

疏肝安寐汤治疗肝郁阴虚型失眠症的效果

李茹月

郑州人民医院 河南郑州

【摘要】目的 探究疏肝安寐汤治疗肝郁阴虚型失眠症的效果。**方法** 选择2020年6月至2021年8月期间在本院接受治疗的50例肝郁阴虚型失眠症患者作为此次研究的观察对象,采用奇偶数随机分配的方式分成参照组(n=25)和研究组(n=25)两个组别。参照组采用常规治疗方式进行,研究组则应用疏肝安寐汤对患者实施治疗。对比两组患者实施治疗后的治疗效果,并且比较两组患者实施治疗干预前后的睡眠质量情况。**结果** 经过组间对比,研究组的治疗有效率要高于参照组,两组之间的差异为($P<0.05$);两组患者实施治疗前的睡眠质量评分差异不大($P>0.05$),实施治疗后,研究组患者的睡眠质量评分要优于参照组,两组之间的差异为($P<0.05$)。**结论** 应用疏肝安寐汤治疗肝郁阴虚型失眠症患者的效果较佳,能够有效帮助患者改善失眠症状,增加患者的睡眠时长,提高夜间睡眠质量。

【关键词】 疏肝安寐汤; 肝郁阴虚型; 失眠症; 治疗效果

Effect of Shugan Anmei Decoction on insomnia of liver depression and yin deficiency type

Ruyue Li

Zhengzhou People's Hospital, Zhengzhou, Henan, China

【Abstract】 Objective To explore the effect of Shugan Anmei Decoction on insomnia of liver depression and yin deficiency type. **Methods** 50 insomnia patients with liver depression and yin deficiency treated in our hospital from June 2020 to August 2021 were selected as the observation object of this study. They were randomly divided into two groups: reference group (n = 25) and study group (n = 25). The control group was treated with routine treatment, while the study group was treated with Shugan Anmei decoction. Compare the treatment effect of the two groups after treatment, and compare the sleep quality of the two groups before and after treatment intervention. **Results** after comparison between groups, the effective rate of the study group was higher than that of the reference group, and the difference between the two groups was ($P < 0.05$); There was no significant difference in the sleep quality score between the two groups before treatment ($P > 0.05$). After treatment, the sleep quality score of the study group was better than that of the reference group, and the difference between the two groups was ($P < 0.05$). **Conclusion** the effect of Shugan Anmei Decoction in the treatment of insomnia patients with liver depression and yin deficiency is better. It can effectively help patients improve insomnia symptoms, increase the length of sleep and improve the quality of night sleep.

【Keywords】 Shugan Anmei Decoction; Liver depression and yin deficiency; Insomnia; treatment effect

失眠障碍属于一种常见的睡眠障碍情况,指的是尽管拥有适当的睡眠机会以及睡眠环境,任然无法进入睡眠或者是高质量睡眠状态^[1-2]。而对于肝郁阴虚型失眠症患者而言,最常见的症状是思虑郁闷,晚上难以入睡。长时间的失眠情况,会对患者的日常生活以及工作等造成严重的影响,因此,需要及时的对患者实施相应的治疗措施进行干预,有效

改善患者的失眠情况,提高患者的睡眠质量,促进保障患者的生活质量。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择2020年6月至2021年8月期间在本院接受治疗的50例肝郁阴虚型失眠症患者作为此次研究的观察对象,采用奇偶数随机分配的方式分成

参照组 (n=25) 和研究组 (n=25) 两个组别。50 患者中男、女性患者的例数分别为 28 例、22 例, 患者的年龄范围区间最大值为 68 岁, 最小年龄为 23 岁, 患者的平均年龄为 (46.48±7.66) 岁; 患者的病程区间在 3 个月~2 年之间, 其平均病程为 (6.45±1.23) 个月。将两组患者的基础资料进行对比, 其差异较小 ($P>0.05$), 可以进行组间对比。

1.2 方法

(1) 参照组

参照组采用常规治疗方式对患者的失眠症进行干预, 予以患者艾司唑仑片 (国药准字 H42021522; 华中药业股份有限公司) 进行干预, 采用口服方式进行给药, 单次服用剂量为 1mg, 每天用药 1 次, 在睡前服用。治疗时长为 8 周, 叮嘱患者在治疗期间禁烟、酒及辛辣刺激性食物, 养成良好生活习惯。

(2) 研究组

研究组患者则应用疏肝安寐汤对患者实施治疗, 疏肝安寐汤的主要药物组成为: 柴胡 (12 克)、酸枣仁 (15 克)、郁金 (10 克)、栀子 (10 克)、龙骨 (20 克)、何首乌 (10 克)、当归 (10 克)、合欢皮 (15 克)、夜交藤 (克 15)、柏子仁 (克 15) 等多种中药药物。以水煎服, 每天 1 次, 分成两次服用汤药。治疗时长为 8 周, 叮嘱患者在治疗期间禁烟、酒及辛辣刺激性食物, 养成良好生活习惯。

1.3 观察指标

(1) 对比两组患者实施治疗后的疗效, 共分为 3 个等级 (显效、有效、无效)。患者经治疗后, 其失眠症状完全消失, 且夜间睡眠时长超过 6h, 则表示为显效; 患者经治疗后, 其失眠症状有所改善, 且患者的夜间睡眠时长相比之前增加 3h, 即表示为显效; 患者经治疗后, 其失眠症状无变化甚至加重, 即表示为无效。

