

方永江副主任医师在脉诊理论指导下诊疗异态睡眠经验总结

王蕊¹, 何艳², 潘姝婕¹, 徐海艺¹, 方永江^{2*}

(1. 云南中医药大学, 云南 昆明 650500; 2. 昆明市中医医院, 云南 昆明 650500)

摘要: 异态睡眠是指夜间睡眠或与睡眠相关的异常行为及体验, 该病频繁发作导致患者心神不宁, 影响生理健康、生活和工作。导师方永江基于脉诊理论, 认为治疗此病需紧扣神魂不安, 肝魂扰心的病因病机, 结合五行、脏腑、三因制宜理论, 运用针刺以调形神, 最终达到宁心安神、清肝安魂的功效。

关键词: 针法; 脉诊; 异态睡眠; 梦魇

中图分类号: R241.1; R256.29 **文献标志码:** A **文章编号:** 1000-2723(2025)03-0064-04

DOI: 10.19288/j.cnki.issn.1000-2723.2025.03.012

An Overview of Dr. Fang Yongjiang's, Deputy Chief Physician's, Experience Using Pulse Diagnosis Theory to Diagnose and Treat Heteromorphic Sleep

WANG Rui¹, HE Yan², PAN Shujie¹, XU Haiyi¹, FANG Yongjiang²

(1. Yunnan University of Chinese Medicine, Kunming 650500, China;

2. Kunming Traditional Chinese Medicine Hospital, Kunming 650500, China)

ABSTRACT: Nocturnal sleep or unusual behaviors and experiences connected to sleep are referred to as idiosyncratic sleep. Patients who have the disease frequently experience disturbances in their life, career, and physical well-being. In order to effectively treat this disease, according to mentor Fang Yongjiang, the etiology and pathogenesis of the restlessness of the mind and soul as well as the disturbance of the liver and soul to the heart must be closely followed. This can be done by combining the five elements, internal organs, and the theory of the three causes; reviewing the disease's progression in relation to changes in the pulse; and using acupuncture to regulate the shape of the mind and soul.

KEY WORDS: acupuncture; pulse diagnostic; heteromorphic sleep; nightmares

异态睡眠归属睡眠行为异常范畴^[1], 是指夜间睡眠或与睡眠相关的异常行为和体验^[2], 具体表现为夜间睡眠中出现噩梦频作、惊醒喊叫、肢体异常活动等。异态睡眠属于中医学“梦魇”范畴, 《说文解字》曰: “魇, 梦惊也。从鬼, 厌声。”指在睡眠状态下被噩梦惊醒, 并且患者能清醒回忆出具体的梦境内容, 病情严重者自觉有重物压身, 难以动身, 欲呼不能, 惊恐万分, 甚至胸闷如窒息状。频繁发作的梦魇会导致患者心神不宁, 对心理影响极大, 严重影响生活及工作^[3]。

方永江副主任医师根据多年临床经验, 结合阴阳

五行、脏腑学说等理论, 总结出在梦境中出现令人哭泣、惊恐等一系列梦境的脉象特点, 归纳出针灸治疗该病的经验, 运用此经验在临床诊疗工作上取得佳效。方永江副主任医师为硕士研究生导师, 先后从师于博士生导师张虹教授、全国名老中医张沛霖及林忆平主任医师, 临床上博采众长、推陈出新, 经多年针灸临床经验总结, 形成一套独特的诊疗思路。其擅长运用脉诊、针药结合治疗多种常见病及疑难杂症, 尤其在治疗梦魇方面经验丰富, 疗效显著。现将方永江副主任医师从脉诊理论、藏象学说、五行学说等多方面

基金项目: 云南省科技厅中医药联合专项面上项目[2019FF002(-025)]; 云南省技术创新人才培养对象项目(202305AD160065); 昆明市卫生科技人才培养项目医学科技学科带头人[2022-SW(带头)-08]

作者简介: 王蕊(1998-), 女, 在读硕士研究生, E-mail: 931611482@qq.com

* **通信作者:** 方永江(1981-), 男, 副主任医师, 硕士, 研究方向: 针灸临床机制研究, E-mail: fangyongjiang81@163.com

