

归脾汤联合柏子养心丸治疗心脾两虚型失眠的临床有效性

李本生

(新疆吐鲁番市高昌区人民医院 新疆吐鲁番 838000)

【摘要】目的 探讨临床上治疗心脾两虚型失眠患者中应用归脾汤联合柏子养心丸的效果。方法 在2022年1月~2026年1月选取68例心脾两虚型失眠患者,根据随机数字表法分为2组,其中对照组用西药治疗,而观察组用归脾汤联合柏子养心丸治疗。比较2组治疗有效率和不良反应发生率。结果 观察组(97.06%)治疗有效率高于对照组(76.47%),组间比较 $P < 0.05$,有统计学意义;观察组(0.00%)不良反应发生率低于对照组(11.76%),组间比较 $P < 0.05$,有统计学意义。结论 临床上治疗心脾两虚型失眠患者中应用归脾汤联合柏子养心丸效果显著,可有效提升临床有效性和安全性,值得应用。

【关键词】心脾两虚型;柏子养心丸;失眠;归脾汤

Clinical Effectiveness of Guipi Decoction Combined with Baizi Yangxin Pills in Treating Insomnia of Heart-Spleen Deficiency Type

Li Bensheng

(People's Hospital of Gaocang District, Turpan City, Xinjiang 838000)

[Abstract] Objective: To explore the effect of using Baizi Yangxin Pills combined with Guizhi Tang in the treatment of patients with insomnia of heart-spleen deficiency type in clinical practice. Methods: From January 2022 to January 2026, 68 patients with insomnia of heart-spleen deficiency type were selected and divided into 2 groups according to the random number table method. The control group was treated with Western medicine, while the observation group was treated with Guizhi Tang combined with Baizi Yangxin Pills. The treatment effectiveness and adverse reaction rates of the two groups were compared. Results: The treatment effectiveness of the observation group (97.06%) was higher than that of the control group (76.47%), and the comparison between the groups was $P < 0.05$, with statistical significance; The adverse reaction rate of the observation group (0.00%) was lower than that of the control group (11.76%), and the comparison between the groups was $P < 0.05$, with statistical significance. Conclusion: The application of Guizhi Tang combined with Baizi Yangxin Pills in the treatment of patients with insomnia of heart-spleen deficiency type in clinical practice has a significant effect, which can effectively improve clinical effectiveness and safety, and is worthy of application.

[Key words] Insomnia of heart-spleen deficiency type; Baizi Yangxin Pills; Insomnia; Guizhi Tang

失眠是一种睡眠障碍,表现为入睡困难、多梦、早醒、觉醒次数多等现象,若未及时进行科学治疗,长期失眠易导致疲乏无力、注意力难集中、心烦意乱、反应迟钝等问题,严重影响患者睡眠质量和生活质量。目前,临床上多应用阿普唑仑片等镇静催眠药物治疗,短期内临床疗效较明显,但长期用药易引起嗜睡等不良反应,而影响治疗效果。因此,需寻求更安全、有效的方法治疗失眠患者,以提升临床治疗有效性。中医治疗失眠中经验丰富,中医将其归为“目不瞑”、“不得眠”、“不寐”等范畴,常见的证型是心脾两虚,多是因劳倦太过、饮食不节、情志失常等因素导致的,

多根据调养心脾、补虚泻实、宁心安神的原則治疗,常用的药物有归脾汤、柏子养心丸^[1]。基于此,本文探讨临床上治疗心脾两虚型失眠患者中应用归脾汤联合柏子养心丸的效果,报道如下。

1 资料和方法

1.1 基础资料

在2022年1月~2026年1月选取68例心脾两虚型失眠患者,根据随机数字表法分为2组。对照组:男女各有



17 例; 年龄 25 ~ 72 岁, 平均(44.02 ± 3.92)岁; 病程: 0.3 ~ 4 年, 平均(1.83 ± 0.42)年。观察组: 男 18 例, 女 16 例; 年龄 24 ~ 73 岁, 平均(43.97 ± 4.02)岁; 病程: 0.3 ~ 4 年, 平均(1.77 ± 0.38)年。比较 2 组患者年龄、病程等基础资料 $P > 0.05$, 无统计学意义。

纳入标准: (1)入组的研究对象根据体格检查、主观评估(例如匹兹堡睡眠质量指数等)、客观评估(例如多导睡眠监测等)等确诊为失眠; (2)入组者夜间觉醒 2 次以上, 且伴有睡眠浅、多梦等症状; (3)研究对象均是心脾两虚型。

