

宁神汤联合针灸直刺治疗肝火扰心型不寐效果观察

张 燕

山东省济南市历城区精神卫生防治中心 山东 济南 250112

【摘要】目的：探讨宁神汤联合针灸直刺治疗肝火扰心型不寐的临床效果。**方法：**选取 2021 年 1 月至 6 月本院收治的 100 例肝火扰心型不寐患者作为研究对象，采用双色球法将其分为对照组和观察组，每组 50 例。对照组患者应用常规治疗，观察组患者应用宁神汤联合针灸直刺治疗。对比两组患者的临床疗效、睡眠状况、生活质量等指标。**结果：**观察组患者的治疗总有效率为 96.00%，高于对照组的 82.00%，差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。观察组患者的各项 PSQI 评分均低于对照组，差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。治疗后，观察组患者的各项生活质量评分均高于对照组，差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。**结论：**宁神汤联合针灸直刺治疗肝火扰心型不寐患者能提高治疗总有效率，并能改善患者的睡眠质量及生活质量。

【关键词】 宁神汤；针灸直刺；肝火扰心型不寐

【中图分类号】 R245

【文献标识码】 B

【文章编号】 1674-1412(2023)15-0032-03

Observation on the Effect of Ningshen Decoction Combined with Acupuncture and Moxibustion on Insomnia of Liver Fire Disturbing Heart Type

Zhang Yan

【Abstract】 Objective: To explore the clinical effect of Ningshen Decoction combined with acupuncture and moxibustion and moxibustion on insomnia of liver fire disturbing heart type. **Method:** 100 patients with liver fire disturbance heart type insomnia admitted to our hospital from January to June 2021 were selected as the research subjects. They were divided into a control group and an observation group using the dual chromosphere method, with 50 cases in each group. The patients in the control group were treated with conventional therapy, while the patients in the observation group were treated with Ningshen Decoction combined with acupuncture and moxibustion and moxibustion. Compare the clinical efficacy, sleep status, quality of life, and other indicators between the two groups of patients. **Results:** The total effective rate of treatment in the observation group was 96.00%, which was higher than the 82.00% in the control group, and the difference was statistically significant ($P<0.05$). The PSQI scores of the observation group patients were higher than those of the control group, and the difference was statistically significant ($P<0.05$). After treatment, the quality of life scores of the observation group patients were higher than those of the control group, and the difference was statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion:** Ningshen Decoction combined with acupuncture and moxibustion can improve the total effective rate of treatment and improve the quality of sleep and life of patients with insomnia of liver fire disturbing heart type.

【Keywords】 Ningshen Tang; Direct acupuncture and moxibustion; Liver fire disturbing heart type insomnia

不寐是指经常无法获得正常睡眠为特征的病症，是由情志所伤、久病体虚等因素所致^[1]。近年来，中医药治疗不寐的有效性、安全性在临床上得以普遍印证，越来越多不寐患者选择接受中医药方案治疗。其中，肝火扰心型不寐患者多伴有易怒急躁、耳鸣目赤等症状^[2]。本研究选取 2021 年 1 月至 6 月本院收治的 100 例肝火扰心型不寐患者作为研究对象，旨在分析宁神汤联合针灸直刺治疗的临床应用价值，详情汇报如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2021 年 1 月至 6 月本院收治的 100 例肝火扰心型不寐患者作为研究对象，采用双色球法将其分为对照组和观察组，每组 50 例。对照组中男性 27 例，女性 23 例；年龄 25~72 岁，均龄 (50.25±2.49) 岁；病程 0.3~4 年，平均病程 (2.17±0.32) 年。观察组中男性 28 例，女性 22 例；年龄 27~72 岁，均龄 (50.37±2.53) 岁；平均病程 0.4~5

年,平均病程(2.21±0.36)。两组患者基础资料差异无统计学意义($P>0.05$),研究可比。

入组标准:(1)患者近期末服用抗抑郁、镇静类药物;(2)患者辨证分型为肝火扰心型不寐;(3)患者充分知晓本研究,并自愿参与。

排除标准:(1)严重的肝肾功能障碍者;(2)妊娠期或哺乳期患者;(3)精神障碍者。

1.2 方法

1.2.1 对照组患者应用常规治疗

指导患者每日睡前口服艾司唑仑,每天1次,每次1mg;指导患者口服谷维素片,每天3次,每次1~3片。患者持续治疗30d。

1.2.2 观察组患者应用宁神汤联合和针灸直刺治疗

1.2.2.1 宁神汤疗配方组成:黄芪40g,龙骨、牡蛎各25g,党参、当归、茯苓、白术、白芍、生地、柏子仁、柴胡、酸枣仁各20g,川芎、夏枯草各15g,甘草10g,朱砂1g(单独包起);每天煎煮1剂,分早、中、晚三次服用,并用汤药冲服朱砂。

1.2.2.2 针灸直刺:选取四神聪穴、双安眠穴、百会穴、神庭穴、双风池穴等作为针刺区域,并进行全面消毒;准备多枚2寸的35号毫针,使用直刺泻下法对针刺区域进行灸治,留针时间约为20min,每天1次。患者持续治疗30d。

1.3 观察指标

1.3.1 对比两组患者的治疗总有效率,共分为治愈、显效、有效、无效四个等级。治愈:夜间睡眠时间超过6h,

睡眠深沉,醒后精神状况良好;显效:睡眠时间显著增加但仍不足6h,睡眠深度有明显改善;有效:睡眠时间增加少于3h,不适症状有所好转;无效:病情无明显变化甚至恶化加重。总有效率=(治愈例数+显效例数+有效例数)/小组总例数×100%。

1.2.2 通过匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)评估两组患者的睡眠状况,共包括睡眠质量、睡眠时间、睡眠效率、入睡时间、睡眠障碍、日间功能、催眠药物七个维度,每个维度评分范围均为0~3分,总分为0~21分,分值越高代表患者的睡眠质量越差。

1.3.3 借助生活质量综合评定量表-74(GQOL-74)评估两组患者的生活质量,涉及躯体功能、心理功能、物质功能、社会功能四个维度,每个维度评分范围为0~100分,分值越高代表患者的生活质量越好。

1.4 统计学分析

选择SPSS 26.0软件处理本研究数据,计量资料以($\bar{x}\pm s$)表示,采用 t 检验,计数资料以 $n(\%)$ 表示,采用 χ^2 检验, $P<0.05$ 代表差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者治疗总有效率对比

观察组患者的治疗总有效率为96.00%,高于对照组的82.00%,差异具有统计学意义($P<0.05$),详见表1。

2.2 两组患者PSQI评分对比

观察组患者的各项PSQI评分均高于对照组,差异具有统计学意义($P<0.05$),详见表2。

表1 两组患者治疗总有效率对比 [$n(\%)$]

组名	n	治愈	显效	有效	无效	总有效率
对照组	50	4 (8.00)	20 (40.00)	17 (34.00)	9 (18.00)	41 (82.00)
观察组	50	25 (50.00)	16 (32.00)	7 (14.00)	2 (4.00)	48 (96.00)
χ^2	-	-	-	-	-	5.005
P	-	-	-	-	-	0.025

表2 两组患者PSQI评分对比 [($\bar{x}\pm s$), 分]

组别	n	睡眠质量	入睡时间	睡眠时间	睡眠效率	睡眠障碍	催眠药物	日间功能	总分
对照组	50	1.58±0.32	1.62±0.27	1.78±0.34	1.83±0.35	1.55±0.46	1.42±0.43	1.48±0.32	10.37±0.43
观察组	50	1.12±0.27	1.15±0.24	1.24±0.23	1.25±0.28	1.04±0.36	0.92±0.31	1.04±0.25	7.65±0.35
t	-	7.769	9.200	9.302	9.150	6.174	6.670	7.662	34.690
P	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.3 两组患者生活质量对比

治疗前,两组患者各项生活质量评分差异无统计学意

义($P>0.05$);治疗后,观察组患者的各项生活质量评分均高于对照组,差异具有统计学意义($P<0.05$)。详见表3。

表3 两组患者生活质量对比 [($\bar{x} \pm s$), 分]