阐述其发病机理,将针灸治疗异态睡眠的部分学术思想和临证经验简述如下。

1 脉诊理论指导下的诊断思路

1.1 四诊合参,尤重脉诊,因脉辨证 方永江副主任医师继承全国名老中医张沛霖主任医师的学术思想,临床上注重脉诊的应用,将“以脉为证,以脉为治,以脉为效”贯穿治疗疾病的始终,脉诊理论治疗情志类疾病尤具优势^[4]。《灵枢·九针十二原》曰:“凡将用针,必先诊脉,视气之剧易,乃可以治也。”古代医家首先通过脉诊,判断出疾病所在脏腑以及所属性质,才进一步调经脉气血,最终使机体恢复阴平阳秘的状态。方永江副主任医师遵循《内经》思想,注重针刺与脉诊的关系,先审视脉象脉力、脉率、脉位、脉形、脉势的具体情况,辨明五脏六腑盛衰,再进行个体化选穴治疗。经过多年临床经验,导师总结出梦魇患者的脉象特点为:左寸脉、关脉皆应指有力、脉率数或疾,左关脉对比之下较左寸脉更数或疾,将此脉象拟称“鬼脉”。鬼脉从脉象中的脉力来看,沉取均有力为实证;从脉位来看,左寸及左关脉浮中沉取均有力,表明心肝为实邪所困;从脉形而言左寸为大,左关脉为弦为大,亦表明心肝为实证;脉率为数脉或疾脉表明热证;就脉势而言,左寸脉及左关脉皆应指有力,而左关更疾或数,表明心肝均有实热之症,但肝经实热之邪更甚。左寸脉候心,五行属火,心为君主之官,主神志;而左关脉候肝,五行属木,肝为将军之官,主魂;左关脉较左寸脉数或疾,说明肝受热邪所迫更甚,将军之官强于君主之官,必会出现君主政权不稳,心神受到肝魂侵扰,犹如魂追神,此病就五行相生相克而言,木生火,属母病及子,临床见此脉象,患者近期内绝大多数会出现异态睡眠,以梦见亡人为主,故称此脉象为鬼脉。

1.2 症因脉治,重视病因病机 西医认为异态睡眠与精神、年龄、睡姿、遗传、药物等有关^[5]。治疗上,西医主要使用药物疗法和非药物疗法,药物疗法首选哌啶嗪,但哌啶嗪对创伤后应激障碍相关梦魇较佳,对原发性梦魇、抑郁型梦魇等的疗效却尚未得到证实;非药物疗法主要是意向排演法,此法是通过自我想象愉快梦境来降低梦魇的发生率^[6]。总的来讲,现代医学对于梦魇的治疗方法相对单一,且都以控制症状为主,难达根治。频繁出现的梦境代表特定含义,中医辨梦将梦作为一种生理、病理现象的伴随产物^[7],中医

认为梦境是睡眠中心神活动的表现,与脏腑气血阴阳的变化密切相关,脏腑组织病理反应在梦境中是病理的梦象,故及时治疗该病可防微杜渐。梦魇的病机通常与气虚血瘀、肝郁化火、痰火上扰、心脾两虚、阴阳失调等有关^[8-10]。而方永江副主任医师基于前人基础,并结合“鬼脉”脉象特点,认为梦魇基本病机为热扰肝魂,肝魂扰心,根据脏腑及五行理论可以从肝、心、肺论治。其中火热淫邪是发病重要因素,神魂魄平衡失调是内在病机。

火热淫邪是致病重要因素。《素问玄机原病式》云:“古人言梦者,神迷也,病热而能迁七情者,水衰道远故也。”人之将寐,心神收敛,魂随之而入,火热淫邪,扰动魂魄,精神散越,诸神失养不舍于脏,魂魄飞扬,梦魇所生。正如《灵枢·淫邪发梦》曰:“正邪从外袭内,而未有定舍,反淫于脏,不得定处,与营卫俱行,而与魂魄飞扬,使人卧不得安而喜梦。”热邪扰肝,阳亢化风,则见肢体活动异常。《素问·刺热》云:“肝热病者,小便先黄,腹痛多卧,身热。热争则狂言及惊,胁满痛,手足躁,不得安卧”,可知夜卧不安、惊而躁动皆与肝热有关。

