

探讨中医治疗失眠症的临床效果及安全性

郭亚萍

云南省中医院 云南昆明

【摘要】目的 研究分析失眠症患者治疗中中医治疗的作用及安全性。**方法** 本次实验跨越 2020 年 3 月至 2022 年 3 月这一时间段, 研究人员对 84 例失眠症患者进行研究。研究人员在本次实验中按照双盲对照原则对所选研究对象进行分组, 对照组所选 42 例患者实施西医治疗, 实验组所选 42 例患者实施中医治疗, 记录对照组及实验组所选患者治疗总有效率、不良反应出现情况, 并加以分析比较。**结果** 对照组及实验组所选患者中治疗效果较好及治疗效果一般的人数分别为 36 人及 40 人, 占组内所选患者总人数的比例分别为 85.71% 及 95.24%, 比较分析组间治疗总有效率相关数据, 差异较大, ($p < 0.05$); 对照组及实验组出现不良反应的患者人数分别为 1 人及 0 人, 占比分别为 2.38% 及 0.00%, 相关数据加以比较, 有着较大的差距, ($p < 0.05$)。**结论** 在失眠症患者治疗中中医治疗的应用价值远远高于西医治疗, 其有着较高的安全性, 值得在临床上进行推广。

【关键词】 失眠症; 中医治疗; 西医治疗; 治疗总有效率

To explore the clinical effect and safety of traditional Chinese medicine in the treatment of insomnia

Yaping Guo

Yunnan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine Kunming, Yunnan

【Abstract】 Objective To study and analyze the effect and safety of traditional Chinese medicine in the treatment of insomnia patients. **Methods:** This experiment spanned the time period from March 2020 to March 2022. The researchers studied 84 patients with insomnia. In this experiment, the researchers divided the selected research objects into groups according to the principle of double-blind control. 42 patients in the control group were treated with western medicine, and 42 patients in the experimental group were treated with traditional Chinese medicine. The selected patients in the control group and experimental group were recorded. The total effective rate of patients' treatment and the occurrence of adverse reactions were analyzed and compared. **Results:** There were 36 and 40 patients with good therapeutic effect and average therapeutic effect in the selected patients in the control group and the experimental group, accounting for 85.71% and 95.24% of the total number of patients in the group, respectively. Comparative analysis group There was a big difference in the data on the total effective rate of treatment between the two groups ($p < 0.05$); the number of patients with adverse reactions in the control group and the experimental group were 1 and 0, accounting for 2.38% and 0.00%, respectively. Compared, there is a large gap ($p < 0.05$). **Conclusion:** The application value of traditional Chinese medicine in the treatment of patients with insomnia is much higher than that of western medicine. It has high safety and is worthy of clinical promotion.

【Keywords】 Insomnia; Traditional Chinese Medicine Treatment; Western Medicine Treatment; Total Effective Rate of Treatment

前言

最近几年, 我国社会经济的发展突飞猛进, 民众在工作及生活中承受着越来越大的压力, 这种情况下, 失眠症患者人数在持续增加。在过去一段时间内, 临床上多是通过西医手段对失眠症患者进行治疗, 通过睡眠诱

导剂或是镇静催眠药物来缓解患者的症状, 并取得了一些成绩。但是值得注意的是, 西药治疗的副作用明显, 患者对药物存在依赖性。当前形势下, 中医治疗在失眠症患者治疗中的应用受到了较高的关注。因此, 笔者在本文中比较分析了西医治疗及中医治疗在失眠症患者

治疗中的表现,以期能够帮助医护人员优化调整后失眠症治疗方案。参与2020年3月至2022年3月期间实验的失眠症患者人数为84例,详细情况如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次实验将2020年3月至2022年3月期间本院就诊的84例失眠症患者作为实验对象。本次实验所选研究对象均符合《中医病症诊断疗效标准》相关要求。本院伦理委员会充分知晓本次实验可能导致的严重后果,并许可研究人员继续开展本次实验。研究人员在确定本次实验研究对象时应向患者及其亲属详细讲解本次实验的目的、潜在风险、详细流程、具体内容,并在征得患者及其亲属同意后开展本次实验。本次实验过程中退出或是死亡的患者相关数据均排除在实验结果之外。丧失自主意识、存在精神障碍或是智力缺陷、患有其他严重疾病、肝肾功能不全的患者不得参与本次实验。两组失眠症患者基础信息相关数据比较分析不存在突出的差距,资料可以用于比较, ($p>0.05$)^[1]。两组失眠症患者基础信息见表1。

1.2 方法

对照组所选42例患者实施西医治疗,实验组所选42例患者实施中医治疗,护理人员应对两组患者实施相同标准的护理。在西医治疗过程中,医生应要求患者服用舒乐安定片,服用时间为睡前,剂量为两片。在中医治疗过程中,医护人员应坚持辨证施治,通过不同的治疗方案对患者进行治疗,保证治疗方案的针对性和科学性,优化治疗效果。中医将失眠症分为气滞血瘀型、痰热内扰型、肝郁化火型、阴虚火旺型、心脾两虚型,不同类型失眠症的临床表现存在着一些差异,治疗原则也不相同。气滞血瘀型失眠症患者脉沉涩,舌边瘀斑,存在胸闷憋气、失眠多梦等症状,应利用生地、茯神、五味子、香附、甘草、牛膝、酸枣仁进行治疗,以此实现理气活血、安神定志的目的;痰热内扰型患者脉滑,舌红苔黄腻,存在大便不爽、心烦口苦、头晕目眩的症状,应利用黄连温胆汤进行治疗,依旧患者实际情况加减药物,以此实现宁心安神、和胃化痰的目的;肝郁化火型患者脉弦虚数,舌质红且苔白黄,表现出小便黄、

烦躁易怒、口干口苦、头痛目涩的症状,应借助丹栀逍遥散方治疗,并适当加减药物,以此实现安神宁心、疏肝泻火的目的;阴虚火旺型患者脉象细数,舌红少津且少苔,典型症状为腰酸腿软、头晕耳鸣,应利用柏地黄汤加味治疗,以此实现滋阴降火、养心安神的目的。心脾两虚型患者脉细弱,舌质淡且苔薄白,表现出失眠多梦、心悸健忘、头晕目眩的症状,应利用归脾汤进行治疗,并依旧患者实际情况加减药物,以此实现益气养心安神的目的。

1.3 判断标准

记录对照组及实验组所选患者治疗总有效率、不良反应出现情况,并加以分析比较。本次实验中,研究人员将所选患者治疗效果分为治疗效果较好(失眠症状基本消失)、治疗效果一般(失眠症状明显减轻)及治疗效果较差(失眠症状无明显变化或是加重)三种情况,治疗总有效率计算公式为治疗效果较好及治疗效果一般的人数之和占组内所选患者总人数的比例乘以百分比。

1.4 统计学处理

治疗总有效率、不良反应出现情况相关数据均通过计算机软件SPSS23.0进行分析处理,治疗总有效率、不良反应出现概率借助百分比加以指代,标准差(±)用于指代本次实验中涉及的计量资料,对应数据的检验依靠 χ^2 及t。组间相关数据比较分析存在着较大的差异,则统计学意义显著, ($P<0.05$)^[2]。

2 结果

2.1 两组患者治疗效果

对照组所选42例患者中治疗效果较好及治疗效果一般的人数为36人,占组内所选患者总人数的比例为85.71%,实验组所选患者中对应人数为40人,占比为95.24%,比较分析组间治疗总有效率相关数据,差异较大, ($p<0.05$)。详细情况见表2。

2.2 两组患者不良反应出现情况

对照组所选42例患者中出现不良反应的人数为1人,占比为2.38%,实验组无患者出现不良反应,占比为0.00%,相关数据加以比较,有着较大的差距, ($p<0.05$)。

表1 两组失眠症患者基础信息

组别	人数(n)	患病时间(个月)	年龄段(岁)	均值年龄(岁)	男女人数(例)
对照组	42	1-42	16-80	54.1±6.3	22/20
实验组	42	1-43	18-80	54.4±6.2	23/19

