

近 10 年来酸枣仁汤治疗失眠的临床应用概况

姚宝农

广西钦州市中医医院脑病科, 广西 钦州 535000

【关键词】 酸枣仁汤; 失眠; 综述

doi:10.3969/j.issn.1004-7484(x).2013.05.614

文章编号:1004-7484(2013)-05-2738-02

酸枣仁汤出自汉代张仲景《金匱要略》,是历代治疗失眠的有效方剂。现就其 2002 年—2012 年来用于治疗失眠的临床应用情况综述如下。

1 酸枣仁汤辨证加减的应用

张凤茹^[1]将 140 例失眠患者分观察组和对照组各 70 例,观察组用酸枣仁汤加减,药用酸枣仁 30g,茯神、知母、夜交藤各 20g,五味子 15g,甘草 6g。加减:伴有痰涎阻塞者另半夏、陈皮、胆南星各 15g;伴有咳嗽、咳痰、喘促者加半夏、鱼腥草、桔梗、白果各 15g;腹大胀满者加猪苓、茯苓、大腹皮各 15g;伴有烦躁者加生牡蛎、生龙骨各 15g;伴有语言蹇涩者加石菖蒲、远志 15g;以上药物 7 剂为一疗程,水煎服,取汁 200ml 每日分 2 次服完,14 天为一疗程。对照组用地西洋片治疗,每次 5mg,每日 2 次。随着病情的变化发展逐步增加剂量。结果:对照组的总有效率为 81.4%,观察组的总有效率为 95.7%,经统计学处理, $P < 0.05$ 。冯金星^[2]将 80 例失眠患者随机分为分酸枣仁汤治疗组 46 例、地西洋片对照组 34 例。治疗组方药:炒枣仁 30g,茯神 20g,川芎 20g,知母 15g,五味子 15g,夜交藤 20g,甘草 10g。随症加减,每日 1 剂,水煎服。对照组用地西洋片起始量每次 5mg,每天 2 次,后酌情加量,1~2 周内加到治疗量每天 10~20mg。结果:治疗组有效率 97.8%,明显高于对照组的 65.5%。罗亚芳^[3]将 60 例失眠患者随机分为酸枣仁汤治疗组和地西洋片对照组。治疗组方用:酸枣仁 20g,柏子仁 15g,川芎 6g,丹参 10g,生龙骨 15g,生牡蛎 30g,夜交藤 30g,合欢皮 15g,茯苓 9g,甘草 3g。若眼眶发黑,为肾水亏虚,加生熟地、阿胶;若口苦舌尖红,加黄连、黄芩;痰多加菖蒲、茯神;胸胁闷胀、叹息,加广郁金、香附;五心烦热,加地骨皮、知母。水煎服,头煎加水 300ml,服汁 150ml;2 煎加水 200ml,取汁 100ml,两煎药汁混合,早晚分 2 次口服。对照组用地西洋片 2.5~5mg,每晚 1 次。两组均治疗半月后进行疗效评定。结果治疗组有效率 96.7%,对照组有效率 66.7%,经统计学处理; $P < 0.05$,酸枣仁汤治疗失眠效果有统计学意义。姜雪华^[4]采集不明原因性失眠患者 80 例,随机分为治疗组、对照组,每组各 40 例。治疗组给予酸枣仁汤加味治疗,中午和晚上各服 1 次,睡前半小时服用。方用:炒酸枣仁 20g,大枣、淮小麦各 30g,茯苓、川芎、甘草、知母各 10g,合欢皮、夜交藤、远志各 15g。对照组予地西洋片 5mg,晚上睡前半小时服。两组疗程均为 30 天。结果治疗组总有效率 92.5%,对照组总有效率 72.5%, $P < 0.05$ 。袁武龙等^[5]用酸枣仁汤治疗失眠病人 126 例,临床治愈 37 例,显效 48 例,有效 37 例,无效 6 例,总有效率 95.2%。药用酸枣仁 30g,知母 10g,茯苓 10g,川芎 10g,菖蒲 10g,柏子仁 10g,生甘草 5g,随症加减,每日 1 剂,水煎至 200ml,早晚分服,7 天为 1 个疗程,2 个疗程后观察疗效。周宏军等^[6]运用酸枣仁汤加味治疗顽固性失眠 30 例,治愈 12 例,好转 14 例,未愈 4 例,总有效率 86.7%。疗程最短 30 天,最长 60 天,平均疗程 45 天。药用:酸枣仁 20g,茯苓 15g,知母 10g,半夏、川芎 10g,丹参 20g,郁金 10g,胆南星 9g,夏枯草 10g,夜交藤 20g,白芍 15g,石菖蒲 10g,陈皮 15g,枸杞子 20g,五味子 10g。每日一剂,水煎服,1 个月为 1 个疗程。自汗加牡蛎、浮小麦各 20g;神疲健忘者党参 15g,元肉 10g;口干口苦、头晕目眩者加栀子 8g,菊花 15g;腰膝酸软加熟地 20g,杜仲炭 15g。治疗期间停用西药镇静剂,并嘱患者忌食辛辣香燥膏粱厚味之品。