梦魇与心、肝、肺有关,梦魇发病,热邪侵袭,燔灼肝经,魂不安舍,母病及子,扰动心神,木火刑金,肺魂受扰,最终心神不安,魂魄飞扬。《素问·灵兰秘典论》:“心者,君主之官也,神明出焉。肺者,相傅之官,治节出焉。肝者,将军之官,谋虑出焉。”国家长治久安,君主、将军、宰相三者需各司其位,将军力量过大,影响君主治理国家稳定,也束缚宰相之力。《中医心理学》指出^[11]:“神是指人的精神、意识、思维活动。魂、魄、意、志其他四神,均归于心神所主。”魂是后天形成的意识思维活动,魄是与生俱来的,属于人类本能的感觉、动作和自我防卫能力等,即无意识活动。神总统魂魄,是魂魄的主帅和来源,而魂魄又是神的反映和补充^[12]。《医宗必读》云:“魂藏于肝,肝藏血,作文苦,衄血多,则魂失养,故交睫即魇。”《柳宝诒医案·神志》中载:“人身魂藏于肝,肝有伏热,则魂气不得安其舍,而浮越于上。凡惊魇不寐,惊悸诸病,由于此者诚多。”梦魇发病,肝魂扰心占据主导地位。多项研究^[13-14]表明,治疗睡眠类疾病以心肝论治为主,金克木,肝实之证可通过治肺金来抑肝木。综上所述,肝魂扰心是梦魇重要的病因病机,同调肝心肺,可达根治此病目标。

1.3 脉证结合,三因制宜 从脉象而言,本病病机为肝魂扰心,五行属木属火,经长期临床经验,导师总结出梦魇发病与地理位置、生活环境有关。因地制宜方面,农村山区中居住的主要建筑材料为木材,与肝魂五行相同,而导师认为梦魇主要病机为肝魂扰心,同气相求,故发病率可能较高。城镇中建筑多以金属为框架,在五行中属金,肺魄五行亦属金,金克木,故发病率较低。

因时制宜方面,在临床上长期实践观察中发现,一年中该病发病率在清明节及中元节前后较高。清明节时间多在农历三月,三月五行属木,与肝魂同气相求;中元节为农历七月,七月五行属土,肝魂属木乘土,而梦魇本质为肝魂扰心,属肝病,故梦魇在木月及土月多见;且清明节及中元节均为中国传统文化中的“鬼节”,皆为祭祀亡魂之节令,魂与肝病五行相同,同气相求,故该病在清明节及中元节前后发病率较高,这与中医天人合一整体观念相吻合。

因人治宜方面,平素嗜食酸涩食物之人,较他人发病较高。五行酸属木入肝,喜食酸涩之品,易导致肝火内生,导师认为该病病机为火扰肝魂,肝魂扰心,故嗜食酸涩,更易诱发梦魇。

从针具材质而言,现代多用一次性不锈钢针灸针,五行属金,而本病为肝魂扰心,为木病,金克木,且针为利器,更具肃杀之气,方永江副主任医师认为使用针刺治疗梦魇取得佳效,可能还与针具五行属性有关,治疗魂不归位有更好效果。

2 脉诊理论指导下的针法特点

2.1 快针浅刺膀胱经膻穴 从脉诊结果来看,本病病性属热属实,《灵枢·九针十二原》云:“刺诸热者,如以手探汤”,表明实热症针刺原则为浅刺、快刺。快针浅刺法的提出最早见于《灵枢·官针》^[15],是以十二皮部理论为依据的由“浅内而疾发针”的半刺理论,为浅刺、快刺之法。《灵枢·经脉》云“卫气先行皮肤,先充络脉”,络脉-经脉-脏腑又是一个有机的整体,相互之间联系密切,通过浅刺皮部,可疏调经脉,激发经气,进而调整脏腑功能以平衡阴阳^[16]。

选用双侧魂门、魄户为主。肝藏魂,魂门位居肝俞之旁,魂门是魂出入的门户,针刺该穴可为魂归位指明道路。魄户,位于肺俞之旁,为肺魄出入之户,魂与魄二者关系紧密,魄为肺所主,五行属金,魂为肝所

