

基于圆运动理论探讨柴胡加龙骨牡蛎汤治疗失眠机理

沈家成^{1,2} 伍明媚^{1,2} 杨华华^{1,2}

1. 广西中医药大学 广西 南宁 530200

2. 广西中医药大学附属瑞康医院 广西 南宁 530012

【摘要】: 大气圆运动与人身息息相关, 气机升降在五脏六腑中均有体现, 可有效指导中医临床辨证论治。本文从圆运动理论的角度来分析失眠产生的机理以及柴胡加龙骨牡蛎汤的组方特点, 并举验案一则加以佐证, 旨在为中医药治疗失眠提供一种新思路, 从而提高临床疗效。

【关键词】: 失眠; 柴胡加龙骨牡蛎汤; 圆运动; 气机升降理论

Discussion about Chaihu Jia Longgu Muli Decoction in Treating Insomnia Based on the Theory of Circular Motion.

Jiacheng Shen^{1,2} Mingmei Wu^{1,2} Huahua Yang^{1,2}

1. Guangxi University of Chinese Medicine, Guangxi, 530200, Nanning

2. Ruikang Hospital affiliated to Guangxi University of Chinese Medicine, Guangxi, 530012, Nanning

Abstract: The circular movement of the atmosphere is closely related to the human body, and the movement of qi is reflected in the five viscera and six viscera, which can effectively guide the clinical treatment of TCM syndrome differentiation. From the Angle of circular motion theory, this paper analyzes the mechanism of insomnia and the characteristics of the composition of Chaihu Jia Longgu Muli Decoction and presents a test case to prove it, aiming to provide a new idea for the treatment of insomnia by traditional Chinese medicine, so as to improve the clinical effect.

Keyword: Insomnia; Chaihu Jia Longgu Muli Decoction; Circular Motion; Qi ascending and descending theory

据一项调查显示, 全球平均失眠发病率约 27%, 而中国却高达 31.2%, 且失眠发病率在全世界范围内亦呈现逐渐升高的趋势^[1]。长期的失眠会导致一系列疾病发病率的显著增高, 例如冠心病、高血压、动脉粥样硬化症、糖尿病、抑郁症等^[2]。目前, 西医药物治疗失眠主要以褪黑素、阿普唑仑等为主, 但疗效欠佳, 患者需长期服用, 易产生依赖性、耐药性及停药后容易复发, 而中医药治疗则具有独特优势, 以整体观为指导, 辨证施治, 可获事半功倍之效^[3]。圆运动理论起源于“河图洛书”, 由彭子益正式提出“圆运动”, 并用圆运动理论解释了自然界大气运动、人体脏腑的气机升降变化规律, 确立了以“中气如轴, 四维如轮”为核心圆运动理论。

1 关于对圆运动的认识

1.1 自然界的大气圆运动

太阳火热的照射为自然界提供了源源不断的能量, 体现的是宣通的能力。热升极而降, 立秋是太阳热量开始下降的时候, 经过秋天的收敛作用, 把热量逐渐降到地面上; 立冬时热量从地面下沉到地下并封藏于地下水, 成为明年立春时气温上升的物质基础; 而水的封藏能力是有限的, 当能量储存到一定程度时, 阳热生发, 顺应木气之疏泄, 逐渐上升, 气温慢慢回暖; 立夏时大气热浮, 至夏至时地面上的热量到达最大, 而后又经秋气收敛, 顺应而下, 完成春升、夏浮、秋降、冬沉的圆运动, 而长夏居于夏秋之间, 为升降浮沉之枢纽, 所有能量的运动都受其运化调控。自然界一年四季热量的运动规律, 便是大气圆运动的规律,

天地气交, 乃成万物, 万物的成长、消亡都取决于四季的变化^[4]。自然界的五种力量: 疏泄、宣通、运化、收敛、封藏分别对应着五行木、火、土、金、水。基于天人相应之理, 大气圆运动与人身息息相关。