2 酸枣仁汤协同其它方药的应用

邵益峰^[7]用随机方法将 120 例顽固性失眠患者分为治疗 60 例,对照组 60 例。治疗组用天麻钩藤饮合酸枣仁汤治疗:天麻、钩藤、知母各 15g,炒酸枣仁、茯神、石决明各 20g,生地、栀子、杜仲、川牛膝、夏枯草、柏子仁各 10g,甘草 6g。每日一剂,水煎服,每次 50ml,每日 2 次。对照组予舒乐安定片 2mg,睡前口服;谷维素片 20mg,每天 3 次口服。两组疗程均为 20 天。疗效标准参照《中药新药临床研究指导原则》疗效标准。结果:治疗组临床治愈 16 例,显效 20 例,有效 18 例,无效 6 例,总有效率 90.00%;对照组临床治愈 8 例,显效 13 例,有效 20 例,无效 19 例,总有效率 68.33%。两组总有效率比较差异有统计学意义($P < 0.05$),治疗组优于对照组。王文同等^[8]用酸枣仁汤合甘麦大枣汤治疗失眠 60 例,方用:酸枣仁 30g,知母 10g,浮小麦 20g,大枣 10g,川芎 12g,茯苓 20g,龙骨 10g,甘草 10g。每日 1 剂,水煎服,连服 4 周。中医疗效参照 1994 年国家中医药管理局制定的《中医病证诊断方

万方数据

效标准》,PSQI 评分参照《匹兹堡睡眠质量指数量表》。结果:治愈 8 例,显效 28 例,有效 16 例,无效 8 例,总显效率 60%,总有效率 86.7%。60 例患者治疗前 PSQI 评分为 (16.95 ± 2.24) 分,治疗后为 (8.75 ± 1.26) 分,治疗前后 PSQI 评分比较有统计学意义($P < 0.05$)。张巍^[9]以酸枣仁汤全交泰丸加减治疗失眠 50 例,方用:酸枣仁 15g(重症可用至 30~60g),川芎 9g,茯苓 15g,知母 9g,甘草 6g,黄连 3g,肉桂 3g(后下),夜交藤 30g。伴胸闷胁胀,善太息,不思饮食,妇女可见乳房作胀疼痛,月经不调者加合欢皮 15g,郁金 9g,柴胡 6g;伴面色少华,心悸健忘,肢倦神疲,饮食无味,多梦易醒者加黄芪 15g,党参 15g;重症不寐加灵磁石 15g(先煎),珍珠母 30g(先煎),生龙牡各 30g(先煎)。每日 1 剂,水煎 2 次,共取汁 400ml,分早、中、晚 3 次口服。结果治愈 20 例,占 40%;好转 27 例,占 54%;未愈 3 例,占 6%。总有效率 94%。倪国栋^[10]用安神定志丸合酸枣仁汤治疗顽固性失眠 36 例,药用:党参、酸枣仁、夜交藤各 20g,茯苓 15g,川芎 6g,远志 12g,菖蒲、知母、炙甘草各 10g,朱砂 3g(冲服)。加减:神魂不安、善惊易怒、坐卧不宁明显者,加珍珠母 10g、琥珀 1.5g(冲服);多梦易醒者加元肉 20g,五味子 10g;汗出多者,加生牡蛎 30g、黄芪 15g、浮小麦 30g;心悸气短者,加黄芪 15g、桂枝 6g、白术 12g。水煎服,每日一剂,分 2 次服。疗程 4 周。结果:治愈 28 例,显效 5 例,好转 2 例,无效 1 例,总有效率 97%。高孟英^[11]用血府逐瘀汤合酸枣仁汤治疗顽固性失眠 40 例,药用:当归 20g,生地 20g,桃仁 12g,枳壳 8g,赤芍 8g,柴胡 10g,桔梗 10g,川芎 8g,怀牛膝 15g,酸枣仁 20g,知母 10g,茯苓 15g,甘草 8g。日 1 剂,分 2 次煎服,服法遵许叔微“日午夜卧服”,一煎晚睡前服,二煎午睡前服,连服 10 天为一个疗程。其中临床治愈 19 例,显效 10 例,有效 7 例,无效 4 例,有效率为 90%。范桂滨^[12]运用栀子豉汤合酸枣仁汤治疗失眠 58 例,药用:炒枣仁 20g,知母 10g,甘草 3g,茯苓 30g,川芎 6g,炒栀子 10g,淡豆豉 10g。心脾两虚加党参 15g,黄芪 20g;心虚胆怯加龙齿 30g,柏子仁 10g;痰热内扰加陈皮 6g,竹茹 10g;肝郁化火加柴胡 10g,郁金 10g;胃气不和加枳实 10g,厚朴 10g。每日 1 剂,水煎 2 次,共取汁约 500ml 分 2 次服,分别于午休及晚睡前半小时各服 1 次。服药期间停用一切镇静剂,禁食辛辣刺激食物,治疗 1~2 周后统计疗效。结果:临床治愈 21 例,显效 22 例,有效 12 例,无效 3 例,总有效率 94%。孙立利等^[13]用百合地黄汤与酸枣仁汤合用治疗失眠 14 例,药用:百合 30g,生地 20g,酸枣仁 35g,茯苓 25g,夜交藤 20g,知母 15g,甘草 10g,兼见头晕耳鸣,口干津少,五心烦热加玄参 15g,麦冬 25g;兼心悸,多梦加党参 25g,郁金 15g,每日一剂水煎服,早晚分服,连续服药 30 天为一个疗程。治愈 8 例,好转 5 例,无效 1 例。

3 酸枣仁汤配合针灸推拿等的应用

邓志蓉^[14]将 76 例失眠病例随机分为针药治疗组和对照组各 38 例,治疗予酸枣仁汤加减并配合针灸治疗,对照组用谷维素和安定片,治疗 1 周。结果针药结合组治愈率 52.6%,总有效率为 89.4%;对照组治愈率 12%,总有效率 71.1%。治疗组显著高于对照组,经统计学处理,两组差异有统计学意义($P < 0.05$)。治疗组中药基本方:酸枣仁 18g,茯苓 10g,川芎 10g,知母 10g,甘草 5g。随证加减:心气不足加党参 15g,白术 10g;心血不足加白芍 20g,熟地 20g;惊悸不安者加朱砂 15g,琥珀 5(研末冲服);肝郁者加柴胡 15g,香附 10g;痰热者加栀子 10g,远志 10g;脾胃虚弱者减知母,加薏仁,法半夏各式各 10g;阴虚阳亢、心肝火盛者减川芎加生龙骨(先煎),生牡蛎各 15g。每日 1 剂,水煎服,分早晚温服。针刺治疗以神庭、百会。配穴:上星、四神聪、印堂、神门等穴。对照组每日睡前予安定片 2.5mg;谷维素 30mg、七叶神安片 2 片、复合维生素 B 片 2 片,日三次。张宝文等^[15]将符合纳入标准的 60 例门诊患者随机分为治疗组 30 例和对照组 30 例,对照给予酸枣仁汤合生脉散治疗,治疗组在此基础上配合针刺治疗,10 天为一个疗程,治疗 2 个疗程。结果显示:对照组治疗后总有效率 76.66%,睡眠时间为 (5.06 ± 0.21) h,治疗组总有效率为 93.27%,睡眠时间为 (6.62 ± 0.11) h。两者经统计学分析差异有统计学意义($P < 0.05$)。两组所用的方药是:酸枣仁 20g,川芎 10g,知母 15g,茯苓 30g,麦冬 10g,五味子 15g,党参 30g,炙甘草 10g。并随证加减:阴虚火旺,惊悸不安者去川芎加生地 30g,生龙齿 30g,龟板(先煎)15g;心脾两虚者加茯苓 30g,焦术 30g;心血不足者加白芍 30g,熟地 30g;

