

柔肝养阴降浊法合杵针疗法治疗更年期失眠的临床观察

王艳明 刘芳 杨秀娟 江媛媛 孙玉琦
(哈尔滨市中医医院 黑龙江哈尔滨 150070)

摘要:目的:据国家统计局统计,当前我国开始步入老龄化社会,而女性更年期的开始则是标志着女人正迈入老年阶段,这一阶段恰恰是女人最需要社会、家人关爱的时期,而女性更年期失眠发生率在更年期症状中高达 53%,有的失眠者已经严重影响到日常行为和生活,因此寻找安全有效的中医中药治疗女性更年期失眠尤为迫切。方法:柔肝养阴降浊法合杵针疗法治疗更年期失眠的临床观察 60 例。结论 升降散加减制成免煎颗粒解决患者对汤剂难以下咽的苦楚,杵针疗法解决了患者对针灸疼痛的恐惧,二者结合大大提高了更年期失眠的治疗效果。

关键词:柔肝养阴降浊法;升降散;杵针疗法;更年期失眠

失眠是指难以入睡、睡后易醒或彻夜不眠的疾患^[1]。依照中医经典所载,患有睡眠障碍者多被描述为“不寐”、“不得眠”、“不得卧”等,这些表述与今日医学界所定义的“失眠”实质上相吻合。尽管对于睡眠障碍的基本概念认定相仿,但在具体的理论阐述与治疗手段上,传统中医与现代医疗各自展现出独有风采。研究表明,有高达 70.6%的女性在更年期时会出现失眠的症状。针对这一问题,西方医学倾向于通过应用雌激素,辅以诸如安定药物这类的镇静剂和抗焦虑药来进行治疗。然而,鉴于长期用药可能导致依赖和较大的副作用,许多患者都在紧急寻求传统中医和中药作为一种更为安全有效的治疗更年期失眠的替代方法。据国家统计局统计,当前我国开始步入老龄化社会,而女性更年期的开始则是标志着女人正迈入老年阶段,这一阶段恰恰是女人最需要社会、家人关爱的时期,而女性更年期失眠发生率在更年期症状中高达 53%^[2],有的失眠者已经严重影响到日常行为和生活。健康来自睡眠—这是美国医学研究人员根据近年来对失眠研究的最新结果所提出的新观点。充足的睡眠除了可以消除疲劳外,还与提高机体免疫力,增强抵抗疾病的能力密切相关,针对此种情况,本研究采用“柔肝养阴降浊法合杵针疗法治疗更年期失眠”,以提高更年期女性的睡眠质量,改善生活质量。

病例选取:

选择 60 例女性更年期失眠患者,患者来源于 2023 年 11 月至 2024 年 5 月在哈尔滨市中医医院就诊的患者,进行口服升降散免煎剂配合杵针疗法治疗,疗效显著,现总结如下:

病例选取标准:

1 年龄在 45-55 岁,病程 1 个月-10 年,纳入标准:年龄在 45-55 岁;

2 符合更年期综合征诊断标准;符合失眠症诊断标准;疗程在 2 周;

3 符合阴亏肝郁型中医诊断标准^[3]。

治疗方法:

服用药物:升降散加减组成:大黄 10 克,姜黄 10 克,僵蚕 10 克,蝉蜕 10 克,地骨皮 10 克,女贞子 25 克,合欢皮 20 克,郁金 10 克,五味子 5 克,生甘草 10 克。此方制成免煎剂,药物来源于哈尔滨市中医医院免煎药局,早晚温水冲服,疗程为 14 日。

杵针疗法:处方-神道八阵、至阳八阵、命门八阵;河车路:大椎至命门段;局部取穴:行间、足窍阴、神门。命门八阵用补法,其余用泻法。疗程为 14 日。

杵针疗法是李氏家族在入川时期,老祖公李尔绯在年少时期从如幻真人处习得,李仲愚老先生为杵针的第十四代传人,且将杵针疗法进行了发扬光大。杵针中所蕴含的辩证思想和中医学的相关理论有异曲同工之妙。但也有不同之处,例如,杵针疗法虽然不使用药物,但是并非排除为某些患者使用药物;其虽然属于针灸疗法的分枝,但是却并不刺入到穴位之下,所以,患者并不会感受到痛楚,也不会因为创面而出现感染的情况。患者在接受程度上比较高,无论男女老少均可施治,在推广程度上也比较高;在选取穴位方面主要以原络、俞募、河车、八阵之穴为主,天应为指导,在学习和掌握上较为简单、方便。

杵针配穴:(1)八阵穴,以膻穴作为中宫,将中宫到一定的距离作为半径,并以此绘制圆圈,将其分为八等分,分别为天、地、风、云、龙、虎、鸟、蛇,并将其与乾、坤、坎、离、震、巽、艮、兑相对应,继而形成八个穴位,称作外八阵,再将中宫到八阵的距离分成三份,并绘制成两个圆圈,即为中八阵和内八阵。三个

