

艾司唑仑与养血安神膏对失眠患者睡眠质量的影响分析

周春华 沈赛花 黄圣博*

启东市中医院，江苏省南通市启东市，226200；

摘要：老年高血压病伴心脾两虚型失眠是老年群体中常见的复杂性病症，对患者的生活质量和健康状况造成严重影响。本文以综述的形式，对艾司唑仑与养血安神膏在该病症治疗中的应用进行系统阐述。从两种药物的作用机制、临床应用特点、安全性以及在临床治疗中的优劣势等方面展开分析，旨在为临床治疗该病症提供更全面的参考，以促进个体化治疗方案的制定，提高治疗效果，保障患者用药安全。

关键词：艾司唑仑；养血安神膏；老年高血压病；心脾两虚型失眠

DOI：10.69979/3029-2808.25.02.050

1 引言

1.1 疾病背景

人口老龄化背景下，老年高血压病发病率居高不下，且常伴随睡眠障碍，其中以心脾两虚型失眠多见。中医认为，心脾两虚型失眠核心病机为气血不足、心脾两虚，脾胃虚弱致气血生化不足、心失所养，引发入睡困难、多梦易醒等症状。现代医学视角下，长期睡眠障碍通过影响神经内分泌、兴奋交感神经导致血压波动，而高血压又干扰脑血流灌注和睡眠结构，形成恶性循环，增加心脑血管事件风险。因此，治疗需兼顾血压控制与睡眠改善，以打破不良循环，提升患者生活质量与预后。

1.2 治疗现状

临幊上治疗老年高血压病伴心脾两虚型失眠，药物治疗为主，艾司唑仑与养血安神膏是常用药，分别代表中西医不同治疗思路。艾司唑仑属经典苯二氮草类镇静催眠药，因起效快、短期改善睡眠效果好而广泛应用，但长期使用的不良反应和局限性逐渐显现。养血安神膏是基于中医理论的中药制剂，配伍多种中药，具养血安神、健脾益气功效，在改善心脾两虚型失眠上有优势，不良反应较少，受青睐，但作用机制的现代阐释及临床应用规范化仍需完善。系统梳理比较二者，有助于医生更好选择药物，制定合理治疗方案。

2 艾司唑仑的临床应用

2.1 药理作用

艾司唑仑属于苯二氮草类药物，其作用机制主要是通过与中枢神经系统中的苯二氮草受体结合，增强 γ -

氨基丁酸（GABA）的抑制作用。GABA 是中枢神经系统中重要的抑制性神经递质，它与受体结合后可使氯离子通道开放，氯离子内流，导致神经细胞膜超极化，从而产生镇静、催眠、抗焦虑等作用。

在催眠方面，艾司唑仑能够缩短入睡潜伏期，减少觉醒次数，延长睡眠时间，加快入睡速度。但其对睡眠结构有一定影响，可能会减少深睡眠的比例，导致患者虽然睡眠时间延长，但睡眠质量并不理想，醒后仍可能感到疲倦。

2.2 临床应用特点

艾司唑仑在临幊上主要用于治疗各种失眠症，尤其适用于短期、急性失眠的治疗。对于老年高血压病伴心脾两虚型失眠患者，在血压相对稳定的情况下，短期内使用艾司唑仑可以快速改善睡眠状况，缓解患者的焦虑情绪。

然而，由于老年患者的生理机能下降，对药物的代谢和排泄能力减弱，使用艾司唑仑时需要特别注意剂量的调整，避免药物在体内蓄积导致不良反应的发生。同时，老年患者常合并多种疾病，服用多种药物，艾司唑仑与其他药物之间可能存在相互作用，临幊应用时需加以关注。

2.3 不良反应及注意事项

艾司唑仑的不良反应主要包括神经系统和消化系统方面的表现。神经系统方面，常见的有头晕、头痛、嗜睡、乏力、记忆力减退等，部分患者可能出现共济失调、震颤等症状。消化系统方面，可能会出现口干、食欲减退、便秘等情况。

长期使用艾司唑仑还可能导致药物依赖性和耐受性。药物依赖性包括生理依赖和心理依赖，一旦突然停药，患者可能会出现戒断症状，如烦躁不安、失眠加重、震颤、恶心、呕吐等。耐受性则是指随着用药时间的延长，需要不断增加药物剂量才能达到原来的治疗效果。