排除标准: (1)伴明显情绪障碍的患者排除; (2)药物、躯体疾病等导致的继发性失眠患者排除; (3)存在酒精依赖的患者排除; (4)处于特殊时期的患者排除, 例如哺乳期等。

1.2 方法

对照组用西药治疗, 观察组用归脾汤联合柏子养心丸治疗, 详情如下。

对照组: 该组内 34 例患者用阿普唑仑 (北京益民药业有限公司, 国药准字 H11020890, 规格: 0.4mg/片) 药物治疗, 每次口服 0.4mg ~ 0.8mg, 每日用药 1 次, 且均在晚上睡前半小时服药, 持续用药治疗 4 周。

观察组: 该组内 34 例患者用归脾汤联合柏子养心丸治疗, 其中柏子养心丸(国药集团新疆制药有限公司, 国药准字 Z65020086, 9g/丸)每次口服 2 丸, 每日用药 2 次。而归脾汤组方是: 茯神、酸枣仁和龙眼肉, 每味药各 20g, 而远志、当归、白术、党参以及黄芪, 每味药各 15g, 并加入 10g 木香、10g 炙甘草。同时, 若患者存在肝阳上亢现象, 则组方内添加 15g 夜交藤、15g 珍珠母。若患者存在心悸现象, 则组方内添加朱砂和龙骨, 每味药各 15g。若患者存在痰热

内扰现象, 则组方内添加茯苓和半夏, 每味药各 15g。若患者存在气郁现象, 则组方内添加柴胡和郁金, 每味药各 15g。每日 1 剂汤药, 对其进行煎煮, 留 300ml 药液, 在早上、晚上服用。上述 2 种药物联合应用, 持续治疗 4 周。

1.3 观察指标

治疗 4 周后评估治疗效果, 用多导睡眠仪监测患者睡眠结构, 若实际睡眠时间(TST)、睡眠效率(SE)较治疗前提升 30%, 觉醒时间(AT)较治疗前降低 30%, 且各临床症状基本消失, 则是显效。若 TST 和 SE 较治疗前有所提升, 但未达到 30%, 且 AT 较治疗前有所下降, 但未达到 30%, 且各临床症状有明显改善, 则是有效。若较治疗前 TST、SE 和 AT 未有任何改善, 甚至 TST 和 SE 较治疗前出现下降, AT 较治疗前有所上升, 则是无效。同时, 统计 2 组不良反应发生率, 不良反应包括食欲不振、嗜睡、口干等。

1.4 统计学分析

用 SPSS24.0 软件处理数据, 计数资料用百分比表示, 并用 χ^2 值检验, 计量资料用标准差表示, 并用 t 值检验, 若 $P < 0.05$, 则有统计学意义。

2 结果

治疗有效率对照组是 76.47%, 而观察组是 97.06%, 即 2 组中观察组治疗有效率最高, 组间比较 $P < 0.05$; 不良反应发生率, 对照组是 11.76%, 观察组未出现不良反应, 即 2 组中观察组不良反应发生率最小, 组间比较 $P < 0.05$, 见表 1。

表 1 比较 2 组治疗有效率和不良反应发生率 [n (%)]

组别	显效	有效	无效	治疗有效率	食欲不振	嗜睡	口干	不良反应发生率
观察组(34)	27	6	1	33(97.06)	0	0	0	0(0.00)
对照组(34)	17	9	8	26(76.47)	1	2	1	4(11.76)
χ^2 值				6.2750				4.2500
P 值				0.0122				0.0393

3 讨论

失眠是一种常见病, 若未及时进行科学治疗, 随着病情的反复发作或者迁延难愈, 不仅会影响身体健康, 还会降低

生活质量。同时, 中医认为失眠病因复杂, 与过度劳逸、饮食不节致脾胃损伤、思虑过度致心神耗伤等因素有关, 心脾两虚型是最常见的, 该证型失眠病机是心脾功能紊乱, 进而引起营卫失和、阴阳失衡和气血不足, 若未及时治疗, 会出

