

中国医药科技出版社

古今名医

古今名医临证实录丛书



临证实录丛书

清末医家余听鸿先生云：
「医书虽众，不出二义：经文、本草、经方，...
经验、方案、笔记，为灵悟变通之用，二者并传不
本丛书即为古今名家医学实践的忠实记录和再现。」



YZLI0890174602

（宗）



睡眠障碍

主编◎肖莹

古今名医临证实录丛书

古今名医



临证实录丛书



睡眠障碍

主编◎肖莹

编委 (按姓氏笔画排序)

王伟彪 毕华奋 吴子健 吴逸华
陈智奋 周晨 颜嘉欣 黎建海



YZLI0890174602

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书为古今名医临证实录丛书之一，全书共分为上下两篇，分别为古代医家和现代医家，主要介绍各位医家对睡眠障碍的认识体会、学术经验、验方效方，并列举了大量医案。全书内容翔实，实用性强，适合广大中医学生、中医临床医生、中医爱好者参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

睡眠障碍/肖莹主编. —北京: 中国医药科技出版社, 2013. 4

(古今名医临证实录丛书)

ISBN 978 - 7 - 5067 - 5990 - 8

I. ①睡… II. ①肖… III. ①睡眠障碍 - 中医学 - 临床医学 - 经验 - 中国
IV. ①R256. 23

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 041797 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010 - 62227427 邮购: 010 - 62236938

网址 [www. cmstp. com](http://www.cmstp.com)

规格 710 × 1020mm $\frac{1}{16}$

印张 13 $\frac{1}{2}$

字数 217 千字

版次 2013 年 4 月第 1 版

印次 2013 年 4 月第 1 次印刷

印刷 北京地泰德印刷有限责任公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 5990 - 8

定价 29.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

编写说明

睡眠障碍 (sleep disorder) 是指各种心理、社会因素引起的非器质性睡眠与觉醒障碍。主要包括失眠症、嗜睡症、睡眠—觉醒节律障碍、睡行症、夜惊、梦魇等。失眠症和嗜睡症是最常见的睡眠障碍, 相当于中医学的“不寐”、“嗜睡”, 属于中医文献中“不得眠”、“目不瞑”、“不得寐”、“欲眠”、“嗜寐”等范畴。

中医学对“不寐”、“嗜睡”的认识已有两千多年的历史, 早在《内经》即有关于睡眠生理、病理的论述, 《灵枢·大惑论》云: “夫卫气者, 昼日常行于阳, 夜行于阴, 故阳气尽则卧, 阴气尽则寤。”、“卫气不得入于阴, 常留于阳。留于阳则阳气满, 阳气满则阳跷盛; 不得入于阴则阴气虚, 故目不瞑矣。”历代医家对“不寐”、“嗜睡”的病因病机进行了不同角度的阐发, 在辨证论治方面亦积累了极其丰富的经验, 创立了许多验方, 为我们留下了极为宝贵和丰富的文献资料。《古今名医临证实录 睡眠障碍卷》, 重点选取中医古今名医对睡眠障碍 (分为“不寐”、“嗜睡”) 的证治经验予以辑录。

本书分为“古代医家”与“近现代医家”两部分。各部分以医家为纲, 首先介绍各医家简要生平及主要学术思想和临证特色, 下设“医论医话”、“常用效方”、“精选案例”栏目。“医论医话”辑录各医家对睡眠障碍的论述, “常用效方”一栏收录各医家所创制或临床常用之效方, 并将古今名家临证医案汇编为“精选案例”, 医案是医家进行医疗活动的忠实记录, 体现了医家丰富的实践经验和深厚的理论造诣, 本书将前人诊治睡眠障碍的医案与医话、验方汇编成册, 文字有直录, 有摘录或节录, 均详注出处, 目录中每位医家后的题目, 则为编者所撰, 所归纳或有不当之处, 当以医家本人所论为准。本书的目的在于最大限度还原医家临证实况, 以飨读者, 希冀能为临床医师诊治睡眠障碍提供参考, 亦希望本书能成为广大睡眠障碍患者的良师益友。若有疏漏之处, 恳请读者不吝指正。