组名	n	躯体功能		社会功能		心理功能		物质功能	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
对照组	50	64.62±6.25	72.35±4.26	65.81±6.35	72.75±4.18	63.58±6.32	73.56±4.42	64.77±5.88	72.06±4.55
观察组	50	64.74±6.31	78.77±4.59	65.74±6.52	79.64±4.44	63.65±6.40	79.83±4.65	64.38±5.82	79.71±4.71
t	-	0.096	7.249	0.054	7.989	0.055	6.911	0.333	8.260
P	-	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

3 讨论

不寐又称为失眠症,其中心理、生理、环境等多种因素均可引起失眠。长期失眠会导致患者疲倦无力、精神不振,甚至还会引起头痛、注意力不集中、记忆力减退等症状。目前,临床针对不寐多采取安眠类药物,常见药物包括艾司唑仑、地西泮等,具有见效快、效果良好的优点,但患者对药物依赖性较强,一旦停药则有较高复发率,且远期疗效并不理想^[3]。中医认为,不寐病位在于心,同时与肝、肾、脾、胃等脏器有紧密联系;病因归属为多因素导致阴阳失调、阳盛阴衰,故临床治疗应以平衡阴阳、调和血气为原则^[4]。针灸是中医特色疗法,通过针刺手法可发挥调和气血、疏通经络的效果。百会穴处于巅顶,入经络可传至脑部,而脑主神明,故具有镇静安神之功效;神庭穴的生理功能与神志活动有关,故有宁神镇惊之效;安眠穴是治疗不寐的特效穴;风池穴则可快速调节机体神经功能,改善脑部供血,同时可有效治疗失眠症状^[5]。宁神汤是由多种中药材组成的药剂,方中黄芪性温味甘,具有利水消肿、固表益气之功效,多用于治疗内伤劳倦、浮肿自汗等气虚血弱之症;党参、白术兼具调荣养卫、补益元气之功效;柴胡性微寒味苦,可发挥疏肝解郁、退热和解的效果;酸枣仁和柏子仁可安身宁心,而川芎和甘草可活血行气、补脾益气,再辅以镇静安神的朱砂,全方共奏益血补心、镇静安神之功效^[6]。

本研究结果显示,观察组患者的治疗总有效率为96.00%,高于对照组的82.00%,差异具有统计学意义($P<0.05$)。观察组患者的各项PSQI评分均高于对照组,差异具有统计学意义($P<0.05$)。结果表明,宁神汤联合针灸直刺治疗可有效提升肝火扰心型不寐的治疗效果,改善患者的睡眠质量。分析原因:联合治疗可从

该疾病的病理生理特点出发,从镇心安神、疏肝泻火的角度着手,通过多穴位针灸刺激,结合宁神汤能协同发挥运行气血、调理阴阳、促进睡眠之功效。治疗后,观察组患者的各项生活质量评分均高于对照组,差异具有统计学意义($P<0.05$)。结果说明,宁神汤联合针灸直刺治疗能有效改善患者的睡眠状况,调节患者的情志,进而提升患者的日间功能。

综上所述,宁神汤联合针灸直刺治疗可作为肝火扰心型不寐患者的优选方案,能有效提高患者的治疗总有效率,并能改善患者的睡眠质量、生活质量。

参考文献

- [1] 杨晓,林永秀,邓燕琴,等.肝火扰心型不寐中医治疗现状[J].亚太传统医药,2016,12(24):85-87.
- [2] 何俊侠,吴丽英.宁神汤联合针灸直刺治疗肝火扰心型不寐效果分析[J].医学食疗与健康,2018(11):179,181.
- [3] 王磊.针灸直刺联合宁神汤治疗肝火扰心型不寐随机平行对照研究[J].实用中医内科杂志,2013,27(8):114-115.
- [4] 吕红,赵凌霄,王豆,等.运用解郁宁神汤治疗失眠伴焦虑抑郁[J].成都中医药大学学报,2022,45(2):34-38.
- [5] 白朝艳.补气宁神汤对气虚型不寐症患者睡眠及生活质量的影响[J].云南中医中药杂志,2020,41(8):43-46.
- [6] 俞晶晶,范军铭,赵胜杰.穴位注射结合针刺治疗肝火扰心型失眠症29例[J].中医研究,2019,32(10):63-65.