肝郁者柴胡 15g, 郁金 20g; 痰热内扰者加栀子 10g, 橘皮 15g, 石菖蒲 15g。针刺选: 神庭、百会、四神聪、足三里、内关、安眠, 平补平泻, 神门、三阴交、照海用补法, 申脉用泻法。心肾不交加太溪、太陵; 心脾两虚配心俞、脾俞; 肝郁化火者配合谷、太冲。李峰^[16]用酸枣仁汤配合针灸治疗失眠 60 例, 治疗组 30 例, 给予: 酸枣仁 30g, 茯苓 15g, 知母 10g, 川芎 15g, 甘草 5g, 每日一剂, 分 2 次服; 同时配合针灸, 主穴: 百会、四神聪、安眠穴、神门、内关、三阴交。随证配穴: 肝郁化火加肝俞、太冲; 痰热内扰加丰隆、足三里; 心肾不交加心俞、肾俞、太溪; 心脾两虚加心俞、脾俞。对照组口服舒乐安定 2mg, 每晚睡前半小时服。两组均 10 天为一疗程, 2 疗程统计疗效。结果: 治疗组总有效率 63.33%, 有 5 例服中药后出现大便稀软症状, 经对症处理后消失; 对照组治疗总有效率 60%, 有 12 例对西药产生药物依赖。周立清^[17]用加味酸枣仁汤配合推拿治疗重症失眠 39 例。方药用: 酸枣仁 15g, 川芎 12g, 茯苓 12g, 知母 10g, 生地 15g, 当归 12g, 柏子仁 10g, 五味子 8g, 远志 6g, 生甘草 6g, 每日一剂, 水煎 2 服。肝郁气滞者加柴胡、郁金; 心烦胆热者加山栀、黄芩; 肝肾阴虚者加制首乌、杞子; 心肾不交者, 加黄连、肉桂。推拿: 患者取坐位, 医者以推、拿、滚等法施于颈、肩、背并点按风池、推大椎、拿肩井, 约 5~10 分钟。然后取仰卧位, 用拇指推法经上额部向两侧太阳穴推, 点按印堂, 揉太阳穴, 反复 5~10 分钟。每日一次, 2 周为一疗程。结果临床治愈 26 例, 显效 9 例, 无效 4 例。杨敏等^[18]将 89 例失眠患者随机分为治疗组 45 例, 对照组 44 例。两组均酸枣仁汤加味, 方药用: 炒酸枣仁 30g 知母 10g 茯苓 15g, 甘草 6g 夜交藤 15g 五味子 10g 珍珠母 30g, 随症加味。治疗组在用中药基础上加取耳穴神门、心、脾、肝、肾、枕、交感、内分泌, 每隔 3 天更换 1 次, 两耳交替贴压。治疗 2 周后统计疗效, 结果治疗组和对照组的总有效率分别是: 93.33% 和 75.00%, 两组疗效经 Ridit 分析, $u=2.464$, $P<0.05$, 差异有统计学意义, 治疗组疗效优于对照组。谭斌^[19]将 120 例在校大学生失眠患者随机分为中药组、观察组及西药组, 每组各 40 例, 中药组: 酸枣仁 20g, 甘草 8g, 知母 10g, 茯苓 15g, 川芎 12g。水煎睡前服 150ml; 西药组服奥沙西洋片 60mg, 睡前服; 观察组则中西药同服, 奥沙西洋片 30mg, 睡前服。结果中药组显效 22 例, 有效 16 例, 无效 2 例, 显效率为 50%, 有效率 55%; 西药组显效 20 例, 有效 17 例, 无效 3 例, 显效率为 50%, 有效率为 43%; 观察组显效 29 例, 有效 11 例, 显效率为 73%, 有效率为 28%。中药组与西药组显效率比较无明显统计学差异 ($P>0.05$); 观察组与西药组疗效比较差异有统计学意义 ($P<0.05$)。

