

柴苓温胆汤治疗抑郁伴失眠的价值研究

张亚薇¹, 郭强²

¹中国人民解放军 94804 部队 上海

²上海市静安区大宁路街道社区卫生服务中心 上海

【摘要】目的 研究在抑郁伴失眠患者的治疗过程中应用柴苓温胆汤临床效果。**方法** 研究分为两组同时开展治疗, 随机自 2024 年 6 月至 2024 年 12 月我院收治的抑郁伴失眠患者中选取 40 例开展, 一组(对照组)接受常规西药治疗, 另一组(观察组)接受西药联合柴苓温胆汤治疗, 对比两组患者治疗效果及生活质量评分。**结果** 观察组患者治疗结束后, 治疗效果及生活质量评分均优于对照组患者($P<0.05$)。**结论** 西药联合柴苓温胆汤治疗能够有效缓解抑郁伴失眠患者临床症状, 对于提高患者生活质量有非常明显的作用。

【关键词】 柴苓温胆汤; 抑郁; 失眠

【收稿日期】 2025 年 4 月 18 日

【出刊日期】 2025 年 5 月 25 日

【DOI】 10.12208/j.ijcr.20250223

Research on the value of Chaifeng Wendan decoction in treating depression with insomnia

Yawei Zhang¹, Qiang Guo²

¹94804 Unit of the Chinese People's Liberation Army, Shanghai

²Community Health Service Center, Daning Road, Jing'an District, Shanghai

【Abstract】Objective To investigate the clinical efficacy of Chaifeng Wendan Tang in the treatment of patients with depression and insomnia. **Methods** The study was divided into two groups for simultaneous treatment. Forty patients with depression and insomnia admitted to our hospital from June 2024 to December 2024 were randomly selected for treatment. One group (control group) received conventional Western medicine treatment, while the other group (observation group) received Western medicine combined with Chaifeng Wendan Tang treatment. The treatment effects and quality of life scores of the two groups of patients were compared. **Results** After treatment, the treatment effect and quality of life score of the observation group patients were better than those of the control group patients ($P<0.05$). **Conclusion** The combination of Western medicine and Chaifeng Wendan decoction can effectively alleviate the clinical symptoms of patients with depression and insomnia, and has a very significant effect on improving the quality of life of patients.

【Keywords】 Chaifeng Wendan Tang; Depression; Insomnia

失眠是最常见的心理问题之一, 抑郁是导致失眠常见的原因之一^[1]。失眠与抑郁互为因果, 失眠可以导致抑郁, 同时抑郁反过来又可以导致失眠。所以治疗失眠要先治抑郁, 因为其互为因果, 要双管齐下, 这样才能更好地缓解抑郁和失眠^[2]。随着抑郁的缓解, 失眠也会有所改善^[3]。本文主要研究柴苓温胆汤治疗抑郁伴失眠的价值, 具体研究如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究分为两组同时开展治疗, 随机自 2024 年 6 月至 2024 年 12 月我院收治的抑郁伴失眠患者中选取 40 例开展, 对照组 20 例患者中分别有男性 9 例、女性 11

例, 患者年龄在 23 岁至 68 岁之间, 平均年龄 (45.50 ± 3.68) 岁; 观察组 20 例患者中分别有男性 10 例、女性 10 例, 患者年龄在 24 岁至 68 岁之间, 平均年龄 (46.30 ± 3.71) 岁, 两组患者一般资料对比差异无统计学意义 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组接受艾司唑仑(生产厂家: 石药集团欧意药业有限公司, 批准文号: 国药准字 H13020974, 每片 1mg, 每天三次, 每次一片)治疗;

观察组患者接受艾司唑仑联合柴苓温胆汤: (1) 准备柴胡、黄芩、半夏、陈皮、茯苓、枳实、竹茹、大枣、甘草等药材, 确保药材质量上乘, 无杂质。(2)

药材处理: 将药材洗净, 按照一定比例混合在一起, 备用。(3) 煎煮方法: 将混合好的药材放入锅中, 加入适量的清水, 大火煮沸后转小火慢煎 30 分钟左右。注意火候的控制, 避免药液溢出或烧焦。(4) 滤取药液: 将煎好的药液滤出, 去除药渣。得到的药液即为柴芩温胆汤。两组治疗周期均为 15 天。