表 2 两组患者治疗效果

组别	人数 (n)	效果较好 (n)	效果一般 (n)	效果较差 (n)	治疗总有效率 (%)
对照组	42	16	20	6	85.71
实验组	42	22	18	2	95.24
χ^2 值	-	-	-	-	6.034
P 值	-	-	-	-	p<0.05

3 讨论

中医认为胃中不和、内伤心脾、心肾不交、阴虚火旺、思虑劳倦是导致失眠症的主要原因,主张在心肾不交、肝脾不和、痰火扰心三种类型的失眠症患者治疗过程中分别坚持联通心神,滋水清心原则、疏肝健脾,和胃安神原则、镇静安神,去热清痰原则,以此保证治疗的效果。中医治疗与西医治疗之间存在着明显的差异,有效克服了西医治疗的不足,在失眠症患者治疗中的应用效果更加优异,能够更好地改善患者的睡眠^[3]。分析本次实验,对照组及实验组所选患者治疗总有效率、不良反应出现概率相关数据比较分析,均有着较大的差距, ($p<0.05$)。实验结果显示,中医治疗在失眠症患者治疗中应用效果理想,其有着较高的安全性和临床推广价值。

本次实验表明,中医治疗在优化失眠症治疗效果、规避不良反应出现方面成绩较为突出。

参考文献

- [1] 杨佳瑞. 中医辩证论治失眠症的临床治疗体会[J]. 2020.
- [2] 潘娟娟. 探讨中西医结合治疗失眠症的临床疗效[J]. 世界最新医学信息文摘, 2020(38):2.
- [3] 唐风祥, 叶进. 穴位贴敷疗法用于失眠症治疗中的效果及机制探讨[J]. 中国医药科学, 2020, 10(3):3.
- [4] 曹庆喜, 王伟华. 中医治疗失眠症的研究进展[J]. 医药, 2022(3).
- [5] 何艳华. 中医治疗失眠症的疗效及安全性的研究[J]. 中国社区医师, 2014, 000(017):83-83.
- [6] 熊桂华, 张展. 中医治疗失眠症的研究进展[J]. 中国医药科学, 2016.
- [7] 刘华, 翟汝平. 中医治疗失眠症的临床研究进展[J]. 中国保健营养, 2017(2).
- [8] 范魏伟, 陆素琴. 近年来中医治疗失眠症(不寐症)的研究进展[J]. 2021.

- [9] 冯世霞. 中医治疗失眠症的临床效果分析[J]. 人人健康, 2020, No.519(10):128-128.
- [10] 刘立伟. 中医治疗失眠症的临床疗效观察[J]. 家庭医药 2019 年 5 期, 156 页, 2019.
- [11] 张思燮. 中医治疗失眠症的临床效果观察[J]. 临床合理用药杂志, 2019, 12(8):2.
- [12] 刘立伟. 中医治疗失眠症的临床疗效观察[J]. 家庭医药, 2019, 000(005):156.
- [13] 罗江萍. 中医治疗失眠症的疗效及安全性的研究[J]. 中国保健营养, 2016, 26(033):41-41.
- [14] 汪娅蓓. 中医治疗失眠症的研究进展[J]. 内蒙古中医药, 2017, 36(13):2.
- [15] 晁宇翔, 王福民, 徐鹏程, 等. 中医治疗失眠症的研究进展[J]. 东方食疗与保健, 2016, 000(009):231-231.
- [16] 赵德明. 浅谈中医治疗失眠症的优势[J]. 医学美容: 中旬刊, 2014, 23(4):1.
- [17] 赵婷婷, 魏巍, 张慧杰. 近年来中医治疗失眠症的研究进展[J]. 科学大众: 科学教育, 2015(9):1.
- [18] 范魏伟, 陆素琴. 近年来中医治疗失眠症(不寐症)的研究进展[J]. 东方药膳 2021 年 14 期, 298 页, 2021.

收稿日期: 2022 年 3 月 28 日

出版日期: 2022 年 6 月 30 日

引用本文: 郭亚萍, 探讨中医治疗失眠症的临床效果及安全性[J]. 国际护理学研究, 2022, 4(2): 119-121
DOI: 10.12208/j.ijnr. 20220066

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。 <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS