

经,兼以养血。研究表明桃仁具有保护神经、保护血管、调节免疫、保护肝肾等作用^[14];红花具有抗脑缺血、抗心肌损伤、抗血栓、抗氧化、抗细胞凋亡、抗炎等作用^[15];川芎具有改善血管内皮功能、保护神经、增加冠状动脉血流量、降低血流阻力、降血压、抗氧化、抗感染、抗癌、抗血小板聚集、抗血栓形成等作用^[16];鸡血藤具有镇静催眠、抗氧化、降血脂、增加骨髓造血等作用^[17];地龙具有促进神经修复及再生、促进创伤修复、促进纤溶、抗凝血、降血压等作用^[18]。诸药合用共达豁痰行血、疏肝解郁之功。

针灸处方中内关、水沟、三阴交为醒脑开窍针法主穴,具有开窍醒神、解郁定志之功^[19];百会、四神聪、印堂升清阳,益元神,开郁结;风池祛除内风,通经安神;廉泉、旁廉泉疏通喉部经络气血,以治其言语不利;合谷、太冲开四关而解郁结;中脘、丰隆祛湿化痰开结;血海行血兼以补血;太溪补益肾精,充益脑髓。诸穴合用共奏醒脑开窍、疏解郁结、祛痰行血之功。

参考文献

- [1] 吴江. 神经病学[M]. 北京:人民卫生出版社,2005:378-380.
- [2] 孙远征,孙姜云,韩数. 中风后焦虑症研究现状[J]. 辽宁中医杂志,2014,41(7):1319-1322.
- [3] Barker-Collo SL. Depression and anxiety 3 months post stroke: prevalence and correlates[J]. Arch Clin Neuropsychol, 2007, 22(4):519-537.
- [4] 王睿,费洪新,李晓明,等. 石菖蒲的化学成分及药理作用研究进展[J]. 中华中医药学刊,2013,31(7):1606-1610.
- [5] 尹国平,张清哲,安月伟,等. 温郁金化学成分及药理活性研究进展[J]. 中国中药杂志,2012,37(22):3354-3360.
- [6] 陈亚双,孙世伟. 柴胡的化学成分及药理作用研究进展[J]. 黑龙江医药,2014,27(3):630-633.
- [7] 俞静静,苏洁,吕圭源. 陈皮抗心脑血管疾病相关药理研究进展[J]. 中草药,2016,47(17):3127-3132.
- [8] 李红月,孙志伟,王淑琴. 天麻素在神经系统的药理作用研究概况[J]. 中国医院药学杂志,2015,35(11):1047-1050.
- [9] 韦芳芳,曾常青,赵宇红,等. 钩藤神经保护机制的研究进展[J]. 中国中药杂志,2014,39(14):2603-2607.
- [10] 姚军强. 半夏的药理作用及其临床配伍运用[J]. 中医研究,2013,26(2):3-5.
- [11] 游昕,熊大国,郭志斌,等. 茯苓多种化学成分及药理作用的研究进展[J]. 安徽农业科学,2015,43(2):106-109.
- [12] 徐煜彬,徐志立,李明玉,等. 茯苓及其化学拆分组分学习记忆及镇静催眠的性味药理学研究[J]. 中草药,2014,45(11):1577-1584.
- [13] 陈浙鲁. 竹茹的五种炮制品和临床应用[J]. 中医药信息, 2000,17(5):36.
- [14] 许筱凰,李婷,王一涛,等. 桃仁的研究进展[J]. 中草药,

2015,46(17):2649-2655.

- [15] 陈梦,赵丕文,孙艳玲,等. 红花及其主要成分的药理作用研究进展[J]. 环球中医药,2012,5(7):556-560.
- [16] 金玉青,洪远林,李建蕊,等. 川芎的化学成分及药理作用研究进展[J]. 中药与临床,2013,4(3):44-48.
- [17] 秦建鲜,黄锁义. 鸡血藤药理作用的研究进展[J]. 时珍国医国药,2014,25(1):180-183.
- [18] 唐鼎,涂乾,李娟,等. 药用地龙的药理作用和临床研究进展[J]. 中国药师,2015,18(6):1016-1019.
- [19] 皮敏,饶晓丹,曹雪梅,等. 醒脑开窍法对卒中后抑郁及神经功能康复的影响[J]. 江西中医药,2007,38(7):25-26.