八阵中的穴位就组成了八阵穴。本文中针对八阵的选择,选择了神道八阵、至阳八阵、命门八阵。其中在神道八阵的定位方面,以位于第五胸椎棘突凹陷位置的神道穴位中宫,从神道穴位置延伸到左右的神堂穴的实际距离做半径,其所形成的八阵穴即为神道八穴。在至阳八阵的选择上,以位于第七胸椎棘突之下的凹陷位置的至阳穴延伸到其左右的膈关穴作为半径,其所形成的八阵穴即为至阳八阵。在命门八阵的选择上,选择位于第二腰椎棘突之下凹陷位置的命门穴为中宫,从命门穴延伸到左右的志室穴作为半径,所形成的八阵即为命门八阵。在手法选择上,杵针选择点扣、升降、开阖、运转、分理的方式。神道八阵道至阳八阵都使用泻法,主要目的为疏肝理气且养心安神。而命门八阵则主要以补法为主,其主要目的为滋阴养肾且养心安神。(2)河车路。人体的气血是通过经络运行的,其像一个圆环是周而复始的、在不断的上升和下降中运行。河车路这一方式就是使用杵针的方式在人体的经脉的行走路线之上,利用相关方式方法来促进人体的气血循环,在畅通人体经脉的同时,达到治病的最最终目标。杵针在河车路的选择上为:大椎到命门的定位,具体选择为从大椎穴一直到命门穴的中线,大椎穴一直到命门穴脊柱两侧的三条线(脊柱旁开5分第一条线、脊柱旁一寸第二条线、脊柱旁开一寸第三条线)。在手法的选择上如前,且主要以泻法为主,在梳理气机的同时调理患者的心肝功能。(3)局部取穴。取行间、足窍阴和神门,主要以泻法为主,主要达到疏肝理气且安神定志的效果。

观察内容:失眠 月经失调、绝经 五心烦热易怒 舌尖红

疗效标准:根据症状改善程度分为显效、有效、无效。

60例病例显效56例,占93%,有效4例,占7%,无效0例。

杵针疗法治疗疾病有特殊的工具,运用不同的手法,在针灸常用腧穴和杵针疗法的特殊穴位上进行治疗。施杵时患者采用俯卧位或俯伏坐位;消毒:在进行杵针治疗前需用医用酒精对工具及施杵部位进行消毒;行杵与得气:杵针治疗中,为使患者产生杵针刺刺激感应而使用一定的手法,称为行杵。杵针刺刺激部位产生的经气感应,

称为得气,或称杵针感应,患者出现杵针感应后,除具有与针刺治疗类似的酸、麻、胀、重等针感外,还会出现刺激部位皮肤潮红和局部的温热感觉以及病人特有的全身轻松、舒适、愉悦的感觉[4]。杵针治疗时间一般为30分钟,6次为一个小疗程,14次为一个大疗程,本研究采用14次的大疗程。

更年期失眠的妇人一般都离不开这三大病机,一是体内有积滞,二是阴虚火旺,三是气郁化火,因为有形的痰浊瘀血食积壅堵,不通则烦热难寐,所以治疗上以顺其性,养其真,降其浊为治疗法则^[5]。方中大黄、姜黄、僵蚕、蝉蜕组成的升降散能通腑开表,透热降浊,给邪气一个出路,这样郁热得解,人就轻松,积能够消除,神才安之。另外本方中加地骨皮、女贞子、五味子、生甘草都是以养其真为主,配上合欢皮、郁金就能顺其性,放松神经,令气机调和,心生喜悦。综上所述,所有药物共奏柔肝养阴降浊之功从而达到治疗更年期失眠的功效。

我们选取年龄在45-55岁的女性更年期失眠患者,病程1个月-10年,除月经失调、绝经外,伴有五心烦热、舌尖红,易怒等相关阴亏肝郁型症状。更年期女性往往肩负生活、家庭和社会的各种压力,导致阴虚火旺,气郁则化火,积滞可生热,因此心烦难寐,脾气像六月的天阴晴不定,说变就变,所以治疗时依从性相对较差,本研究在“柔肝养阴降浊法”指导下制定的升降散加减,制成免煎颗粒,服用疗程为14天,早晚温水冲服,杵针疗法疗程为14天。升降散加减制成免煎颗粒解决患者对汤剂难以咽的苦楚,杵针疗法解决了患者对针灸疼痛的恐惧,二者结合大大提高了更年期失眠的治疗效果。

参考文献:

[1]赵忠新.临床睡眠障碍学[M].上海:第二军医大学出版社,2003:238。

[2]邓小虹.张沁文.北京地区围绝经期妇女健康现状的流行冰雪调查[J].北京医学,2002,24(4):235-238。

[3]李森.白正勇.经方辨治更年期失眠探析.实用中医内科杂志,2014,10;17-18。[4]钟枢才.杵针学.中国中医药出版社.2006,2。

[5]任之堂.医经心悟.中国中医药出版社.2014,7。