(2) 应用 PSQI (匹兹堡睡眠质量指数) 对两组患者实施干预前后的睡眠质量情况进行组间对比, 得分越高则表示其睡眠质量越差, 反之则越好。

1.4 统计学方法

统计数据采用 SPSS23.0 展开整理分析, 计数资料采用 χ^2 , 表示为 (%), 计量资料采用 t, 表示为 ($\bar{x} \pm s$), 检验结果显示 $P<0.05$, 有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组患者的治疗效果

经过组间对比, 研究组的治疗有效率要高于参照组, 两组之间的差异为 ($P<0.05$), 详细如表 1。

2.2 对比两组患者实施治疗前后的睡眠质量

两组患者实施治疗前的睡眠质量评分差异不大 ($P>0.05$), 实施治疗后, 研究组患者的睡眠质量评分要优于参照组, 两组之间的差异为 ($P<0.05$), 详细如表 2。

表 1 对比两组患者的治疗效果 [n(%)]

组别	显效	有效	无效	总有效率
参照组 (n=25)	12 (48.00)	10 (40.00)	4 (16.00)	21 (84.00)
研究组 (n=25)	19 (76.00)	5 (20.00)	1 (4.00)	24 (96.00)
χ^2	--	--	--	5.379
p	--	--	--	0.020

表 2 对比两组患者实施治疗前后的睡眠质量 ($\bar{x} \pm s$, 分)

评分指标	时间	参照组 (n=25)	研究组 (n=25)	t	p
睡眠质量	护理前	1.67±0.55	1.68±0.46	0.069	0.945
	护理后	1.52±0.34	1.28±0.32	2.570	0.013
睡眠障碍	护理前	1.38±0.42	1.42±0.29	0.392	0.697
	护理后	0.84±0.25	0.63±0.22	3.153	0.003
入睡时间	护理前	1.59±0.45	1.61±0.43	0.159	0.875
	护理后	1.44±0.46	1.11±0.22	3.236	0.002
睡眠效率	护理前	1.67±0.53	1.73±0.56	0.389	0.699
	护理后	1.43±0.54	1.17±0.21	2.244	0.029

3 讨论

肝郁阴虚型失眠症属于失眠类型中的一种，其主要表现症状为易怒、烦躁、不能熟睡，睡眠时间减少口干，失眠多梦等表现症状，并且在睡觉时容易被惊醒^[3-4]。如果长期出现肝郁阴虚型失眠容易引发中风，心脑血管疾病，糖尿病，消化系统等疾病。

此次研究中通过对肝郁阴虚型失眠症患者采用疏肝安寐汤实施治疗，疏肝安寐汤由多味中药药物组合而成。汤方中的栀子、郁金以及柴胡等药物，具有疏肝解郁、静心除躁的作用；酸枣仁具有益肝以及养心的作用，促进起到安神的效果；何首乌、当归等药物具有养血益肝的功效；柏子仁以及夜交藤可起到静心安神的效果；而生龙骨具有镇惊安神的功效。通过将多种药物联合应用，能够有效的起到疏肝养心以及滋阴清热的作用，促进失眠症患者的病情恢复。采用中药方剂对失眠症患者实施治疗，相比较西药物干预，中药汤方对患者机体造成的伤害性更低，中药药物通过疏通经络，滋养患者的脏腑，以此达到改善患者失眠症状的效果^[5-6]。从研究结果中得出，研究组患者实施治疗后的各项睡眠质量评分均要优于参照组，其组间差异具有统计学意义；提示通过对肝郁阴虚型失眠症患者应用疏肝安寐汤治疗，能够有效的起到静心安神、疏肝解郁的作用，促进改善患者的失眠情况，调理患者的阴虚症状情况。

综上所述，对于肝郁阴虚型失眠症患者应用疏肝安寐汤治疗的效果较佳，有助于帮助患者改善失眠症状，增加患者的睡眠时长，提高夜间睡眠质量，促进提高患者的生活质量。

参考文献

[1] 张海涛. 龙柴安神汤治疗肝郁化火型失眠症 30 例[J].

中国保健营养 2019,29(4):380-381.

- [2] 黎斌, 陈凌, 孙慧静,等. 疏肝解郁宁神汤治疗肝郁气滞型亚健康失眠的临床观察[J]. 中国中医药科技, 2020, 27(3):461-462.
- [3] 田原, 田春洪, 张梅,等. 疏调安神汤治疗肝郁扰心型睡眠障碍的临床观察[J]. 云南中医中药杂志, 2020, 41(12):40-43.
- [4] 张兰坤, 李婷婷, 刘元月,等. "调肝安神方"治疗肝郁血瘀型失眠症的临床疗效及其对 PSQI 评分的影响[J]. 国际病理科学与临床杂志, 2020, 040(002):345-349.
- [5] 张春霞, 张望杰, 杨秀双. 疏肝安神汤治疗心脾两虚型不寐的效果及对血清 5-羟色胺 多巴胺水平的影响[J]. 山西医药杂志, 2021, 50(10):1718-1720.
- [6] 蒋桂平. 安寐汤治疗失眠症临床观察[J]. 实用中医药杂志 2021,37(10):1641-1642.

收稿日期: 2022 年 7 月 16 日

出刊日期: 2022 年 8 月 24 日

引用本文: 李茹月, 疏肝安寐汤治疗肝郁阴虚型失眠症的效果[J]. 国际中医药研究, 2022, 2(2): 62-64.
DOI: 10.12208/j.ircm.20220031

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS