

休作有时虚火扰，酸枣安魂夜寐调

——睡眠障碍

姓名：许某某 性别：女 年龄：59 岁 2025 年 7 月 25 日初诊

主诉：失眠 4 月余。

现病史：患者 4 月余前出现失眠，主要表现为入睡困难，心烦，胆小，胁肋部发胀，面部无神，每到下午 15 点到 16 点左右会出现腹部、咽部、鼻子灼热感，咽喉干燥，持续 1-2 小时后好转，往往夜间 22 点左右还会发作一次，症状同前，口干、口苦但饮水不多，怕冷，时有气短（当时测血氧饱和度正常），时有反酸，饮食一般，夜寐差，大便干，一日一次，小便调。

查体：血压：109/71mmhg，心率 77 次/分，心肺听诊正常，双下肢不肿。神经系统查体：双侧巴氏征阳性，闭目难立征阴性。

个人史：生于江苏连云港本地，无疫水、疫区接触史，无冶游史。无吸烟、饮酒史。

既往史：有“高血压、血糖升高”病史。

过敏史、家族史：均无。

辅助检查：头颅 CT：未见明显异常。（2025 年 07 月 24 日，连云港市中医院）

中医体征：舌质红，苔白偏厚，脉弦细，体型适中，腹部软。

中医诊断：不寐，邪在少阳。西医诊断：睡眠障碍、焦虑状态、高血压、血糖升高。

治法：和解少阳。

处方：小柴胡汤。

方药：柴胡 15 g，姜半夏 12 g，党参 15 g，甘草 3 g，黄芩 15 g，生姜 12 g，大枣 20 g，3 剂，每日 1 剂，水煎服，一日两次。

2025 年 7 月 28 日

药后，面部较前有神，有明显的笑容，自述腹部、鼻子灼热感明显好转，胁肋部不胀，咽干减轻，眼干灼热感还存在，双下肢乏力，自觉行走不稳，饮食可，有时吃饭想吐，夜寐欠安，二便调，舌质偏红，苔白厚，脉弦细。守上方继服“小柴胡汤”3 剂。请丰广魁老师指导！

2025 年 8 月 2 日

丰广魁老师查房：患者目前经服用“小柴胡汤”后精神较前明显改善，腹部、鼻子灼热感消失，咽干减轻，这是改善的方面，但睡眠还是不行（每日晚间还是需要服用右佐匹克隆片 3 mg, 才能睡 3-4 小时，且睡眠质量仍差），主要还是入睡难，有飞蚊症，舌红，舌体不大有齿痕，苔黄（中药染苔），脉沉细。用小柴胡汤之所以有效是抓住了小柴胡汤的核心主症一休作有时、胁肋发胀，该方是一个神奇的方子。患者舌体不大，舌质红，舌边有齿痕，结合症状考虑患者内有热邪，但这是一个郁热，所以和解少阳法有效。可患者目前仍睡眠差，晚间身热，睡前要喝水，现在患者自觉没有腹部灼热感，灼热感开始往外冒，会出汗，时有突然潮热汗出的情况。患者自述在此次失眠之前没有更年期症状也没有杂事烦扰。该患者中医诊断：不寐，证型：肝阴亏虚，治法：养阴安神，选方：酸枣仁汤加味，方药：酸枣仁

30 g，知母 12 g，茯苓 15 g，炙甘草 6 g，百合 30 g，浮小麦 20 g，5 剂，每日 1 剂，水煎服，一日两次。患者有染苔情况，说明很可能存在湿，有湿的存在就容易出现染苔，酸枣仁汤正好有茯苓可以除湿。入睡困难者多是阳不入阴，实证、热证偏多，一般情况有阴虚内热、痰热、肝郁气滞等，本案患者属于阴虚内热。

2025 年 08 月 04 日

药后，患者精神佳，面有笑容，无明显心烦，腹中的灼热感完全消失，咽部不干，眼睛无干涩感，汗出不显，饮食可，现在晚间服用右佐匹克隆片半片，睡眠质量较前明显改善，夜间能睡 4 个小时以上，二便调。舌质红，舌体不大有齿痕，苔白，脉沉。守上方继服 7 剂。

编者按：该患者属肝阴不足，虚火扰心，魂不守舍，其核心病机为肝不藏魂。肝血不足则魂失所依，虚火内生扰心，故见腹中灼热、睡眠差等症。阴亏征象主要体现在口干、口苦上。酸枣仁汤以“养肝体，清虚热，安魂神”为纲，直击肝阴亏虚失眠之根本。其妙处在于：1、补疏并行：酸枣仁滋阴敛魂配川芎疏达肝气，避免呆补滞邪；2、心肝同调：茯苓引药入心，知母降火，使魂归肝舍，神守心宫。临床需要紧扣“舌红、脉弦、虚烦”三大主症。另加用百合养阴、浮小麦敛汗。（杜青）