编者

2012年11月

目 录

上篇 古代医家

失眠	2
孙一奎（首重原气擅温补，扰神病机责肝脾）	2
张介宾（论阴阳一体善温补，辨邪正虚实治不寐）	4
李中梓（脾肾并重治验丰，补肝和胃安神志）	9
叶 桂（卫气营血治温病，和阳交阴安心神）	12
陈士铎（论理圆通阴阳五行，安神治在心肾肝胆）	14
王九峰（杂病论治重调养，协调五脏疗失眠）	18
吴鞠通（创辨三焦治温病，透彻阴阳安心神）	21
曹仁伯（活络护胃擅成方，清养通镇安心神）	25
王泰林（重肝脾执驭方剂，补虚和阳定神志）	29
王士雄（论温病经纬纵横，安心神清展潜养）	32
陈莲舫（平正用药避峻猛，调补疏理治艰寐）	34
张聿青（开郁宣透治湿滞，交通阴阳调寤寐）	37
唐宗海（善调气血汇通中西，卧责肺胃寐责心肝）	40
费绳甫（重胃气用药平正，清肝和胃神明安）	42
谢映庐（精审细察辨疑难，通固相宜寤寐安）	43
袁 焯（综合辨证善权衡，济阴舒郁安心神）	45
嗜睡	48
陶 华（宗仲景治证用药，辨六经疗欲眠睡）	48
虞 抟（论治阴阳法圆通，升阳益胃治怠卧）	49
汪 机（固本培元和营卫，疏调气机提神定志）	50
王肯堂（博涉诸家精辨证，祛湿健脾除困倦）	52
武之望（汇众说专精女科，运脾化湿提神除困）	53
张 璐（谨审阴阳善温补，辨伤寒杂病治卧寐）	55
高鼓峰（扶养肾命温补，温阳益阴提神）	56
叶 桂（卫气营血治温病，阳不胜阴嗜睡卧）	57

何梦瑶 (慎温补治岭南温病, 通壅塞促阳动神清)	58
沈金鳌 (探源流求精辨治, 论多寐病责心脾)	59
黄凯钧 (精辨证重总结, 嗜卧究因脾湿)	60
吴鞠通 (创辨三焦治温病, 扶阳和阴除困倦)	61
王泰林 (重肝脾执驭方剂, 宣郁通阳神志明)	63
张聿青 (开郁宣透治湿滞, 交通阴阳调寤寐)	65
沈菊人 (辨证慎思处方稳, 泄化扶正醒怠卧)	67

下篇 近现代医家

失眠	70
丁泽周 (崇仲景兼通各科, 失眠治从肝脾心肾)	70
王仲奇 (酌盈济虚重遣药, 益阴和阳安心神)	73
施今墨 (擅用大方喜用对药, 调阴阳和中降逆疗失眠)	77
李翰卿 (善用经方小剂, 失眠多究心肾)	83
王乐亭 (善用金针创新针法, 通调五脏宁心神)	86
胡希恕 (方证辨证论伤寒, 养心逐邪安神明)	88
魏长春 (开郁行气调虚实, 养阴清肝安心神)	91
叶心清 (针药并用调肝脾, 养阴清热宁心神)	94
陈苏生 (宣畅气血解郁滞, 潜阳和中宁心神)	97
李克绍 (崇仲景善理脾胃, 治失眠主调肝心肾)	100
哈荔田 (调脏腑畅气血, 产后失眠辨虚实)	102
黄宗勳 (针药并用显奇效, 调和脏腑宁心神)	104
邱茂良 (理法方穴求系统, 安神暮针久留针)	108
马光亚 (从容做人, 钻研治病, 疗失眠不拘一格)	111
俞慎初 (纵横古今论医理, 调肝祛痰宁心神)	115
邓铁涛 (诸证善从脾胃治, 安神尚需祛痰瘀、调心肝)	117
赵绍琴 (宣通透达善用风药, 调畅气机辨治失眠)	121
李仲愚 (杵针奇穴显殊效, 宁心安神调三阴)	125
路志正 (论疾病重湿邪为患, 治失眠调理五脏)	129
颜德馨 (首创衡法调气血, 治失眠以肝为先)	131
谢海洲 (辨病证, 精用药, 调肝安神)	134
张琪 (善大方见奇效, 通阴阳以宁心神)	137
欧阳锜 (症证病三联诊疗, 治失眠养心肝祛邪实)	143
李今庸 (究医理溯本求源, 治失眠虚实辨证喜用半夏)	146

王翘楚 (治失眠, 调五脏, 以肝为主)	150
李济仁 (用药精专治顽疾, 阴阳并调安心神)	156
石学敏 (针药并用疗疾, 神门为主宁神)	158
嗜睡	162
曹颖甫 (临证务实用经方, 温宣阳气醒昏寐)	162
王乐亭 (善用金针创新针法, 健脾清胆醒神明)	164
张伯臬 (重正气疗疾不拘一格, 扶阳通滞以调心神)	165
赵心波 (准简轻锐治儿疾, 健脾清肝醒心神)	167
李克绍 (崇仲景善理脾胃, 疗嗜睡升降阴阳)	168
陈伯咸 (重肝脾调气机, 开窍化浊疗嗜睡)	169
陈景河 (精研创新疗疾, 活血化瘀醒神)	171
赵绍琴 (宣通透达善用风药, 调气化湿提神醒神)	174
于鹤忱 (辨证精细重脾胃, 补虚泻实治嗜睡)	175
汪履秋 (喜用古方化裁, 调和营卫醒神)	177
路志正 (论疾病重湿邪为患, 治多寐温阳健脾祛痰湿)	178
江克明 (精研处方循规律, 开窍醒脑提精神)	184
何 任 (精研《金匱》擅治杂证, 泻实补虚提振心神)	186
徐志华 (理气和血疗妇疾, 益气补血除困倦)	188
石学敏 (针药并用疗疾, 内关人中醒神)	190
雍履平 (倡专方专药疗顽疾, 化痰祛瘀温化振神)	192
姜良铎 (通调壅滞促健康, 阴阳并理治嗜睡)	195

上篇

古代医家

失眠

孙一奎

(首重原气擅温补，扰神病机责肝脾)

【医家简介】

孙一奎(1522~1619)，字文垣，号东宿，别号生生子，明代著名医学家。倡导命门学说，用药擅长温补，治病尤重下元虚寒之证。

相关著作：《赤水玄珠》《医旨绪余》《孙文垣医案》等。

【主要学术思想和主张】

孙一奎认为命门为两肾间动气，为原气之所系，此原气是人体生命活动的根本动力；反对滥用寒凉之剂滋阴降火，损伤命门动气；治病首重明证，认为“凡证不拘大小轻重，俱有寒热、虚实、表里、气血”，病变多始同而终异，治疗不可执一而无权变；提出三焦为原气之别使，为相火之用，受损多致下焦元气虚寒。

【医论医话】

绍兴癸丑，予待次四明，有董生者，患神气不宁，每卧则魂飞扬，觉身在床而神魂离体，惊悸多魇，通夕无寐，更医不效。予为诊视，询之曰：医作何病治？董曰：众皆以为心病。予曰：以脉言之，肝经受邪，非心病也。肝气因虚，邪气袭之。肝，藏魂者也。游魂为变，平人肝不受邪，卧则魂归于肝，神静而得寐。今肝有邪，魂不归，是以卧则魂飞扬若离体也。肝主怒，故小怒则剧。董欣然曰：前此未之闻，虽未服药，已觉沉疴去体矣。愿求治之。予曰：公且持此说，与众医议所治之方，而徐质之。阅旬日，复至云：医遍议古今方无与病相对者，故予处此二方以赠，服一月而病悉除。此方用真珠母为君，龙齿佐之，真珠母入肝经为第一，龙齿与肝同类也。龙齿、虎睛今人例以为镇心药，殊不知龙齿安魂，虎睛定魄，各言其类也。盖东方苍龙木也，属肝而藏魂；西方白虎金也，属肺而藏魄。龙能变化，故魂游而不定。虎能专静，故魄止而有守。予谓治魄不宁者，宜以虎睛；治魂飞扬者，宜以龙齿。万物有成理而不失，在夫人达之而已。

(摘自孙一奎·《赤水玄珠·卷十四·不得卧多寐门》)