1.3 疗效标准

1.3.1 治疗效果

本研究将治疗效果分为三档, 其中有效: 患者夜间睡眠时间完全恢复正常, 每天睡眠时间高于 6 小时; 显效: 患者夜间睡眠时间增加 3 小时, 日间精神尚可; 无效: 患者夜间睡眠较之前无改善, 日间疲乏且焦躁不安。

1.3.2 生活质量评分

通过发放调查问卷收集患者心理功能评分、睡眠质量评分及社会功能评分判断患者生活质量。

1.4 统计学方法

将数据纳入 SPSS21.0 软件中分析, 计量资料比较采用 t 检验, 并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 计数资料采用 χ^2 检验, 并以率 (%) 表示, ($P < 0.05$) 为差异显著, 有统计学意义。

2 结果

2.1 治疗效果

观察组患者治疗总有效率明显高于对照组患者 ($P < 0.05$)。

2.2 生活质量评分

观察组患者心理功能评分、睡眠质量评分及社会功能评分均高于对照组患者 ($P < 0.05$)。

表 1 治疗总有效率[n, (%)]

组别	例数	有效	显效	无效	治疗总有效率
观察组	20	13 (65.00)	6 (30.00)	1 (5.00)	19 (95.00)
对照组	20	8 (40.00)	5 (25.00)	7 (35.00)	13 (65.00)
χ^2	-	31.456	3.008	17.811	17.811
P	-	0.001	0.083	0.001	0.001

表 2 生活质量 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	心理功能	睡眠质量	社会功能
观察组	20	89.23 ± 3.16	90.16 ± 3.22	89.69 ± 3.01
对照组	20	61.23 ± 1.63	66.28 ± 1.83	65.29 ± 1.68
t	-	32.256	26.952	27.415
P	-	0.001	0.001	0.001

3 讨论

失眠是一种症状, 属于抑郁的一部分, 在抑郁里有 3 组症状, 分别是情感症状、认知症状、躯体症状。在躯体里面, 最主要的是睡眠问题, 有人表现为早醒, 有人表现为入睡困难, 这些睡眠变化都是抑郁导致的症状^[4]。当抑郁好转以后, 表现会随之好转, 并不需要额外针对症状用特别的办法^[5]。抑郁失眠可以采取以下方法进行治疗: (1) 使用苯二氮草类的药物: 抑郁失眠的治疗最快速的办法就是用调节睡眠的药物, 比如用苯二氮草类的药物来改善睡眠^[6]。但是这种办法不能解决根本问题, 只是用很快的办法来调节睡眠; (2) 使用调节神经递质的药物: 抑郁失眠的治疗, 最核心的是治疗抑郁症状, 抑郁症状除了失眠之外, 可能会伴随其他的症状, 如头昏沉、头疼、头胀、浑身乏力、肢体疼

痛等, 还要用调节神经递质的药物, 比如用的氟西汀等这些调节抑郁症状效果比较好的药物; (3) 去除病因: 还要寻找病因, 比如失眠、抑郁的原因, 部分患者是有某些事件、长期的精神压力、精神的高度紧张等等原因, 还要进行这方面的干预; (4) 中药治疗: 如果失眠情况比较重, 也可以辅助中药的治疗, 也可能会起到更好的作用^[7]。

艾司唑仑是苯二氮卓类的药物, 有镇静、抗焦虑、催眠的作用, 还能控制脑细胞的异常放电, 所以也用在癫痫病人的治疗^[8]。这是临床上常用的药物, 是一个处方药, 不可以随便应用, 不可以滥用, 由医师根据病情开具处方, 按需服用。可以用来镇静, 对抗兴奋, 对抗激素等副作用, 克服紧张情绪, 也可以用来催眠。失眠的患者可以在睡前服用, 1 小时以后就可以起作用, 可

以使睡眠得到改善,维持3-4个小时的睡眠^[9]。司唑仑的作用主要是抗焦虑、失眠,也有治疗紧张、恐惧,有抗癫痫、抗惊厥的作用,常见的不良反应有神经系统,像衰弱、协调障碍、头晕、嗜睡,在精神活动方面可以有运动减少。

