,肝的疏泄对人体阴阳出入以及气机升降的调节有着非常重要的作用。肝气上升可以将肾之相火转化补充为心之君火,肝血下藏可以蕴含君火以温煦肾中真水,从而使心肾阴阳相交。因此,基于“肝血不足,疏泄太过”的理论,从肝的疏泄调节人体气机升降出入,促使心肾阴阳相交,对夜不能寐的改善有着明显的疗效。

关键词:肝主疏泄;心肾不交;不寐

中图分类号:R256.23

文献标志码:A

文章编号:1671-7813(2024)01-0001-03

Liver-based Catharsis Theory for the Treatment of Cardiac and Renal non-cross-type Insomnia

LUO Yanyin¹, WANG Maohong²

(1. Jiangxi University of Chinese Medicine, Nanchang 330004, Jiangxi, China;

2. Affiliated Hospital of Jiangxi University of Chinese Medicine, Nanchang 330200, Jiangxi, China)

Abstract: Insomnia, also known as "not being able to lie down" and "not being able to sleep", is a condition in which yin and yang do not intermingle. The intersection of yin and yang depends on the proper elevation and movement of qi. Among the five human organs, the liver's drainage plays a very important role in the regulation of yin and yang as well as the elevation and movement of qi in and out of the human body. Liver qi rises to transform and replenish the phase fire of the kidneys into the ruler fire of the heart, and the liver blood goes down to contain the ruler fire in order to warm the true water in the kidneys, so that the yin and yang of the heart and kidneys are intertwined. Therefore, based on the theory of "insufficient liver blood, too much drainage", the tutor regulates the rise and fall of human qi from the drainage of the liver, promotes the intersection of heart, kidney and Yin and Yang, and has obvious effect on the improvement of sleepless nights.

Keywords: liver main catharsis; heart and kidney do not cross; insomnia

1 不寐

1.1 夜寐生理

夜寐是人体顺应大自然昼夜交替节律的一种阴阳相交的生理现象。《灵枢·岁露论》云：“人与天地相参也，与日月相应也”，夜寐即天人相应的表现，是人体适应自然界昼夜阴阳相交的结果。

1.2 不寐病机

不寐病机总括为阴阳不交。阳盛不藏于阴，阴盛迫阳外浮，阳虚失交于阴，阴虚敛阳不足等，皆为阴阳不交。如《临证指南医案》所言：“不寐之故……总是阳不交阴所致”^[1]，《灵枢·大惑论》记载：“卫气不得入于阴，常留于阳……不得入于阴则阴气虚，故目不瞑矣”^[2]，《类证治裁》记载：“不寐者，病在阳不交阴也”^[3]，都指出不寐的病机为阴阳不交。

阴阳相交胥赖于气机升降出入得宜。《素问·六微旨大论篇》曰：“出入废则神机化灭，升降息则气立孤危”^[4]，言明人

体气机的升降出入得宜是生命活动的体现，也是阴阳相交的前提。故气机升降出入失宜则阴阳不交而病不寐。

人体气机出入有两种形式。一是身体自身阴阳之出入，如《灵枢·口问》曰：“卫气昼行于阳，夜半则行于阴。阴者主夜，夜主卧”，将阴阳落实于营卫，营卫之出入即为阴阳出入的体现，亦阐明了营卫出入失常，则阴阳不交而生不寐。二是身体内外阴阳之出入，即人与天地相参，天地阴阳与人之阴阳，相互沟通，如《论衡·无形》所言：“人禀元气于天，各受寿夭之命”。若天地阴阳失衡，便生邪气，邪气入于体内，扰乱人之阴阳，亦见不寐。《素问·太阴阳明论篇》云：“故犯贼风虚邪者，阳受之……阳受之则入六腑，入六腑则身热不时卧，上为喘呼”，说明人体内在的阴阳相交也受外在阴阳变化的影响。