【验方效方】**益荣汤**

〔组成〕当归、黄芪、远志、酸枣仁炒、茯神、柏子仁、麦冬、白芍、人参、紫石英各一钱，木香七分，甘草五分，姜三片，枣二枚。水煎服。

〔主治〕血不足，不寐，及怔忡惊悸。

（摘自孙一奎·《赤水玄珠·卷十四·不得卧多寐门》）

【精选案例】**案1**

孙文垣治潘景宇内人，后半夜不眠（肝火浮入包络），两太阳及眉棱骨痛（肝火上逆支络），面黄肌瘦，大便溏，稍劳则体热，四肢无力，（皆肝阳盛而脾阴虚）其脉左寸洪滑（肝脉上溢），自春至秋皆然。此由脾虚，肝心二经火盛然也（当云肝盛脾虚）。

先用四君子加酒连、柴胡、扁豆、泽泻、滑石调理，夜与钱仲阳安神丸，灯心汤下。

服八日得睡，两太阳亦不痛。（黄连之功居多。）继用六君子加黄芪、秦艽、柴胡、泽泻、当归、白芍、黄柏全安。

（清·魏之琇·《续名医类案》）

案2

金宪韩约斋老先生令子室，每动怒则夜卧不安，如见鬼魅，小水淋漓，今又大便秘结，腹中疼痛，腰胯胀坠如生产状，坐卧不安，因痛而脉多不应指。

此肝经郁火所致，法当通利。

以杏仁、桃仁各三钱，柏树根皮、山梔仁、青皮各一钱，槟榔五分，枳壳八分，水煎服之。少顷大便通，痛胀随减。

（摘自孙一奎·《孙文垣医案·韩金宪令媳怒后夜卧不安》）

案3

孙熙宇肢节肿痛，痰多呕恶，胸中气不畅达，语言亦不清利，夜梦皆亡人野鬼追陪，精神惨恶，惊恐不安，且汗多不止，饮食减三之二。远近名家，医治逾月不应，敦予为治。诊其脉，左手甚弱，汗多故也。右手滑大，痰饮湿热而然。

法当补敛，前医皆作风治而用疏散，泄其元神将成柔疴。

予以人参、麦门冬、五味子、白芍药、当归、苡仁、陈皮、石斛、木瓜、甘草、白术、桂枝。

服此汗大敛而神思稍清，吐亦止矣。惟饮食不思，夜梦与亡人同游为恶耳。

改用人参、黄芪、枸杞子、苡仁、白术各一钱五分，当归、远志、茯苓、木

瓜、陈皮各一钱，甘草五分，水二盅入雄猪心血一枚，煎作八分，饮之，四帖乃能睡，始梦生人，不复梦亡人矣。

（摘自孙一奎·《孙文垣医案·孙熙宇肢节肿痛痰多呕恶病多梦鬼》）

张介宾

（论阴阳一体善温补，辨邪正虚实治不寐）

【医家简介】

张介宾（1563～1640），字会卿，号景岳，别号通一子，明代著名医学家。临证反对滥用寒凉，擅用温养补虚法。

相关著作：《类经》《类经附翼》《类经图翼》《景岳全书》《质疑录》。

医理多与易学相通，疗病思想以为中心，认为“人体虚多实少”，强调命门在人体中之重要性，常重用熟地，故人有“张熟地”之称。是为温补学派之主要代表人物，于后世有重大影响，人多赞誉其说，虽则亦有反对其见解者。

【主要学术思想和主张】

张介宾主张医易同源，论医理从阴阳一体论出发，指出“阳非有余，真阴不足”，治疗则主张阴阳并补，制左归、右归诸方；临证喜用熟地，后世称其为“张熟地”；注重用药规范严谨，仿排兵布阵列新方、古方八阵；重视心理因素在疾病中的影响，总结探讨包括怒郁、思郁、忧郁三种类型的情志郁的病机规律及用药心得。

【医论医话】

论 证

不寐证虽病有不一，然惟知邪正二字，则尽之矣。盖寐本乎阴，神其主也，神安则寐，神不安则不寐，其所以不安者，一由邪气之扰，一由营气之不足耳。有邪者多实证，无邪者皆虚证。凡如伤寒、伤风、疟疾之不寐者，此皆外邪深入之扰也；如痰，如火，如寒气、水气，如饮食忿怒之不寐者，此皆内邪滞逆之扰也。舍此之外，则凡思虑劳倦，惊恐忧疑，及别无所累而常多不寐者，总属其阴精血之不足，阴阳不交，而神有不安其室耳。知此二者，则知所以治此矣。

饮浓茶则不寐，心有事亦不寐者，以心气之被伐也。盖心藏神，为阳气之宅也，卫主气，司阳气之化也。凡卫气入阴则静，静则寐，正以阳有所归，故神安而寐也。而浓茶以阴寒之性，大制元阳，阳为阴抑，则神索不安，是以不寐也。又心为事扰则神动，神动则不静，是以不寐也。故欲求寐者，当养阴中之阳及去

静中之动，则得之矣。

凡治病者，服药即得寐，此得效之征也。正以邪居神室，卧必不宁，若药已对症，则一匕入咽，群邪顿退，盗贼甫去，民即得安，此其治乱之机，判于顷刻，药之效否，即此可知。其有误治妄投者，反以从乱，反以助虐，必致烦恼懊悒，更增不快，知者见几，当以此预知之矣。

论 治

(1) 无邪而不寐者，必营气之不足也。营主血，血虚则无以养心，心虚则神不守舍，故或为惊惕，或为恐惧，或若有所系恋，或无因而偏多妄思，以致终夜不寐，及忽寐忽醒，而为神魂不安等证。皆宜以养营养气为主治。若思虑劳倦伤心脾，以致气虚精陷，而为怔忡、惊悸、不寐者，宜寿脾煎或归脾汤。若七情内伤，血气耗损，或恐惧伤肾，或惊惧伤胆，神以精亏而无依无寐者，宜五福饮、七福饮，或三阴煎、五君子煎择而用之。若营卫俱伤，血气大坏，神魂无主而昼夜不寐者，必用大补元煎加减治之。若劳倦伤心脾，中气不足，清阳不升，外感不解而寒热不寐者，补中益气汤。若思虑过度，心虚不寐而微兼烦热者，养心汤或酸枣仁汤。若焦思过度，耗心血，动心火，而烦热干渴不寐者，天王补心丹。若心虚火盛，烦乱内热而怔忡不寐者，安神丸。若精血虚耗，兼痰气内蓄，而怔忡夜卧不安者，秘传酸枣仁汤；痰盛者，十味温胆汤。凡人以劳倦思虑太过者，必致血液耗亡，神魂无主，所以不寐，即有微痰微火，皆不必顾，只宜培养气血，血气复则诸证自退。若兼顾而杂治之，则十暴一寒，病必难愈，渐至元神俱竭而不可救者有矣。

(2) 有邪而不寐者，去其邪而神自安也。故凡治风寒之邪必宜散，如诸柴胡饮及麻黄、桂枝、紫苏、干葛之类是也。火热之邪必宜凉，如竹叶石膏汤及芩、连、栀、柏之属是也。痰饮之邪宜化痰，如温胆汤、六安煎、导痰汤、滚痰丸之属是也。饮食之邪宜消滞，如大和中饮、平胃散之属是也。水湿之邪宜分利，如五苓散、五皮散，或加减金匮肾气丸之属是也。气逆之邪宜行气，如排气饮、四磨饮之属是也。阴寒之邪宜温中，如理阴煎、理中汤之属是也。诸如此类，亦略举大概，未悉其详，仍当于各门求法治之。

(摘自张介宾·《景岳全书·卷之十八·杂病谟·不寐》)