主,五行属木;根据五行相生相克理论,金克木,使用魄户可达到肺金克肝木之功效,使离越在外的魂归位,可更好治疗梦魇;刘露露等^[17]同样指出肝、肺二经之气不相顺接导致气机升降失调会导致异态睡眠,从肝、肺二经论治梦魇得到较好临床效果。具体操作:嘱患者取端坐位,暴露背部腧穴,常规消毒后,选用一次性无菌针灸针,采取单手进针法操作,运用指力将针快速刺入皮肤真皮层,魂门、魄户针刺深度约 0.1 寸~0.2 寸,然后缓慢行针得气后行捻转泻法 10 s 后起针,不留针。

2.2 重视手厥阴心包经及手少阴心经 从脉象来看,本病病位在心在肝,且病性为实热证,根据“实则泻其子”治则,故其治则为清泻心肝之火。选用“劳宫、神门”共奏泻火宁心,安神定志之功。劳宫穴,别名“鬼窟”,为十三鬼穴之一,擅治神志疾病,《灵枢·邪客》“诸邪之在于心者,皆在于心之包络”,选择劳宫原因有三:①劳宫穴为心包经荥穴,心包代心受邪,故劳宫可清泻心火,开窍醒神;②肝经属木,心包经属火,火为木之子,“实则泄其子”,故其还具备泻肝火之功;③“见肝之病,知肝传脾,当先实脾”,劳宫为火经火穴,心包经属火,脾经属土,火为土之母,故其兼具健脾之功。总的来说,劳宫穴让邪气有出路,同时具备清心火、泻肝火、补脾气的多重功效。神门穴,穴意为神灵出入之门户,为手少阴心经本经子穴,亦为输穴和原穴,是心气输注、留止之处,本病为实证,针刺本穴起泻心火以安神之功。

2.3 辨证加减 辨证施针,在肝魂扰心的病机上患者因体质及感邪不同,表现为不同兼证:①痰火郁结:患者平素嗜食辛辣肥厚之品,无形之火与有形之痰交共同贮积于体内,多见烦躁易怒,咳嗽、咯黄色粘痰,口干口苦等,舌红,苔黄腻,左寸脉弦滑数,关脉弦滑数更甚,重按应手。主穴基础上加用中脘、丰隆、内庭达到调理脾胃、泻火祛痰之功;②肝经郁热:患者多因情志失畅、肝郁化火,症见头目胀痛,易叹息,胸胁胀满,大便干结,舌红,苔黄,脉弦数。加用太冲、行间、膻中清肝解郁;③厥阴瘀血:患者多为患病日久,久病入血分,症见睡时胸部有重物压迫感,手指麻木,少腹阵发性刺痛,夜间尤甚,经少伴血块,口唇紫暗,舌质偏红,苔厚腻,脉弦,加用血海、三阴交以活血化瘀。

3 典型病案

胡某,男,41岁。于2023年4月6日就诊,主诉:噩梦、易醒1月。现病史:患者平素急躁易怒,既往失眠病史,时有噩梦、梦多,易醒,1月前与人争吵后上症加重,每晚口服艾司唑仑片1mg,仍不可入睡。现症见:时常梦见亡人,甚至被噩梦惊醒,对梦境中的恐怖情景可清晰回忆,偶感重物压身,动弹不得,欲呼不出,恐惧万分,易醒,醒后难以入睡,睡眠质量差,自觉胸闷、心悸,时有头痛,疼痛呈胀痛,口干喜饮,纳可,二便调,舌红,苔黄稍腻,左寸脉弦数,左关弦促。中医诊断:梦魇,肝魂扰心兼肝郁化火;西医诊断:异态睡眠。取穴:百会,双侧魂门、魄户、神门、劳宫、太冲、行间。具体操作:嘱患者取端坐位,常规消毒后,快针浅刺魂门、魄户,取针后,嘱患者取仰卧位,百会、神门、行间行泻法,劳宫、太冲行平补平泻,留针30min。复诊:患者诉首诊针刺双侧魂门、魄户、神门、劳宫后即诉心悸消失,胸闷明显缓解,后针刺其余诸穴,留针30min后,患者诉当晚可快速入睡,余症较前缓解。患者针灸7次后诉已无噩梦惊醒、心悸、头痛等症状,胸闷、口干改善,睡眠质量明显改善,纳食可,左寸脉平和,关脉略弦。