人体气机升降相辅相成。升降之理，有先升后降，欲降先升者；有先降后升，欲升先降者；故不升则不降，不降则不升。人体阴阳之升降，其核心在于脏腑气机的升降，黄元御在《四圣心源》云：“水、火、金、木，是名四象。四象即阴阳之升降，阴阳即中气之浮沉”，阐述了肝脾左升肺胃右降，脾胃之土居中调度升降，肝胆之木立于两旁运行升降，以及心居上肾居下沟通升降的气机升降模式。若上下之心肾失交，上焦之火不能下温肾水，下焦之水不能上濡心火，则水火分离，阴阳不交。《罗氏会约医镜·论不寐》云：“肾水既亏，相火自炽，以致神魂散越，睡眠不宁。”由上可见，气机升降得宜，乃引阳入阴之机括，

基金项目:国家自然科学基金地区基金项目(82160879);江西省自然科学基金项目(20181BAB205071)

作者简介:罗沿印(1995-),男,贵州铜仁人,硕士,研究方向:中医内科。

通讯作者:王茂泓(1970-),男,江西吉安人,主任医师、教授、博士研究生导师,博士,研究方向:中医药干预糖尿病肾病的临床及基础。E-mail:wmh7079@163.com。



升降失宜,则阴阳不交而病不寐。故阴阳相交、水火互济,以气机升降得宜为重要前提。

2 肝之疏泄与心肾相交

肝的疏泄得宜调节气机升降运行有序^[5],气机升降有序则心与肾阴阳相交,所以肝的疏泄得宜是心肾相交的基础。

2.1 肝主疏泄调畅气机升降

肝之疏泄适宜是心肾相交的基础。气机升降出入是脏腑生理特性的综合体现^[6],如《黄帝内经》言:“升降出入,无器不有”,但五脏六腑气机升降又各有其规律及趋势不同,心君位于上焦,故君火宜降,降则下温肾水,使肾水不寒;肾水居于下焦,其性宜升,升则制约君火,使君火不亢。从五行气化论,肝者,肾之子,心之母,乃心肾之中枢,其性升发,主疏泄,升则疏通上下之气机。在人体中,气机之升者沿肝气升发之道上行,其降者沿肺经肃降之道下行,故肝之疏泄对气机之条畅起着引动与调节作用,在人体气机升降中占据着主导地位,所以肝疏泄条畅气机的作用是心肾相交的基础。

2.2 肝气上升携肾水济心阳

肝气上升下汲肾水,肾水中真阳可补心火。《四圣心源》记载:“冬水闭藏,一得春风鼓动,阳从地起,生意乃萌”可知,阳性能生发温煦全身,靠肝的疏泄气机作用,肝气上升则能化阳。如《景岳全书》所言:“相火居下,为源泉之温,以生养万物”,人体中,相火隐于肾水之间,厥阴木气引动肾水,长于脾土而生火以济心阳。如《慎斋遗书卷一·阴阳脏腑》所言:“盖因水中有真阳,故水亦随阳而升至于心,则生心中之火”。所以,肝的疏泄功能可以使肾水上交于心。

2.3 肝血下降舍君火温肾水

肝血内蕴舍君火,下降入肾可温肾水。《素问》记载:“君火以明,相火以位”“心者,君主之官,神明出焉”,君火藏于心中以主神明。君火缘于先天相火上炎,君火下降又可反哺相火。火性炎上,其下降,因君火可潜于血中,血乃属阴,有下降之性,内含君火之阳,即:“阴中有阳、阳中有阴”,如《慎斋遗书·卷一》所言:“火中有真阴,故火亦随阴而降至于肾”。从五行气机升降论,君火化气于胆木,胆木有下降之性能,故君火寄于木之阴而降也,即藏于血中而入肾,又肝肾精血同源,可血化为精,肾水乃温。所以,肝的疏泄功能可以使心火下交于肾。