【验方效方】

1. 不寐论列方（选录）

○方一 三阴煎（自拟方）

此治肝脾虚损，精血不足，及营虚失血等病，故曰三阴。凡中风血不养筋，

及疟疾汗多，邪散而寒热犹不能止，是皆少阳、厥阴阴虚少血之病，微有火者，宜一阴煎；无火者，宜此主之。

当归二三钱，熟地三五钱，炙甘草一钱，芍药酒炒二钱，枣仁二钱，人参随宜。水二盅，煎七分，食远服。

如呕恶者，加生姜三、五片；汗多烦躁者，加五味子十四粒；汗多气虚者，加黄芪一二钱；小腹隐痛，加枸杞二三钱；如有胀闷，加陈皮一钱；如腰膝筋骨无力，加杜仲、牛膝。

○方二 五福饮（自拟方）

凡五脏气血亏损者，此能兼治之，足称王道之最。

人参（心）随宜，熟地（肾）随宜，当归（肝）二三钱，白术（肺，炒）一钱半，炙甘草（脾）一钱。

水二盅，煎七分，食远温服。或加生姜三五片。凡治气血俱虚等证，以此为主。或宜温者，加姜、附；宜散者，加升麻、柴、葛，左右逢源，无不可也。

○方三 七福饮（自拟方）

治气血俱虚，而心脾为甚者。

即五福饮加枣仁二钱，远志三五分，制用。

○方四 寿脾煎（自拟方）

一名摄营煎。治脾虚不能摄血等证。凡忧思郁怒积劳，及误用攻伐等药，犯损脾阴，以致中气亏陷，神魂不宁，大便脱血不止，或妇人无火崩淋等证，凡兼呕恶，尤为危候，速宜用此，单救脾气，则统摄固而血自归源。此归脾汤之变方，其效如神。若犯此证而再用寒凉，则胃气必脱，无不即毙者。

白术二三钱，当归二钱，山药二钱，炙甘草一钱，枣仁钱半，远志（制）三五分，干姜（炮）一、二、三钱，莲肉（去心，炒）二十粒，人参随宜一二钱，急者用一两。

水二盅，煎服。如血未止，加乌梅二个，凡畏酸者不可用，或加地榆一钱半亦可；滑脱不禁者，加醋炒文蛤一钱；下焦虚滑不禁，加鹿角霜二钱为末，搅入药中服之；气虚甚者，加炙黄芪二三钱；气陷而坠者，加炒升麻五七分，或白芷亦可；兼溏泄者，加补骨脂一钱炒用；阳虚畏寒者，加制附子一、二、三钱；血去过多，阴虚气馁，心跳不宁者，加熟地七八钱，或一二两。

○方五 理阴煎（自拟方）

此理中汤之变方也。凡脾肾中虚等证，宜刚燥者，当用理中、六君之类；宜温润者，当用理阴、大营之类。欲知调补，当先察此。此方通治真阴虚弱，胀满呕哕，痰饮恶心，吐泻腹痛，妇人经迟血滞等证。又凡真阴不足，或素多劳倦之

辈，因而忽感寒邪，不能解散，或发热，或头身疼痛，或面赤舌焦，或虽渴而不喜冷饮，或背心肢体畏寒，但脉见无力者，悉是假热之证。若用寒凉攻之必死，宜速用此汤，照后加减以温补阴分，托散表邪，连进数服，使阴气渐充，则汗从阴达，而寒邪不攻自散，此最切于时用者也，神效不可尽述。

熟地三、五、七钱或一、二两，当归二、三钱或五、七钱，炙甘草一、二钱，干姜（炒黄色）一、二、三钱，或加肉桂一、二钱。

水二盅，煎七、八分，热服。

○方六 排气饮（自拟方）

治气逆食滞胀痛等证。

陈皮一钱五分，木香七分或一钱，藿香一钱五分，香附二钱，枳壳一钱五分，泽泻二钱，乌药二钱，厚朴一钱。

水一盅半，煎七分，热服。

如食滞者，加山楂、麦芽各二钱；如寒滞者，加焦干姜、吴茱萸、肉桂之属；如气逆之甚者，加白芥子、沉香、青皮、槟榔之属；如呕而兼痛者，加半夏、丁香之属；如痛在小腹者，加小茴香；如兼疝者，加荔枝核，煨熟捣碎，用二三钱。