第一作者:李子君,女,医师,研究方向:中医内科学(脑病方向)

通讯作者:师会,男,主任医师,研究方向:中医内科学(脑病方向),E-mail:shihui703@163.com

(收稿日期:2018-10-10)

醒脑开窍针法结合百会穴灸法 治疗中风后失眠验案1则

刘晨阳¹,路明²

- (1. 天津中医药大学,天津,300193;
2. 天津中医药大学第一附属医院,天津,300193)

[关键词] 中风后失眠;针灸;醒脑开窍;验案

[中图分类号] R255.2, R246.1 [文献标识码] B

DOI:10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2019.10.034

失眠症是以经常不能获得正常睡眠为特征的一类病证,中医学将其称为“不寐”“目不瞑”“不得卧”,主要表现为睡眠时间、深度的不足,轻者入睡困难,或寐而不酣,时寐时醒,或醒后不能再寐,重者彻夜不寐,常影响人们的正常工作、学习、生活和健康。失眠是中风患者常见的并发症之一,据报道,中风患者合并失眠的概率高达56.5%^[1]。失眠出现后,患者神经、认知功能将会受到一定损害,极易引起焦虑、抑郁、恐惧等负面情绪,导致其生活质量下降,同时严重影响中风的治疗效果和预后。笔者采用醒脑开窍针法^[2]结合艾灸百会穴治疗中风后失眠验案1则,疗效较好,现介绍如下。

患者,女,61岁。主诉:左侧肢体活动不利3年余,加重伴入睡困难1个月。患者从2015年起曾数次患脑梗死,经治遗留左侧肢体活动不利。近1个月,患者肢体症状加重,并出现入睡困难,于当地某医院查颅脑MRI示右额叶脑梗死、右侧基底节区软化灶,予达贝、长春西汀治疗后稍有缓解。现症见:神清,精神可,左侧肢体活动不利,上肢略重于下肢,手部精细活动差,感觉减弱,纳少,寐欠安,偶有头晕,

二便尚可。西医诊断:脑梗死,失眠症;中医诊断:中风,不寐。证型:气虚血瘀,心胆气虚证。予醒脑开窍针刺法结合百会穴灸法治疗。选穴:内关,人中,三阴交,极泉,尺泽,委中,印堂,上星,百会,四神聪,安眠,神门,申脉,照海。操作:先针刺双侧内关,直刺0.5~1寸,采用捻转提插相结合的泻法,施手法1min;再刺人中,向鼻中膈方向斜刺0.3~0.5寸,用重雀啄手法,至眼球湿润或流泪为度;最后刺三阴交,沿胫骨内侧缘与皮肤呈45°角斜刺,进针1~1.5寸,用提插补法,使患侧下肢抽动3次为度。针刺印堂穴,刺入皮下后使针直立,采用轻雀啄手法(泻法),以流泪或眼球湿润为度;继选3寸毫针,由上星穴刺入,沿皮至百会穴后,针柄旋转90°,转速120~160次/min,行手法1min;极泉,原穴沿经下移1寸,避开腋毛,直刺1~1.5寸,用提插泻法,以患侧上肢抽动3次为度;尺泽,屈肘成120°,直刺1寸,用提插泻法,使患者前臂、手指抽动3次为度;委中,仰卧直腿抬高取穴,直刺0.5~1寸,施提插泻法,使患侧下肢抽动3次为度。四神聪平刺0.5~0.8寸,平补平泻法;安眠直刺0.8~1.2寸;神门直刺0.3~0.5寸;申脉直刺0.3~0.5寸,泻法;照海直刺0.5~0.8寸,补法。留针30min。留针期间灸百会穴。用硬纸板盖住患者顶部头发,将点燃的艾条插入温灸盒中,把温灸盒放在患者的百会穴上,用松紧带固定好。施灸过程中,根据患者耐受温度情况,上下调节艾条,以患者感觉温热舒适为度。每次施灸30min。每天上午治疗1次,每周治疗3次,共治疗4周。治疗2周后患者自诉入睡时间缩短,睡觉时易恐善惊状态有所改善,睡眠质量明显提高。