按语:此案患者急躁易怒,肝气郁结,久郁化热,肝阳上亢,肝魂扰心,最终导致噩梦频发。主穴魂门、魄户、神门、劳宫四穴起安魂定魄、泻火宁心的功效,辅以配穴,百会为肝经与督脉交于巅顶,肝为刚脏,其气易逆易亢,直犯巅顶,泻百会可平肝潜阳、镇静安神;行间为足厥阴肝经荥穴,擅于清肝火;太冲为足厥阴肝经的原穴、输穴,针刺此穴疏肝解郁、平肝潜阳;诸穴通用,共达泻火宁心、安魂定魄、疏肝泻火之功。

方永江副主任医师在脉诊理论指导下,结合脏腑、五行理论,以热扰肝魂、肝魂扰心的新角度解析异态睡眠,临床强调三因制宜,多方位调理疾患;选穴多用快针浅刺背部腧穴,注重手厥阴心包经与手少阴心经的重要性,根据多年临床经验总结出此套针灸治疗方法,在临床上治疗梦魇取得较好效果,彰显针灸诊疗情志类疾患的优势,为今后治疗此类疾患提供新角度、新方法。

参考文献:

- [1] IRFAN M, SCHENCK C H, HOWELL M J. NonREM disorders of arousal and related parasomnias: an updated review[J]. Neurotherapeutics, 2021, 18(1): 124-139.
- [2] SATEIA M J. International classification of sleep disorders-third edition highlights and modifications[J]. Chest, 2014, 146(5): 1387-1394.
- [3] 池孟修, 李静, 陈家旭. 中医对梦的生理研究[J]. 中国中医基础医学杂志, 2014, 20(8): 1075-1076.
- [4] 杨晶晶, 何梅光, 刀叶婷, 等. 张沛霖主任“以脉为治”针刺治疗中风后遗症选穴规律研究[J]. 时珍国医国药, 2023, 34(6): 1503-1505.
- [5] 王亚威, 候安会. 梦魇发病机制的中西医结合探讨[C]//中国睡眠研究会、中国睡眠研究会睡眠障碍专业委员会. 第三届中国睡眠医学论坛论文汇编. 北京, 2009: 117-119.
- [6] 谢亮. 梦魇的药物治疗与非药物治疗[C]//中国睡眠研究会睡眠障碍专业委员会、首都医科大学宣武医院. 第六届中国睡眠医学论坛暨中国睡眠研究会睡眠障碍专业委员会成立十周年论文汇编. 北京, 2015: 309.
- [7] 郭静, 王明强. 古籍释梦浅探[J]. 辽宁中医杂志, 2015, 42(5): 968-971.
- [8] 张晏玮, 罗尚杰, 张光荣. 从瘀血论治梦魇[J]. 江西中医药大学学报, 2022, 3(43): 24-25, 28.
- [9] 仲桂林, 陈尚云, 王丽. “梦魇不宁, 厉兑相谐于隐白”探微[J]. 中医学报, 2022, 37(6): 1171-1174.
- [10] 黎嘉雯, 陈华琴, 季叶薇, 等. 柴胡加龙骨牡蛎汤治疗情志病验案举隅[J]. 山西中医, 2023, 39(11): 40-41.
- [11] 庄田畋, 王玉花. 中医心理学[M]. 2版. 北京: 人民卫生出版社, 2013: 43-44.
- [12] 吕莉君, 胡浩宇. 从梦讨论精神魂魄的内涵及梦诊应用[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(6): 3055-3057.
- [13] 邓雪梅, 李胜涛, 郭丹丹, 等. 从肝郁血虚浅谈不寐论治[J]. 中医临床研究, 2015, 7(5): 61, 63.
- [14] 田康, 齐向华. 从五神之“魂”治失眠[J]. 山东中医杂志, 2014, 33(11): 941.
- [15] 范郁山. 浅刺针法探微[J]. 中国针灸, 2003(2): 29-31.
- [16] 李镜, 戎姣, 王旭, 等. 快针浅刺背俞穴治疗原发性失眠疗效观察[J]. 四川中医, 2019, 37(1): 193-195.
- [17] 刘露露, 韩兴军, 曲宝平, 等. 从肝、肺二经论治异态睡眠案[J]. 中国针灸, 2020, 40(6): 614.

(收稿日期: 2024-06-12)