温胆汤,是一种具有理气化痰、和胃降逆等功效的中药方剂,是可以在一定程度上治疗失眠的,适用于失眠患者、眩晕患者、心烦患者、急慢性胃炎,消化性溃疡患者服用。

具体如下:一、温胆汤对失眠的效果。失眠,在中医角度可能是痰湿导致的,当人体痰湿过盛时,会阻碍气机的运行,导致脏腑功能失调,不能正常运化水湿,使得痰湿内生,上扰心神,从而影响心神的安宁,导致失眠。温胆汤具有理气化痰、和胃利胆的功效,能够减少体内的痰湿积聚,并调理脾胃功能,促进消化,通过清除痰湿,改善痰湿内扰的情况,使气机通畅,心神得以安宁,从而有助于改善睡眠质量。二、温胆汤的适用人群。(1)失眠患者:温胆汤能够改善睡眠质量,对于因痰热内扰、胆胃不和等原因引起的失眠,有较好的治疗效果。(2)眩晕患者:对于因痰浊中阻、清阳不升等原因引起的眩晕,遵医嘱服用温胆汤,可能具有化痰止眩的作用^[10]。(3)心烦患者:温胆汤能够调和胆胃,对于有心烦、焦虑等症状的人群来讲,配合医生服用,可能会有一定的改善。(4)急慢性胃炎、消化性溃疡患者:英文温胆汤能够和胃降逆,所以,对于因胃气不和、胆胃上逆等原因引起的消化系统疾病,可能会有一定的治疗作用。但是温胆汤一般情况下可以缓解抑郁焦虑失眠,达不到真正治疗的目的。如果想要改善这种情况,需要在医生的指导下,服用一些治疗的西药进行调理,例如本研究使用的艾司唑仑,不仅能够有效降低西药给患者带来的不良反应,还能够提高治疗效果。

综上所述,柴芩温胆汤对治疗抑郁伴失眠有非常高的价值。

参考文献

- [1] 韩鹏飞,黄兴友.柴芩温胆汤加减治疗青少年双相情感障碍的疗效观察及对激素水平的影响[J].中国中医药科技,2025,32(01):77-80.
- [2] 秦文鹏,王晓宇,朱慧芳.柴芩温胆汤联合盐酸舍曲林片治疗中风后抑郁疗效观察[J].深圳中西医结合杂志,2024,34(03):43-46.
- [3] 李青,李亮,赖康安,王红,车思锦,覃子祥.柴芩温胆汤联合阿普唑仑治疗痰热扰心型原发性失眠合并焦虑临床研究[J].新中医,2023,55(24):65-69.
- [4] 王津华.柴芩温胆汤结合针刺用于痰热内扰型脑卒中后抑郁中的效果[J].内蒙古中医药,2023,42(06):101-102.
- [5] 邱少波,康海娟,李晶,荣云娜.柴芩温胆汤治疗焦虑伴失眠的临床观察[J].内蒙古中医药,2022,41(10):59-60.
- [6] 李山成,张志潮.柴芩温胆逐瘀汤辅治顽固性失眠伴焦虑症痰瘀阻络型临床研究[J].实用中医药杂志,2022,38(09):1575-1577.
- [7] 丁源.柴芩温胆汤治疗经前期综合征的疗效及对患者睡眠质量和心理状态的影响[J].内蒙古中医药,2022,41(07):56-57.
- [8] 赵胜杰,俞晶晶,刘华,范军铭,范小会.柴芩温胆汤治疗神志病研究进展[J].江苏中医药,2021,53(08):79-82.
- [9] 秦玲曦,吕文亮.柴胡温胆汤临床应用进展[J].世界中医药,2020,15(16):2511-2514+2518.
- [10] 张敬华,赵峰,王苏雷,惠振,王敬卿,赵杨,虞鹤鸣.柴芩温胆汤加减治疗肝郁痰火型失眠的临床疗效观察[J].中西医结合心脑血管病杂志,2020,18(15):2510-2512.

版权声明:©2025 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