○方七 五君子汤（自拟方）

治脾胃虚寒，呕吐泄泻而兼湿者。

人参二三钱，白术、茯苓各二钱，炙甘草一钱，干姜（炒黄）一二钱。

水一盅半，煎服。

○方八 六安煎（自拟方）

治风寒咳嗽，及非风初感，痰滞气逆等证。

陈皮一钱半，半夏二三钱，茯苓二钱，甘草一钱，杏仁（去皮尖，切）一钱，白芥子（老年气弱者不用）五、七分。

水一盅半，加生姜三、五、七片，煎七分，食远服。

凡外感风邪咳嗽而寒气盛者，多不易散，宜加北细辛七八分或一钱；若冬月严寒邪甚者，加麻黄、桂枝亦可；若风胜而邪不甚者，加防风一钱，或苏叶亦可；若头痛鼻塞者，加川芎、白芷、蔓荆子皆可；若兼寒热者，加柴胡、苏叶；若风邪咳嗽不止，而兼肺胃之火者，加黄芩一二钱，甚者再加知母、石膏，所用生姜，只宜一片；凡寒邪咳嗽痰不利者，加当归二三钱，老年人尤宜；若气血不足者，当以金水六君煎与此参用；凡非风初感，痰胜而气不顺者，加藿香一钱五分；兼胀满者，加厚朴一钱，暂开痰气，然后察其寒热虚实而调补之。若气虚猝倒，及气平无痰者，皆不可用此。

○方九 大和中饮（自拟方）

治饮食留滞积聚等证。

陈皮一二钱，枳实一钱，砂仁五分，山楂二钱，麦芽二钱，厚朴一钱半，泽泻一钱半。

水一盅半，煎七八分，食远温服。胀甚者，加白芥子；胃寒无火或恶心者，加炮干姜一、二钱；疼痛者，加木香、乌药、香附之类；多痰者，加半夏。

○方十 《秘传》酸枣仁汤

治心肾水火不交，精血虚耗，痰饮内蓄，怔忡恍惚，夜卧不安。

枣仁（炒）、远志、黄芪、白茯苓、莲肉（去心）、当归、人参、茯神各一钱，陈皮、炙甘草各五分。

水一盅半，加生姜三片，枣一枚，煎七分，日一服，临卧一服。

○方十一 大补元煎（自拟方）

治男妇气血大坏，精神失守危剧等证。此回天赞化，救本培元第一要方。本方与后右归饮出入互思。

人参（补气补阳，以此为主）少则用一二钱，多则用一二两，山药（炒）二钱，熟地（补精补阴，以此为主）少则用二三钱，多则用二三两，杜仲二钱，当归（若泄泻者，去之）二三钱，山茱萸（如畏酸吞酸者，去之）一钱，枸杞二三钱，炙甘草一二钱。

水二盅，煎七分，食远温服。

如元阳不足多寒者，于本方加附子、肉桂、炮姜之类，随宜用之；如气分偏虚者，加黄芪、白术；如胃口多滞者，不必用；如血滞者，加川芎，去山茱萸；如滑泄者，加五味、故纸之属。