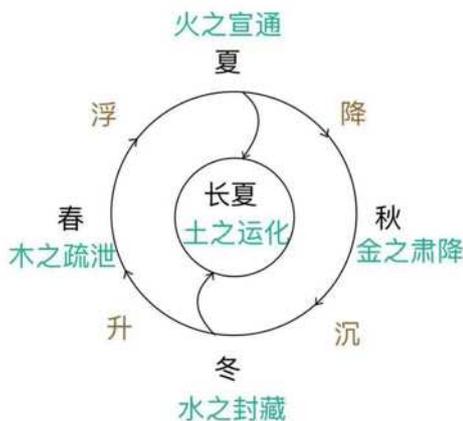


图1 自然界的圆运动示意图

1.2 人体的气机圆运动

人秉天地五行之气而生脏腑, 五行之气正好对应着我们人体的五脏: 肝木、心火、脾土、肺金、肾水, 与自然界五行具有相同的生理特性。气机升降在五脏六腑中均有体现, 升降运动周流复始、如环无端, 维持人体圆运动的正常运转。《圆运动的古中医学》云: “中气如轴, 四维如

轮,轴运轮行,轮运轴灵。中气乃脾胃之气,居于人体正中,脾主升清,胃主降浊,为气机升降的枢纽,以升降旋转构成圆运动的中轴。黄元御在《四圣心源》指出“己土上行,阴升化阳,阳升于左,则为肝,升于上则为心;戊土下行,阳降化阴,阴降于右,则为肺,降于下则为肾”^[5]。胃土右转,肺金借助胃阴与谷精的力量行收敛之权,将心火敛降的同时水与谷精结合下行到肾,为肾水作补充;胃土左旋,肾水得到心火后,温而化升为肝血,肝血借助脾阳与谷气的帮助上达于心,成为心火。心火又分为君火与相火,《四圣心源》有:“乙木上行,而生君火,甲木下行,而化相火”,相火寄存于胆腑中,最终下行封藏于肾水中,肾水得相火而不寒,君火得肾水而不亢,此为水火相济,心肾相交,令人上清下温,乃平人也。

1.3 圆运动中失眠的机制

失眠属于中医中“不寐、目不眠”范畴,《黄帝内经》将失眠的总病机概括为阴阳失调,阳不入阴^[6]。阳入于阴则寐,阳出于阴则寤,阴阳调和,人乃寐寤有度。彭子益指出:人体气机圆运动的正常运转是人能寐寤的生理基础,如肾阳蒸腾,寒水温升,涵养肝木;肝木疏泄,温养心火;君火升极而降,又随肺金肃降潜入寒水中,水火既济,则心火不炎,肾水不寒,则神魂得安,故昼精夜寐^[7]。若其中任何一个环节出现异常,影响气机正常的升降出入,均可能导致失眠。

1.3.1 脾胃胃逆,中轴不运

脾胃居中焦,乃圆运动的中轴,轴运轮转,轮运轴灵。脾胃是气血化生之源,胃主受纳、腐熟水谷,脾主运化,输布水谷精微于各脏腑,脾主升清,胃主降浊,脾以升为健,胃以降为顺,两者带动着其他脏腑的升降。若太阴脾虚,气血生化无源,运化失司,脾不升清,左升不及则无以上荣于心,心神不得濡养,则心悸不宁而失眠^[8]。脾为生痰之源,脾虚则酿生痰湿,痰湿郁久化热,扰动胃腑,胃热上逆而出现入睡困难、腹满、食不下、呃逆等症状,即“胃不和则卧不安”^[9]。脾胃升降,互为其根,戊土之不降,由于己土之湿,湿则胃土郁^[10]。脾土左旋与胃土右转带动着肝心肺肾的整体运动,脾升则肝肾也随之升,胃降心肺亦随之降,故水木不郁,金火不滞^[11]。所以脾胃乃圆运动的核心,直接影响着整个圆的运行,圆运有序,则人健康无疾。脾虚不升,胃热上逆,升降失常,气机逆乱,中轴失运,乃发生不寐的根本原因。