3 肝的疏泄在心肾不交型不寐中的应用

王茂泓主任中医师在临床中发现,大部分心肾不交型不寐的形成主要是肝气疏泄太过,导致木燥生风化火,心火不降、肾水太寒所致。

陈士铎《辨证录·不寐门》言:“人有忧愁之后,终日困倦,至夜而双目不闭……人以为心肾不交也,谁知是肝气之太燥乎”^[7],指出肝木在心肾相交中的重要作用^[8]。临床上有一类不寐患者,因情志失调,出现白天困倦欲寐,夜晚则闭目不寐,伴口腔溃疡,心烦躁,手足心热,目涩痒或干,或脚不得暖,恶寒,夜尿频,腰酸软等症,多辨证为心肾不交型不寐,治以滋阴潜阳,交通心肾为法。但王茂泓主任中医师通过临床实践发现,大部分患者单以此法治疗往往取效不佳,病情易反复,而从肝的疏泄论治,疗效较好他认为,平素情志失调之人,多有肝气不舒,初则疏泄不及,肝气不舒,久则肝血被耗,出现阴不敛阳,肝气燥而化火,如成无己所言:“肝者,血之源,血聚则肝气燥”,肝失疏泄,肝血不能布散而凝聚,导致肝气太燥而化火。一方面,肝气太燥化火,则肝血被耗;另一方面,木生火,肝气太燥化火则心火炎甚,心血被耗用,故心血不足,神不得安。此外,水生木,肝气太燥,则耗肾水太过,肾水不足则潜阳不足,故

肾不交于心,夜不能寐也。所以,肝失疏泄是导致心肾不交型不寐的重要原因,其中肝血不足为本,心肾水火不济为标,本与标互相影响。

目前临床上对于心肾不交型不寐的认识,多归于阴虚火旺或肾阳虚衰所致,常治以滋阴降火,或纯补肾阳,都易加重肝气的燥热郁结,加重肝血的不足以至于心肾不交型不寐反复发作。王茂泓教授基于“肝血不足,疏泄太过”论治心肾不交型不寐,除注重患者情志的调节,常用当归配白芍、木瓜、酸枣仁、桂枝等,在补肝血的同时,敛肝体以防疏泄太过、疏肝气以防肝郁化燥。在此基础上,兼以健脾疏肝,或济水生木,或潜阳安神等治法,运用滋水清肝饮、四逆散合桃红四物汤等方剂,加减使用合欢皮、夜交藤、百合、熟地、郁金、远志、龟板、朱砂、制附片等药物治疗心肾不交型不寐取得较好疗效。

4 病案举例

某男,56岁。2021年4月13日初诊。入睡困难,寐浅易醒2月余。患者1年前因工作及家庭琐事,心情较抑郁,多思虑,2月前因与人争执后出现入睡困难,睡眠浅且易醒,醒后难入睡,未进行系统诊治。刻诊:入睡困难,眠浅易醒(多在子时),盗汗,醒后易烦躁、焦虑,且难再入睡;手足心热感明显;近两月觉咽干明显,且觉咽中有痰难以咯出,偶有胸闷;纳可,小便觉无力,有不尽感,大便黏,1次/d;舌质淡红,苔较厚腻;脉沉细弦弱,左寸略浮,右寸浮滑。中医诊断:不寐;考虑肝气疏泄太过,以致肝肾不足,心肾不交。治以滋阴潜阳,养血疏肝。滋水清肝饮加减治疗,药用熟地30g,山茱萸20g,山药20g,泽泻10g,茯苓20g,丹皮10g,当归10g,炒白芍20g,柴胡10g,生龙骨(先煎)20g,生牡蛎(先煎)20g,合欢皮30g。7剂,水煎服,1剂/d。并嘱患者调畅情志,适当运动,忌食生冷、辛辣。二诊:患者入睡困难、眠浅易醒明显好转,其余诸证亦不明显,故守方再服7剂。

按 本案素有情绪抑郁,且多思虑,后因情绪急剧波动导致肝气太燥,疏泄太过,下汲肾水太甚,致肝血、肾水不足,出现心火炎上而不降,阳不入阴,水火不济,夜寐入睡困难而易醒;心火不降,相火亦不降,故见手足心热感,烦躁、焦虑等症;心之君火不降,则肾水寒,肾阳温煦不足,而小便无力,大便不尽感等症。故从肝之疏泄入手治以滋阴潜阳,养血疏肝而取效。

某女,54岁。2020年9月3日初诊。入睡困难,眠浅易醒1年,尿频、尿急1天。1年前因家庭琐事心情较抑郁,出现入睡困难,睡眠浅且较易醒,醒后易心慌,胸闷痛,烦躁、焦虑,曾于当地医院服用安神类中药(具体不详)无明显效果。刻诊:入睡困难,易醒,常于凌晨2时左右出现心慌,胸痛,烦躁、焦虑,伴有夜间手足心热感;今晨始小便频急、伴腥臭异味;食纳差,大便偏稀,1次/d;舌质淡红边有齿痕,舌左部少许郁点,苔薄白;脉左尺沉,左关细弦而浮,右寸浮滑,尺沉。中医诊断:不寐、气淋;考虑为肝气郁生燥热,肝经疏泄太过,以致肝郁肾虚,寒热错杂。治以滋阴清热养血,补肾疏肝。滋水清肝饮合二仙汤化裁,药用当归10g,白芍15g,柴胡10g,熟地15g,泽泻12g,山药20g,茯苓30g,丹皮10g,山茱萸20g,枳实15g,仙茅15g,合欢皮30g,台乌20g,白茅根30g。7剂,水煎服,1剂/d。并嘱患者调情志,适当运动,忌食生冷、辛辣、油腻,多晒太阳。

二诊患者入睡困难改善,寐不易醒,但多梦;精神欠佳,对任何事情都缺乏兴趣,独处时易感焦虑,且自觉胸口冰冷,易疲倦。无头昏头痛,感口干口苦,食纳较差,不欲食,大便平,小便无急胀感,略有尿频;舌质淡暗红,边有齿痕;脉细弦,尺沉,寸



药食两用花卉“金雀花”

向阳,张敏,李兆福

(云南中医药大学基础医学院,云南昆明650500)

摘要:金雀花是一种常见的药食同源花卉,深受大众所喜爱,不仅被制作成多种菜肴食用,同时具有益肺、止咳、化痰、健脾、补肾、祛风、活血、消肿等功效,被广泛应用于高血压病、跌打损伤、虚损劳伤、咳嗽、妇科疾病、肾虚阳痿等多种病证的临床治疗。随着对金雀花食药两用价值的关注度提升,作为传统中药的金雀花的食用价值也得到了广泛的研究与开发。文章基于金雀花的相关文献,从金雀花的资源、食用价值、药用价值等方面对其研究现状进行全面系统的总结,旨在为金雀花在食品医药领域的基础和应用研究提供参考。

关键词:金雀花;药食两用;花卉;研究进展

中图分类号:R28

文献标志码:A

文章编号:1671-7813(2024)01-0003-03

Research on the Application of Medicinal and Edible Flower "Caragana Rosea"

XIANG Yang, ZHANG Min, LI Zhaofu

(School of Basic Medical Sciences of Yunnan University of Chinese Medicine, Kunming 650500, Yunnan, China)

Abstract: Caragana rosea is a common medicinal and food homologous flower. It has been loved by the public since ancient times. It is not only made into a variety of dishes to eat, but also has the functions of benefiting the lung, relieving cough, resolving phlegm, strengthening the spleen, invigorating the kidney, and dispelling wind. It has been widely used in the clinical

基金项目:国家自然科学基金项目(82374427)