此外，艾司唑仑属于国家管制的精神药品，具有一定的成瘾性，临床使用必须严格遵守相关规定，由医生根据患者的具体情况开具处方，并严格控制用药剂量和疗程。对于老年高血压病患者，使用过程中还需密切监测血压变化，避免因药物导致血压波动过大。

3 养血安神膏的临床应用

3.1 中医理论基础

养血安神膏源于中医传统理论，其组方遵循中医辨证论治的原则，针对心脾两虚型失眠的病机特点而设。方中主要包含首乌藤、鸡血藤、熟地黄、茯苓、白术等中药。

首乌藤具有养血安神、祛风通络的功效，是治疗失眠的常用药物，能滋阴补血、宁心安神；鸡血藤可活血补血、调经止痛、舒筋活络，有助于改善气血运行；熟地黄能滋阴补血、益精填髓，为机体提供充足的阴血滋养；茯苓具有利水渗湿、健脾宁心的作用，可健脾益气，促进气血生化；白术能健脾益气、燥湿利水，增强脾胃的运化功能。

这些药物相互配伍，共奏养血安神、健脾益气之效，从根本上改善心脾两虚的状况，从而达到治疗失眠的目的，体现了中医“治病求本”的理念。

3.2 现代药理研究

随着现代药理学研究的不断深入，养血安神膏中各中药成分的作用机制逐渐被揭示。首乌藤中的有效成分具有镇静、催眠作用，能调节中枢神经系统的功能，延长睡眠时间，改善睡眠质量。鸡血藤中的化学成分具有扩张血管、改善血液循环的作用，有助于增加脑血流量，为脑组织提供充足的氧气和营养物质，从而改善神经功能。

熟地黄含有多种氨基酸、糖类等成分，具有抗氧化、增强免疫力、改善造血功能等作用，能滋养机体，改善气血不足的状况。茯苓中的茯苓多糖等成分具有调节免疫、镇静安神、保护胃肠道等作用，有助于维持机体的

内环境稳定。白术中的挥发油等成分具有促进胃肠蠕动、增强消化功能、调节免疫等作用，能改善脾胃功能，促进气血生化。

从现代药理角度来看，养血安神膏通过多成分、多靶点的作用方式，调节机体的多个系统功能，从而实现改善睡眠、调节身体状态的效果。

3.3 临床应用特点

养血安神膏在临幊上主要用于治疗心脾两虚型失眠，尤其适用于慢性失眠患者以及对西药镇静催眠药物不耐受或有顾虑的患者。对于老年高血压病伴心脾两虚型失眠患者，养血安神膏不仅能改善睡眠状况，还能在一定程度上调节患者的整体身体机能，改善心脾两虚的症状，如神疲乏力、食欲不振等。

与艾司唑仑相比，养血安神膏的起效相对较慢，但其作用持久且稳定，需要一定的疗程才能充分发挥疗效。在使用过程中，其剂量调整相对灵活，可根据患者的的具体病情和体质进行适当调整。

3.4 不良反应及注意事项

养血安神膏作为中药制剂，不良反应相对较少且轻微。部分患者在用药初期可能会出现轻微的胃肠道不适，如腹胀、恶心等，一般不影响继续用药，随着用药时间的延长，这些不适症状通常会自行缓解。

在使用养血安神膏时，需要注意辨证施治，只有明确为心脾两虚型失眠的患者使用才能取得较好的疗效。对于其他证型的失眠患者，如肝火扰心型、痰热内扰型等，使用养血安神膏可能效果不佳，甚至会加重病情。

此外，养血安神膏的成分较为复杂，对于过敏体质的患者，使用前需谨慎，密切观察是否有过敏反应发生。同时，在与其他药物联合使用时，也需要注意药物之间的相互作用，最好在医生的指导下使用。

4 艾司唑仑与养血安神膏的比较

4.1 疗效特点比较

在改善睡眠方面，艾司唑仑起效迅速，能在短期内快速缩短入睡时间、减少觉醒次数，对于急性失眠发作的患者效果显著。但其改善的主要是睡眠的量，对睡眠的质改善有限，患者可能会出现睡眠后仍感疲惫的情况。

养血安神膏起效相对较慢，但能从根本上调理患者的身体状况，改善心脾两虚的病机，不仅能延长睡眠时

间，还能提高睡眠质量，减少多梦、易醒等情况，使患者醒后精力充沛。同时，养血安神膏还能改善患者的整体身体状况，如缓解神疲乏力、提高食欲等，这对于老年高血压病患者的整体健康维护更为有利。