1.3.2 肺金不足,相火不降

肝随脾升,胆随胃降,相火寄存于胆腑中,随胃土右转而降,除胆经下降之力外,还需借助金气的收敛之力才能降入肾水中,水火交济则水不寒,火不热。《圆运动的古中医学》中论述:“此阳热降入水中,以生中气。中气旋转,则上下交济,有如相臣之职,故称相火”^[12]。若当人体的肺气不足,肺肃降时,就会导致本身少阳相火不降,郁在肺中并灼伤肺气^[13]。胆属甲木,肺属辛金,金克木,敛之以金气,则木不过散;若肺金气弱,敛之不足,则相火上逆,阳不能入于阴,则不寐也。肺气不足,则出现咳喘,气短乏力,汗多等症状。胆气不下,枢机不利,郁而化热,胆热上逆,热扰心神,则患者会出现心烦不得眠,容易醒,耳鸣,口干口苦,吐酸等症状。胆经不降,相火妄动,阳不能入阴,

是导致失眠的重要因素。

1.3.3 水寒木郁,肝肾不升

肾为水火之脏,肾水得相火则能温升,若水中无阳,水寒不能上济于心,则心火旺而不降,水不升则火不降。正如《医法圆通》所言:“不卧一证,因内伤而致者,由素秉阳衰,有因肾阳虚而不能启真水上升以交心,心气即不得下降,故不卧”^[14]。肾水不能得相火的温暖而出现下焦虚寒,腰膝酸软,尿频,男子遗精、滑泄,女子月经不调、痛经等症。肝藏血,血舍魂,若肝血不足,肝失疏泄而抑郁,魂无所附,则可出现失眠多梦、健忘、视力下降等。肝血由肾水温而化生而来,肝肾同源,精血互化;若水寒木郁,肾水肝木失于升发温养,上旋之力则不足,圆运动之力衰减,无以升亦无以降。肾水借相火、肝木之气温升,由升而浮,则生君火;君火得肾水、辛金之力凉降,由降而沉,则生相火,如此周流不休,为人体圆运动的源动力^[15]。

2 关于对柴胡加龙骨牡蛎汤的认识

2.1 柴胡加龙骨牡蛎汤概述

柴胡加龙骨牡蛎汤出自《伤寒论》中:“伤寒八九日,下之,胸满烦惊,小便不利,谵语,一身尽重,不可转侧者,柴胡加龙骨牡蛎汤主之”。原文指太阳表邪未解,邪陷少阳,医误下之,少阳枢机不利,又见热结于里,湿郁于外,表里俱病。由于病邪仍在少阳,故取小柴胡汤之意,去甘草加桂枝平冲降逆,茯苓健脾利湿,大黄通便,龙骨、牡蛎、铅丹镇静以止惊悸,内解外清,扶正祛邪。虽然条文并无讲述可治疗失眠等症状,但经过后世诸多学者的不断深入探讨和临床实践,使得该方的临床应用进一步扩展到多脏腑疾病,包括神志类疾病、心脑血管疾病、消化系统疾病、妇科病等,其中发现该方治疗失眠具有较好的疗效^[16]。

2.2 运用圆运动理论分析柴胡加龙骨牡蛎汤组方特点

方中柴胡其性升散,能疏肝行气解郁,合生姜辛温能疏泄肝木之气;桂枝能升能降,一方面助阳化气,利于肝木升发,一方面平冲降逆,利于右降;人参、茯苓、大枣均能健运脾土,且党参能补肺气,助肺气宣发,茯苓能利湿,以防土湿木郁;半夏既能降逆胃气,又能燥湿化痰;黄芩清降胆中相火;大黄苦寒泻下,能通降肠腑之气,下之气降,中之气亦随之降;龙骨、牡蛎、铅丹为重镇潜降之品,使相火敛降于肾水中。全方有升有降,以右降为主,辅以左升,升脾降胃以复轴运之灵,升肝降胆以复四维之常,轴运轮转,故能治疗诸多缘由胃气不降,胆火上逆的疾病。

