

中药足浴方治疗 心肾不交型围绝经期失眠 30 例临床观察

何婷婷

(南京中医药大学第三附属医院,江苏 南京,210001)

[摘要] 目的:观察中药足浴方治疗心肾不交型围绝经期失眠的临床疗效。方法:将 60 例心肾不交型围绝经期失眠患者随机分为 2 组各 30 例。对照组采用艾司唑仑治疗,治疗组在对照组治疗的基础上加用中药足浴治疗。结果:总有效率治疗组为 86.7%,对照组为 63.3%,2 组比较,差异有统计学意义($P < 0.05$)。2 组匹兹堡睡眠质量量表评分治疗前后组内比较及治疗后组间比较,差异均有统计学意义($P < 0.05$)。结论:中药足浴治疗心肾不交型围绝经期失眠安全有效。

[关键词] 更年期失眠;心肾不交型;中西医结合疗法;中药足浴

[中图分类号] R271.917.5 **[文献标识码]** A **DOI:** 10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2018.11.028

全球性调查数据显示,有 10%~30% 的成年人存在睡眠障碍,而围绝经期阶段失眠问题则更为显著。长期睡眠障碍会出现一系列焦虑、抑郁等精神及心理障碍,导致失眠加重,从此陷入一种恶性循环。现代医学治疗本病常采用镇静安眠类药物,患者服用后除出现一系列不良反应外,大剂量及长期使用还会造成药物依赖性及成瘾性。笔者采用足浴方治疗心肾不交型围绝经期失眠 30 例,收到较好疗效,现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 选取 2016 年 2 月至 2017 年 10 月我院门诊或住院的围绝经期失眠患者 60 例,随机分为 2 组各 30 例。治疗组中,平均年龄(50.3 ± 3.8)岁;平均病程(5.8 ± 2.6)年;失眠严重程度分类参照“中医睡眠障碍国际分类”^[1]的标准:轻度失眠 18 例,中度失眠 8 例,重度失眠 4 例。对照组中,平均年龄(50.5 ± 3.2)岁;平均病程(5.9 ± 2.7)年;轻度失眠 17 例,中度失眠 10 例,重度失眠 3 例。2 组年龄、病程、失眠程度比较,差异无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。

1.2 诊断标准 西医诊断标准参照《中国精神障碍分类与诊断标准》^[2]制定。中医诊断标准参照《中药新药临床研究指导原则》^[3]中围绝经期失眠心肾不交证的标准制定。失眠,多梦,心烦,头晕耳鸣,腰膝酸软,五心烦热,潮热盗汗,咽干,舌红少苔,脉细数。

2 治疗方法

2.1 对照组 采用艾司唑仑片治疗。艾司唑仑片

2mg,睡前口服,每天 1 次。

2.2 治疗组 在对照组治疗的基础上加足浴方治疗。药物组成:当归 10g,丹参 10g,熟地黄 10g,黄连 10g,麦冬 20g,酸枣仁 30g,柏子仁 10g,夜交藤 15g。将上述药物清水浸泡 30min 后武火煎煮,煮沸后改用文火煎煮 30min,煎药汁 500mL 左右,睡前 30min 将药液倒入足浴盆中,同时加温水至液面高于双足踝部,控制水温在 40℃ 左右,每次足浴 30min,每天 1 次。

2 组均治疗 1 个月为 1 个疗程,共治疗 3 个疗程。

3 疗效观察

3.1 观察指标 使用匹兹堡睡眠质量量表(PSQI)评估睡眠情况,分别于治疗前后各进行 1 次评分。总分为 0~21 分,得分越高表示睡眠质量越差。

3.2 疗效标准 参照《中药新药临床研究指导原则》^[3]拟定。痊愈:睡眠时间恢复正常或时间在 6h 以上,睡眠深沉,醒后精神充沛;显效:睡眠时间增加 3h 以上,睡眠深度增加;有效:症状减轻,睡眠时间增加不足 3h;无效:失眠无明显改善或加重。

3.3 统计学方法 采用 SPSS 22.0 统计学软件进行统计分析。计量资料以均数 $\pm$ 标准差($\bar{x} \pm s$)表示,采用 t 检验;计数资料以率(%)表示,采用 χ^2 检验。以 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

3.4 治疗结果

3.4.1 2 组综合疗效比较 总有效率治疗组为 86.7%,对照组为 63.3%,组间比较,差异有统计学意义。(见表 1)

清解剂治疗儿童流行性感冒 40 例临床观察

朱丽臻, 石艳红

(广东省广州市中医医院, 广东 广州, 510120)

[摘要] 目的:探讨清解剂治疗儿童流行性感冒的临床疗效。方法:将流行性感冒患儿 80 例随机分为治疗组和对照组各 40 例。治疗组给予清解剂治疗,对照组给予磷酸奥司他韦颗粒治疗。比较 2 组的综合疗效。结果:总有效率治疗组为 97.5%,对照组为 80.0%,组间比较,差异有统计学意义($P < 0.05$);2 组退热时间、症状缓解时间、不良反应发生率比较,差异均有统计学意义($P < 0.05$)。结论:清解剂治疗儿童流行性感冒有较好的疗效。

[关键词] 流行性感冒;中医药疗法;清解剂;奥司他韦

[中图分类号] R254.9 **[文献标识码]** A **DOI:** 10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2018.11.029

流行性感冒简称流感,是一种由流感病毒引起的常见传染性疾病,该病传染性强,人群普遍易感,由于小儿的体质较弱,免疫系统尚未发育完善,因

此又以儿童和青少年为易感高危人群。本病属于中医学“感冒”“时疫感冒”范畴,因感受外邪而引发,小儿患病后邪气易从阳化热,从温化火,甚者会

表 1 2 组综合疗效比较[n(%)]

组别	n	痊愈	显效	有效	无效	总有效
治疗组	30	7(23.3)	11(36.7)	8(26.7)	4(13.3)	26(86.7) ^a
对照组	30	3(10.0)	6(20.0)	10(33.3)	11(36.7)	19(63.3)

注:与对照组比较,^a $P < 0.05$ 。

3.4.2 2 组 PSQI 评分比较 2 组 PSQI 评分治疗前后组内比较及治疗后组间比较,差异均有统计学意义。(见表 2)

表 2 2 组 PSQI 评分比较($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	治疗前	治疗后
治疗组	30	10.50 $\pm$ 4.18	7.93 $\pm$ 3.77 ^{ab}
对照组	30	10.43 $\pm$ 3.76	8.73 $\pm$ 3.70 ^a

注:与本组治疗前比较,^a $P < 0.05$;与对照组治疗后比较,^b $P < 0.05$ 。

4 讨论

阴阳平衡及营卫的正常运行是保证心神调控寤寐的基础。肾为先天之本,水火之源,藏真阴而育元阳,女性之衰老始于五七阳明脉衰,气血阴阳发生变化,常常肾阴不足,不能上奉于心,心失所养,心火独亢于上,扰及神明,心肾不交,阴阳失衡,则寤寐不安,阳失潜藏。因此肾阴亏虚,阴虚不藏是更年期失眠的根本病机,心肾不交是其主要症型,治疗当以滋阴养血、养心安神为大法。足浴方中当归、丹参补养心血;熟地黄、麦冬补肾养阴;黄连清热,泻心火;酸枣仁、柏子仁、夜交藤养心安神。全方共奏交通心肾、养心安神之功。

中药足浴属于中医外治法,是借助热力药力的共同作用,使足部皮肤腠理开泄,经由足部皮肤吸收到治疗作用^[4]。足部皮肤层布满血管和毛细血管,局部受热时,皮肤血管扩张充血,促进局部血液循环,使机体代谢加快。并且足部穴位丰富,中药有效成分通过热力作用,刺激局部穴位,促进经络气血运行,中药材气味及有效成分也可渗透进入到经络、脏腑,发挥治疗作用。

艾司唑仑属于苯二氮卓类精神药物,临床应用虽有一定效果,但大剂量或长期服用会产生严重药物依赖性及成瘾性,突然停药还可出现明显的精神症状,如记忆障碍、癫痫大发作等。本观察结果表明,中药足浴方联合镇静安眠类药物对心肾不交型围绝经期失眠患者的睡眠改善作用较佳,值得临床推广应用。

参考文献

- [1] 刘艳骄,孙书臣,汪卫东,等. 中医睡眠障碍国际分类(简明目录版)[J]. 世界睡眠医学杂志,2016,3(1):26-28.
- [2] 中华医学会精神科分会. 中国精神障碍分类与诊断标准(3版)[S]. 济南:山东科学技术出版社,2001:118-119.
- [3] 郑筱萸. 中药新药临床研究指导原则[S]. 北京:中国医药科技出版社,2002:102-104,186-187.
- [4] 徐燕,陈惠玲,黄益军,等. 中药足浴结合辨证施膳对中风后失眠患者睡眠质量的影响[J]. 中西医结合心脑血管病杂志,2017,15(12):1504-1505.

(收稿日期:2018-03-28)