4 酸枣仁汤治疗各种疾病伴随失眠的应用

关运祥^[20]将 60 例脑卒中后失眠患者随机分为治疗组 30 例, 对照组 30 例。对照组给予口服安定 5~10mg, 睡前服; 治疗组在此基础上加服酸枣仁汤, 药用酸枣仁 15g, 茯苓 15g, 知母 9g, 甘草 6g, 常规随症加味。两组治疗 14 天后进行疗效判定。结果治疗组显效 21 例, 好转 7 例, 无效 2 例, 总有效率 93.3%, 对照组显效 18 例, 好转 7 例, 无效 5 例, 总有效率 83.3%, 经 Radit 分析, $U=7.2453$, $P<0.01$ 。张诗军等^[21]将 65 例慢性乙型肝炎肝郁血虚伴失眠患者随机分为两组, 治疗组 33 例采用加味酸枣仁汤治疗, 药用: 酸枣仁 30g 茯苓 15g 知母 9g 川芎 6g 甘草 3g 蛇舌草 15g 五味子 10g 麦芽 15g 虎杖 15g; 对照组 32 例, 用舒乐安定 2mg 睡前一次服、甘利欣 50mg, 每日三次。两组疗程均为 1 个月。结果: 两组均能有效改善患者的睡眠症状及肝功能, 治疗组睡眠的 1 期、2 期睡眠明显减少, 3 期、4 期、REM 睡眠时间明显增加, 睡眠结构与治疗前比较差异有统计学意义 ($P<0.05$)。两组均能明显改善患者的肝功能, 但在改善 AST 方面治疗组则明显优于对照组 ($P<0.05$)。结论: 加味酸枣仁汤对患者的睡眠结构具有明显调节作用, 因而提高睡眠质量, 副作用较少并且有护肝作用, 适用于慢性肝病合并失眠患者。袁珊^[22]将更年期综合征以失眠为突出表现的 80 例患者随机分为两组, 治疗组 40 例予酸枣仁汤加味治疗, 药用: 酸枣仁 15g, 知母 15g, 茯苓 15g, 川芎 10g, 五味子 10g, 麦冬 15g, 甘草 6g, 并随症加味。每日 1 剂, 日 3 次口服; 对照组 40 例睡前给予安定片 5~10mg、谷维素片 30mg 和维生素 E100mg, 日三次。治疗组总有效率 90%, 对照组总有效率为 80%, 两组疗效经统计学处理差异有统计学意义 ($P<0.05$)。张丽萍等^[23]将 50 例肝郁血虚的更年期失眠患者随机分治疗组和对照组各 25 例, 治疗组予酸枣仁汤合甘麦大枣汤加味, 药用酸枣仁 20g, 川芎、茯苓、知母、甘草各 10g, 淮小麦、大枣各 30g, 柴胡 6g, 炒白芍 10g, 夜交藤 15g, 并随症加味, 每日一剂, 中午及睡前半小时服。对照组予安定片

5mg, 每晚睡前半小时服。两组疗程均 30 天一个疗程。结果治疗组总有效率 92%, 对照组总有效率为 68%, 两组疗效比较差异有统计学意义 ($P<0.05$)。

5 评价与展望

综上所述, 以酸枣仁汤为主治疗失眠, 疗效确切, 具有良好的依从性, 无药物依赖等不良副作用, 显示其临床应用价值及良好的开发前景。但在临床研究上仍然存在许多不足, 主要表现在: ①多以临床总结、小样本研究为主, 缺乏大样本、多中心循证医学水平上的研究; ②诊断标准及疗效评价标准不够统一; ③中医辨证用药剂量、疗程等不规范。这些都有待进一步完善和提高, 为进一步开发疗效确切的促进和改善睡眠质量的中成药提供临床科学证据。