现伴随症状,例如健忘、面色萎黄、食欲减退、大便溏薄等,严重影响患者日常生活^[2]。因此,需科学选药治疗心脾两虚型失眠患者,以提升临床治疗有效性和安全性。

研究结果显示,治疗有效率对照组是 76.47%,而观察组是 97.06%,而不良反应发生率对照组是 11.76%,观察组是 0.00%,即观察组治疗有效率最高,不良反应发生率最小,说明归脾汤联合柏子养心丸治疗心脾两虚型失眠的临床有效性和安全性更高。究其原因,应用西药阿普唑仑片治疗失眠患者,是通过抑制患者脑皮层过度兴奋,进而使其尽快入睡,能有效改善患者入睡困难,并延长睡眠时间^[3]。但长期用药易产生心理和身体依赖,停药时可能发生戒断症状,且长时间用药可能会减弱药效,需增加用药剂量才能维持疗效,致使用药不良反应发生风险进一步上升,故用药安全性偏低。而中医治疗心脾两虚型失眠具有独特的优势,柏子养心丸是一种中成药,含有柏子仁、远志、川穹、酸枣仁、炙黄芪、五味子等成分,其中柏子仁常被用在心悸怔忡、虚烦不寐等症治疗中,具有安神养心功效。远志和酸枣仁同用,具有安神滋养心肝、益智等作用^[4]。而川穹是血中气药,具有行气活血功效,且和酸枣仁、柏子仁同用,能起到安神养心的作用。炙黄芪可起到益气补中的作用。五味子具有益气宁心、生津补肾的作用。朱砂具有安神、镇惊、清心的效果。上述诸药联合应用可起到养心安神、益气补血的效果^[5]。且

据网络药理学分析指出,柏子养心丸的关键活性成分对失眠的核心调控靶点亲和力比较强,致使其在治疗失眠中能起到多靶点、多成分、多途径的作用^[6]。而归脾汤是一种汤剂,方内茯神、酸枣仁和龙眼肉合用可起到安神、宁心的功效。而远志具有益智安神功效,且能作用到肾心,而发挥宁心安神的效果,能治疗心肾不交导致的健忘惊悸、失眠多梦。当归具有止痛、补血活血的效果。甘草和白术可起到安神养血、补脾益气的效果。党参具有养血生津、补中益气的效果。黄芪是补脾益气的一味药,具有益气固表的功效。木香可起到滋养心脾、行气止痛、平顺内气的功效,进而使上述诸药起到补而不滞的效果。上述诸药合用能起到补心益脾、养血安神的功效,能有效改善心脾两虚型失眠患者的症状^[7]。同时,根据患者症状加减药物,不仅能标本兼治,还能提升用药安全性,更适合应用在治疗心脾两虚型失眠患者中。且据现代药理研究指出,归脾汤能降低皮质醇激素水平、促肾上腺皮质激素水平以及促肾上腺皮质激素释放激素水平,能调节下丘脑-垂体-肾上腺轴,进而改善昼夜节律,而改善患者失眠症状^[8]。此外,归脾汤联合柏子养心丸治疗心脾两虚型失眠,二者可起到协同作用,可进一步提升临床有效性和安全性。

综上所述,临床上治疗心脾两虚型失眠患者中应用归脾汤联合柏子养心丸临床有效性和安全性较高,值得应用与推广。

参考文献:

- [1]李龙骧,于立恒,李诚诚,等.加味归脾汤联合骨膜针刺法对原发性失眠患者神经损伤保护作用及觉醒状态、脑白质变化、昼夜节律的影响[J].辽宁中医药大学学报,2026,28(02):1-5.
- [2]王宏斌,杨如意,曹昌霞.温针灸联合归脾汤治疗心脾两虚型失眠的疗效观察[J].广州中医药大学学报,2026,43(04):965-971.
- [3]庞延苹,李明婷,侯晓.柏子养心丸联合归脾汤加减治疗老年原发性失眠的前瞻性对照研究[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(12):2809-2811.
- [4]鲁一,李春成,高滔,等.柏子养心汤加减联合针灸治疗围绝经期失眠的临床观察[J].实用中医内科杂志,2022,36(01):8-10.
- [5]王艳锋,张彦敏,王酸恩,等.柏子养心丸对心脾两虚型亚健康学生失眠干预作用分析[J].辽宁中医杂志,2026,53(03):118-121.
- [6]马贝贝,田颖颖,杨海润,等.基于网络药理学及分子对接技术探讨柏子养心丸治疗失眠症的作用机制[J].现代药物与临床,2023,38(08):1898-1909.
- [7]董锦丽,林研铎,余运影.温针灸联合加味归脾汤治疗心脾两虚型慢性失眠患者的效果[J].中国疗养医学,2026,35(03):56-59.
- [8]李凤云,赵铎,刘福贵,等.归脾汤化裁方现代临床应用及作用机制研究进展[J].陕西中医,2025,46(02):281-284.