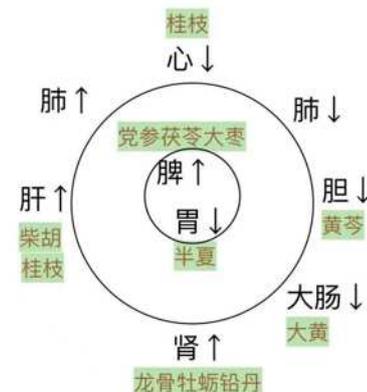


图2 圆运动解释柴胡加龙骨牡蛎汤

3 医案举例

患者女, 35岁, 于2023年5月5日来就诊。主诉: 入睡困难2个月余。患者自诉近两个月以来经常性入睡困难, 既往曾服用褪黑素治疗, 但疗效不佳, 要求中药治疗。刻下: 入睡困难, 精神不振, 腹胀满, 进食后有气逆堵塞感, 食欲减少, 稍口干, 无口苦, 有头晕, 心烦爱发脾气, 脸上频繁长痘, 大便干结, 2-3天一解, 小便正常, 腿软乏力; 近期月经延期一周左右, 月经量少, 夹有少量血块, 舌质淡, 舌边顿厚, 有齿痕, 苔白腻, 舌下络脉浅; 左脉弦滑, 右脉沉而有力。既往患者有脑供血不足病史, 今年1月做了人流, 行清宫术治疗, 出血量偏多。西医诊断: 睡眠障碍。中医诊断: 不寐, 证属胃气上逆, 肝郁血虚。治法: 降胃健脾, 疏肝养血。方选柴胡加龙骨牡蛎汤合四物汤加减, 处方: 柴胡20g, 黄芩10g, 法半夏15g, 党参10g, 桂枝10g, 生龙骨15g(先煎), 生牡蛎30g(先煎), 茯神15g, 生姜10g, 大枣15g, 大黄8g, 炙甘草10g, 石菖蒲15g, 苍术12g, 当归10g, 熟地15g, 川芎10g, 白芍12g, 牛膝12g。5剂, 水煎服, 日一剂, 饭后服用, 一天喝两次, 嘱患者忌口辛辣油腻, 甜腻。二诊: 2023年5月12日, 患者诉服药后较前容易入睡, 进食后堵塞感明显减轻, 大便通畅, 一天一解, 仍偶有头晕, 口干、心烦, 双腿乏力, 舌脉基本同前。原方去大黄, 加栀子10g、杜仲15g, 5剂, 服用方法同前。三诊: 2023年5月18日, 患者基本能正常入睡, 进食后无明显不适, 无口干、心烦, 双腿较前有力, 仅剩偶有头晕, 其余症状均有好转, 舌淡, 有齿痕, 苔白稍腻, 脉沉、滑。处方: 酸枣仁20g, 知母10g, 炙甘草8g, 茯苓15g, 当归10g, 熟地15g, 川芎10g, 白芍12g。5剂, 服用方法同前。一个月后随访, 患者诉服药完后至今睡眠均正常。

按: 一诊时, 患者诉腹胀, 进食后有明显气逆堵塞感, 考虑胃气不降, 胃气上逆; 胃气不降, 圆运动整个右降功能均失常; 心火不得下, 郁在上焦, 故口干、心烦、面长痘; 大肠不降, 腑气不通, 故便秘。患者素体肝血亏虚, 左升无力, 加之右降失常, 相火下归于肾的能量减少, 肾水得不到足够能量温升, 肝肾同源, 肝肾两虚故进一步导致肝肾左升无力, 故患者出现头晕, 腿软乏力, 月经延期且量少。方中用柴胡加龙骨牡蛎汤增强右降的能力, 合四物汤养肝血以恢复左肝升的能力, 苍术、石菖蒲健脾化湿, 健运中土。二诊时: 患者睡眠、大便情况好转, 原方去大黄防伤脾胃, 心烦加栀子清上焦之火, 使心肺得降; 腿软乏力加杜仲补肾以涵肝, 助肝木生化, 使肝肾得升。三诊时患者基本能正常入睡, 除偶有头晕, 已无明显不适, 考虑肝血不足, 不能濡养脑窍, 予酸枣仁汤合四物汤养血安神巩固治疗。胃气得下, 脾气得升, 中轴恢复正常运转; 肝肾得升心胆得降, 辅以外力助四轮转动, 脏腑功能恢复, 阴阳相交, 自可安然入寐。