按语:中医学将急性脑血管病归属于“中风”范畴。本病发病急骤,表现多样,病情变化迅速,与风之善行数变特点相似,其病位在脑,并与风、火、痰、瘀等多因素相关。当风、火、痰、瘀等病邪上扰清窍,则“窍闭神匿,神不导气”,故发为中风。中风后机体阴阳失调,气血逆乱,营卫失调,卫不入营,阴阳失交,故发为失眠。

内关穴为心包之络穴,“心包为心之外卫,神明出入之窍”;人中穴居督脉,督脉入络脑,“实则背强,虚则头重”,督脉畅则脑窍通,神志清;三阴交穴为脾、肝、肾三条阴经的交会穴,对人体阴血也具有调节作用^[3];极泉、尺泽、委中三穴可疏通肢体经络;印堂具有安神定惊、醒脑通窍之功效^[4];针刺上星透百会可调理阴阳、平肝息风、填精补髓、益气养血、醒神开窍^[5];神门为心经原穴,可调养心神而宁心;四神聪可镇静安神;安眠穴是经外奇穴,能够沟通阴跷、阳跷脉经气运行,具有养心安神、镇静催眠之功,为治疗失眠之经验穴;照海、申脉为八脉交会穴,分别与阴跷脉、阳跷脉相通,而阴、阳跷脉司眼睑开合主睡眠。

脑为元神之府,百会位于巅顶,为手足太阳经、督脉、足厥阴肝经之会,亦称三阳五会,入络于脑,有清利头目之功。艾灸百会穴既可以温通一身经络,振奋阳气,从而促进大脑产生主动性睡眠^[6],又可以增加血流速度,降低血管阻力,使脑部血流量增加,进而改善脑部血液循环^[7]。《针灸大成》中云:“思虑劳伤心脾,灸百会”,故艾灸百会穴可以治疗卒中后失眠。

综上所述,醒脑开窍针法结合百会穴灸法治疗卒中后失眠临床疗效好,费用低,无毒副作用,值得临床推广使用。

参考文献

- [1] 郭铁,郭洪明. 中医药治疗中风后失眠[J]. 中国中医急症, 2011,20(12):1981-1982.
- [2] 杨志新,石学敏. “醒脑开窍”针刺法及其临床应用[J]. 中国临床医生杂志,2007,35(10):1008-1089.
- [3] 康明明. “醒脑开窍”针刺法主穴特性之稽考和再认识[J]. 辽宁中医杂志,2010,37(5):917-918.
- [4] 王波,杨华元. 从印堂穴归入督脉看经穴研究的发展[J]. 江苏中医药杂志,2011,43(11):10-11.
- [5] 刘宝芳. 上星透百会临床应用举隅[J]. 针灸临床杂志,2007,23(5):38-39.
- [6] 宋晶晶,草铁民. 针刺联合加味黄连温胆汤治疗卒中后睡眠障碍30例[J]. 针灸临床杂志,2016,32(3):29-31.
- [7] 赵宁侠,郭瑞林,任秦有,等. 艾灸健康人百会穴对脑血管血液动力学的影响[J]. 针刺研究,2007,32(4):252-254.

第一作者:刘晨阳,女,硕士研究生在读,研究方向:针灸治疗脑病

通讯作者:路明,女,主任医师,研究方向:针灸治疗脑病,E-mail:dr.luming@163.com

(收稿日期:2018-10-14)

秋分养生有讲究(二)

常笑宣肺

在精神方面,秋季气候渐转干燥,日照减少,气温渐降,人们的情绪难免低落。这时,应保持神志安宁,收敛神气,以适应秋天容平之气。中医有“常笑宣肺”一说,人在笑的同时,会不自觉地进行深呼吸,清理呼吸道,使呼吸通畅。

秋天宜登山

秋天气候适宜,空气质量较佳,不妨多接近自然、多运动,特别是登山,可以改善人体的血液循环,增加肺活量,激发快乐和活力。坚持适宜的体育锻炼,不仅可以调养肺气,还可提高肺脏器官的功能,有利于增强各组织器官的免疫功能和身体对外界寒冷刺激的抵御能力。(http://paper.cntcm.com.cn/html/content/2019-09/25/content_618999.htm)