参考文献

- [1] 张凤茹. 酸枣仁汤治疗失眠 70 例疗效观察[J]. 中国卫生产业, 2012, 7:161.
- [2] 冯金星. 酸枣仁汤治疗失眠的临床观察[J]. 中国卫生产业, 2011, 9(28):328.
- [3] 罗亚芳. 酸枣仁汤治疗失眠 30 例观察[J]. 内蒙古中医药, 2009, 12:7.
- [4] 姜雪华. 酸枣仁汤加味治疗不明原因性失眠的临床分析[J]. 中国卫生产业, 2012, 9:172.
- [5] 袁武龙, 曹云超. 酸枣仁汤加味治疗失眠 126 例[J]. 内蒙古中医药, 2012, 15:5.
- [6] 周宏军, 付宝峰. 酸枣仁汤治疗顽固性失眠 30 例[J]. 辽宁中医杂志, 2006, 5(33):574.
- [7] 邵益峰. 天麻钩藤饮合酸枣仁汤治疗顽固性失眠 60 例[J]. 浙江中医杂志, 2012, 4(47):263.
- [8] 王文同, 刘竹丽. 酸枣仁汤合甘麦大枣汤治疗失眠 60 例[J]. 中医杂志, 2009, (50)增刊:19.
- [9] 张随. 酸枣仁汤合交泰丸加味治疗不寐 50 例[J]. 长春中医药大学学报, 2008, 1(24):64.
- [10] 倪国栋. 安神定志丸合酸枣仁汤治疗顽固性失眠 36 例体会[J]. 现代中西医结合杂志, 2007, 8(16):1099.
- [11] 高孟英. 血府逐瘀汤合酸枣仁汤治疗顽固性失眠 40 例[J]. 河南中医, 2006, 4(26):60.
- [12] 范桂滨. 栀子豉汤合酸枣仁汤治疗不寐 58 例[J]. 实用中医药杂志, 2007, 3(23):149.
- [13] 孙立利, 刘力军. 百合地黄汤与酸枣仁汤合用治疗不寐症疗效分析[J]. 牡丹江医学院学报, 2002, 3(23):52-53.
- [14] 邓志蓉. 针药结合治疗失眠 38 例临床分析[J]. 中国卫生产业, 2012, 06:175-177.
- [15] 张宝文, 杜树祥. 针药结合治疗失眠 60 例临床疗效观察[J]. 中医信息, 2011, 4(28):101-102.
- [16] 李峰. 酸枣仁汤配合针灸治疗不寐证 60 例临床观察[J]. 长春中医药大学学报, 5(25):719-720.
- [17] 周立清. 加味酸枣仁汤合穴位推拿治疗重症失眠 39 例[J]. 江西中医药, 2008, 11(39):67.
- [18] 杨敏, 杨红杰. 耳穴压籽合酸枣仁汤加味治疗不寐虚证 45 例临床观察[J]. 海南医学, 2009, 12(20):82-83.
- [19] 谭斌. 酸枣仁汤协同奥沙西洋治疗失眠的临床疗效[J]. 中国临床药理学杂志, 2006, 3(22):175.
- [20] 关运祥. 酸枣仁汤加味治疗脑卒中后失眠 30 例[J]. 中医临床研究, 2012, 19(4):97-98.
- [21] 张诗, 陈泽, 林佑武等. 加味酸枣仁汤治疗慢性乙型肝炎失眠症临床疗效观察[J]. 中药材, 2007, 11(30):1482-1483.
- [22] 袁珊. 加味酸枣仁汤治疗更年期不寐 40 例临床观察[J]. 四川中医, 2006, 9(24):62-63.
- [23] 张丽萍, 卢建. 酸枣仁汤合甘麦大枣汤治疗更年期失眠症 25 例[J]. 浙江中西医结合杂志, 2002, 6(12):362-363.

近10年来酸枣仁汤治疗失眠的临床应用概况

作者: [姚宝农](#)
作者单位: [广西钦州市中医医院脑病科, 广西钦州, 535000](#)
刊名: [中国保健营养 \(下旬刊\)](#)
英文刊名: [China health care & nutrition](#)
年, 卷(期): 2013, 33 (5)

本文链接: http://d.g.wanfangdata.com.cn/Periodical_zgbjyy-x201305614.aspx