4 总结

圆运动理论是对中医学“天人合一”“阴阳五行”“气机升降”等思想观点的融合贯通。导致失眠的原因虽复杂

多变, 但总离不开人体圆运动的“失圆”, 通过调整人体气机升降, 使水不寒、土不湿、木不郁、火不逆、金不滞, 五行发挥其正常生理功能, 全身气机升降有序, 最终达到圆运动平和, 疾病自愈的目的。

参考文献:

- [1] 王若愚, 董旭, 冯丽媛等. 基于静息态功能核磁技术探讨针刺治疗原发性失眠的研究进展 [J]. 针灸临床杂志, 2023, 39(08): 99-103.
- [2] 渠磊. 疏肝解郁清热安神方治疗肝郁化热型失眠临床观察 [J]. 实用中医药杂志, 2023, 39(08): 1524-1526.
- [3] 赵晓梅. 中医药治疗失眠研究进展 [J]. 光明中医, 2023, 38(16): 3266-3269.
- [4] 毛淑娴, 孙良生. 基于圆运动理论探讨齐玉茹运用大柴胡汤诊疗经验 [J]. 河北中医, 2023, 45(04): 630-634+638.
- [5] 董必文, 王余燕, 郑进. 彭子益“圆运动”学术思想研究 [J]. 云南中医学院学报, 2020, 43(04): 98-102.
- [6] 康紫厚, 王新志. 王新志教授运用“子午流注理论”治疗顽固性失眠心得 [J]. 亚太传统医药, 2020, 16(05): 79-81.
- [7] 陈金凤. 基于六气圆运动理论探析阳虚失眠证治 [J]. 福建中医药, 2022, 53(02): 22-25. DOI: 10.13260/j.cnki.jfjtc.012417.
- [8] 王慧敏, 杨涛, 骆文斌. 从阳虚论治失眠探析 [J]. 时珍国医国药, 2019, 30(05): 1166-1167.
- [9] 朱耿仪, 丁云, 施泽婉等. 基于圆运动理论探讨“斡旋针法”治疗失眠 [J]. 中国中医药图书情报杂志, 2023, 47(05): 206-209.
- [10] 张兆海, 张永. 基于圆运动理论探讨慢性肝病失眠辨治 [J]. 河南中医, 2022, 42(12): 1821-1824. DOI: 10.16367/j.issn.1003-5028.2022.12.0383.
- [11] 梁海敏, 余思思, 田宁. 基于黄元御“一气周流”理论探讨上热下寒证 [J]. 河北中医, 2023, 45(02): 321-324+329.
- [12] 李康健, 许双虹, 廖颖钊等. 基于“轴轮”理论浅析柴胡加龙骨牡蛎汤治疗儿童睡眠障碍 [J]. 深圳中西医结合杂志, 2019, 29(09): 49-51.
- [13] 元绍爽, 孙郑青, 徐强. 基于气机圆运动理论探析胆经不降机理及临床应用 [J]. 中医药导报, 2023, 29(02): 186-191.
- [14] 郭霖霖, 刘雁峰, 郑志博等. 从“心肾相交”角度探讨围绝经期睡眠障碍 [J]. 河北中医, 2023, 45(09): 1557-1559+1562.
- [15] 刘国华. 从圆运动思想探讨《伤寒论》六经病证治规律 [D]. 湖南中医药大学, 2019.
- [16] 张金朋, 潘祥宾, 潘立民等. 古代经典名方柴胡加龙骨牡蛎汤的历史沿革及临床应用 [J]. 中医药学报, 2023, 51(08): 84-90.

作者简介: 沈家成, 男, 硕士研究生在读。