作者简介:向阳(1985-),男,湖北恩施人,讲师,博士,研究方向:中医内科学。

通讯作者:李兆福(1970-),男,湖北咸丰人,教授,博士研究生导师,博士,研究方向:中医药防治风湿免疫病。E-mail:1550359718qq.com。

浮滑,右关弱。辨证为肝气郁生燥化火,扰乱心神兼痰涎壅滞胸脘。治以泄热安神、祛痰、疏利气机。先以一味瓜蒂散祛痰,再以柴胡加龙骨牡蛎汤化裁治疗:①瓜蒂5g,煮水服1次,共服1剂;②柴胡15g,法夏12g,党参15g,黄芩10g,生龙骨(先煎)15g,生牡蛎(先煎)20g,茯苓20g,桂枝15g,厚朴15g,合欢皮30g,枸杞30g,瓜蒌皮20g。7剂,水煎服,1剂/d。三诊患者诸症大减,纳可寐平,但精神略有不足,较平人稍易疲乏。嘱以饮食调养,舒畅情志,适当锻炼,适寒温以善后。

按 本案天癸已竭,长期情志抑郁,初始肝气郁,渐则肝气燥而耗血且有化热之象。手心属厥阴心包经、足心为足少阴肾经,凌晨2时属丑时为肝经当令。肝气郁而燥热,影响到心肾故患者夜间易感手足心热;肝血不足,肝不藏魂,心肾不交则出现入睡困难,易醒,心慌,胸痛,烦躁、焦虑甚至夜寐多梦等症状。心火不降则下寒,肾之相火不藏则外热,故治以滋水清肝饮合二仙汤化裁。滋水清肝饮源于高鼓峰的《医宗已任篇》,主治肝气郁滞,肝肾阴虚。方以六味地黄丸化裁而来,方中“三补三泻”以滋补肝肾之阴,再配以白芍、柴胡、当归、栀子、酸枣仁疏肝郁养肝血兼以凉血清热;另以台乌、白茅根、枳实、仙茅温肾化气、清热利尿等药,先缓解患者肝血不足,肝气郁滞症状。二珍妙在吐法之用,此时阴虚稍复,阴液才足即被火灼而化痰,又据脉象寸浮滑,可知患者痰涎壅滞上焦胸脘,此时吐法最宜。《素问·阴阳应象大论篇》有云:“其高者,因而越之”,不吐则阴阳难调,故予一味瓜蒂散以涌吐,但此法过用易

伤胃气,故仅服一剂,服药后呕吐,嘱患者勿怪,乃邪从上出之佳兆。痰吐之后,气机畅达,再以柴胡加龙骨牡蛎汤通阳泄热安神,使心肾相交,安而得寐。

5 总结

心肾不交型不寐多是因心火炎上或肾水寒凉导致阴阳不交而不寐,但其根本原因在于肝气郁而化燥,上炎心火,下耗肾水,导致肝血不足不能养心安神,下耗肾水导致阴不敛阳、阳不入阴而不寐。临床上治疗首先应调节肝的疏泄,再合以滋阴潜阳或养心安神法,标本同治。

参考文献

- [1] 叶天士. 临证指南医案[M]. 北京:人民卫生出版社,2006:269.
- [2] 灵枢经[M]. 田代华,刘更生,整理. 北京:人民卫生出版社,2005:165.
- [3] 林佩琴. 类证治裁[M]. 北京:人民卫生出版社,2005:235.
- [4] 黄帝内经素问[M]. 田代华,整理. 北京:人民卫生出版社,2005:138.
- [5] 王畅,樊旭.“肝主疏泄”理论与不寐证治疗的内在联系[J]. 亚太传统医药,2018,14(4):106-107.
- [6] 朱向东,安耀荣. 气机升降理论探析[J]. 中医研究,2006(9):1-3.
- [7] 陈士铎. 辨证录[M]. 北京:中国中医药出版社,2007:145.
- [8] 刘璐,严季澜,李柳骥. 浅谈陈士铎著作中的气机升降理论[J]. 陕西中医,2015,36(2):203-205.