2. 论外备用方

○方一 远志汤

治心虚烦热，夜卧不宁，及病后虚烦。

远志（黑豆、甘草同煮）、黄芪、当归、麦冬、枣仁（炒）、石斛各钱半，人参、茯神各七分，甘草五分。

水二盅，煎八分，食远服。烦甚者，加竹叶、知母。

○方二 益营汤

治思虑过度，心血耗伤，怔忡恍惚不寐。

人参一钱，芍药、枣仁、柏子仁各五分，当归、黄芪、茯神各一钱，紫石英五分，远志、甘草、木香各三分。

水一盅半，姜三片，枣一枚，煎八分服。

○方三 茯苓补心汤

治心虑过多，心神溃乱，烦躁不寐。

白茯苓、白茯神、麦门冬、生地黄、当归、半夏曲、陈皮各一钱，甘草五分。

上加竹叶、灯心，同煎服。

○方四 圣愈汤

治血虚心烦，睡卧不宁，或五心烦热。

人参、川芎、当归、熟地黄酒拌蒸、生地黄酒拌、黄芪炙，各一钱。

上水煎服。

○方五 酸枣仁汤

治虚劳虚烦不得眠。

酸枣仁二升，甘草一两，知母、茯苓、川芎各二两。（《深师方》仍有生姜二两）

上五味，以水八升，煮酸枣仁得六升，纳诸药再煮取三升，分温三服。

○方六 琥珀多寐丸

治健忘恍惚，神虚不寐。

真琥珀、真羚羊角（细镑）、人参、白茯神、远志（制）、甘草（等份）。

上为细末，猪心血和炼蜜丸，芡实大，金箔为衣。每服一丸，灯心汤嚼下。

（以上方剂均节选自张介宾·《景岳全书》）

【精选案例】

省中周公者，山左人也，年逾四旬，因案牍积劳，致成羸疾。神困食减，时多恐惧，自冬春达夏，通宵不寐者凡半年有余，而上焦无渴，不嗜汤水，或有少饮则沃而不行，然每夜必去溺二三升，莫知其所从来，且半皆如膏浊液，尪羸至极，自分必死。及予诊之，察其脉犹带缓，肉亦未脱，知其胃气尚存，慰以无虑。乃用归脾汤去木香及大补元煎之属，一以养阳，一以养阴，出入间用，至三百余剂，计人参二十斤，乃得全愈。此神消于上，精消于下之证也，可见消有阴阳，不得尽言为火，姑纪此一按，以为治消治不寐者之鉴。

（摘自张介宾·《景岳全书·卷之十八理集·杂病谟·三消干渴》）

李中梓

（脾肾并重治验丰，补肝和胃安神志）

【医家简介】

李中梓（1588～1655），字士材，号念菽，又号苕凡居士，明清著名医家。

擅长温补理虚。

相关著作：《内经知要》《药性解》《医宗必读》《伤寒括要》《本草通玄》《病机沙篆》《诊家正眼》《删补颐生微论》《里中医案》等。

【主要学术思想和主张】

李中梓重视化源，总结出纲领性的“肾为先天本，脾为后天本”的学术观点，临床多脾肾同治；注重阴阳水火的互根互用，强调燮理阴阳，而主张“补气在补血之先，补阳在滋阴之上”；认为临证疑似证的鉴别，主要在阴阳、脏腑、气血、虚实四个方面；把病人之情、旁人之情、医人之情作为与疗效相关的因素给予关注。

【医论医话】

经曰：卫气不得入于阴，常留于阳，留于阳则阳气满，阳气满则阳蹻盛，不得入于阴，则阴气虚，故目不瞑矣。阳行则寤，阴行则寐，此其常也。失其常则不得静而藏魂，所以目不得瞑。胃者六府之海，其气下行，阳明逆不得从其道，故不卧。下经曰：胃不和则卧不安。此之谓也。寤从阳而主上，寐从阴而主下，胃气上逆，则壅于肺而息有音，不得从其阴降之道，故卧不安也。又曰：卧则喘者，水气之客也。夫水者，循津液而流，肾者水脏，主津液，主卧与喘也。卧则喘者，亦不得卧也，水病者，其本在肾，其末在肺，故为不得卧，卧则喘者，标本俱病也。

愚按：《内经》及前哲诸论详考之，而知不寐之故，大约有五：一曰气虚，六君子汤加酸枣仁、黄芪。一曰阴虚，血少心烦，酸枣仁一两、生地黄五钱、米二合，煮粥食之。一曰痰滞，温胆汤加南星、酸枣仁、雄黄末。一曰水停，轻者六君子汤加菖蒲、远志、苍术，重者控涎丹。一曰胃不和，橘红、甘草、石斛、茯苓、半夏、神曲、山楂之类。大端虽五，虚实寒热，互有不齐，神而明之，存乎其人耳！

（摘自李中梓·《医宗必读·卷十一·不得卧》）

大凡怔忡、失志、惊悸、健忘、心风、不寐，皆系痰涎沃心，或因心气不足，反以凉心大过，心火益微，痰涎愈盛，惟以理痰顺气为第一义，导痰、二陈加枳壳、南星，菖蒲。喘不得卧，苏子、橘红、桔梗、甘草、竹茹。厥阴不得卧，宜牛膝、丹皮、苡仁、沉香、官桂、木通之类。总之补肝和胃二法尽之矣。

（摘自李中梓·《病机沙篆·卷下·不能寐》）

【验方效方】

○方一 半夏汤

《内经》饮以半夏汤一剂，阴阳已通，其卧即安，以流水千里以外者八升，