在对血压的影响方面，艾司唑仑对血压的影响较为复杂，短期内可能因镇静作用使血压有一定程度的下降，但长期使用可能会导致血压波动。而养血安神膏中的多种中药成分具有一定的调节血压作用，能在改善睡眠的同时，辅助稳定血压，对于老年高血压病患者更为适宜。

4.2 安全性比较

艾司唑仑的不良反应相对较多，且存在药物依赖性和成瘾性的风险，长期使用的安全性受到一定限制，尤其对于老年患者，其身体机能下降，对药物的耐受性较差，不良反应的发生风险更高。

养血安神膏的不良反应较少且轻微，无明显的依赖性和成瘾性，长期使用的安全性较高，更适合老年患者长期调理身体、改善睡眠。

4.3 适用人群比较

艾司唑仑适用于短期、急性失眠患者，尤其是那些需要快速改善睡眠状况以应对紧急情况的患者。但对于有药物依赖史、肝肾功能不全、呼吸功能不全等患者应慎用。

养血安神膏适用于心脾两虚型慢性失眠患者，特别是老年患者、对西药耐受性差或担心西药不良反应的患者。但对于非心脾两虚型失眠患者，其疗效不佳，不建议使用。

5 临床治疗策略探讨

5.1 个体化治疗方案

由于老年高血压病伴心脾两虚型失眠患者的病情复杂多样，个体差异较大，因此在治疗过程中应强调个体化治疗。临床医生应根据患者的具体情况，如失眠的严重程度、病程长短、血压控制情况、身体状况、对药物的耐受性等，制定个性化的治疗方案。

对于急性失眠发作、症状较为严重的患者，可短期使用艾司唑仑快速改善睡眠，待睡眠状况稳定后，逐渐过渡到养血安神膏进行长期调理。对于慢性失眠患者，若辨证为心脾两虚型，可优先选用养血安神膏进行治疗，以达到标本兼治的效果。

5.2 综合治疗措施

药物治疗只是老年高血压病伴心脾两虚型失眠治疗的一部分，综合治疗措施同样重要。在药物治疗的同时，应结合生活方式干预，如指导患者养成良好的睡眠习惯，保持规律的作息时间，避免睡前饮用浓茶、咖啡等刺激性饮品；合理安排饮食，保持低盐低脂饮食，适当增加富含营养、易于消化的食物；鼓励患者进行适当的运动，如散步、太极拳等，有助于改善睡眠和血压状况。

此外，心理干预也不可或缺。老年患者常因疾病困扰而产生焦虑、抑郁等不良情绪，这些情绪会进一步加重失眠和高血压病情。临床医生应关注患者的心理状态，给予适当的心理疏导，帮助患者缓解不良情绪，树立战胜疾病的信心。

6 研究展望

尽管艾司唑仑和养血安神膏在老年高血压病伴心脾两虚型失眠的治疗中已得到广泛应用，但仍有许多问题有待进一步研究。

对于艾司唑仑，需要进一步研究其在老年患者中的长期使用安全性，探索更为合理的用药剂量和疗程，减少不良反应的发生。同时，研究其与其他降压药物、治疗其他疾病药物之间的相互作用，为临床合理用药提供更充分的依据。

对于养血安神膏，应加强其作用机制的现代科学研究，明确其有效成分和作用靶点，为其临床应用提供更坚实的理论基础。同时，开展更多高质量的临床研究，进一步验证其疗效和安全性，制定规范化的临床应用指南，提高其临床应用的科学性和合理性。

此外，未来还可以探索中西医结合治疗老年高血压病伴心脾两虚型失眠的新模式，将艾司唑仑和养血安神膏的优势结合起来，扬长避短，提高治疗效果，减少不良反应，为患者提供更好的治疗选择。

7 结论

艾司唑仑和养血安神膏在老年高血压病伴心脾两虚型失眠的治疗中各有特点。艾司唑仑起效快，能短期内改善睡眠，但存在不良反应较多、长期使用有依赖性等局限；养血安神膏起效相对较慢，但能从整体上调理患者身体，改善心脾两虚状况，提高睡眠质量，且安全

性较高，适合长期使用。

在临床治疗中，应根据患者的具体情况，综合考虑两种药物的优缺点，制定个体化的治疗方案，并结合生活方式干预和心理干预等综合措施，以达到最佳的治疗效果，提高患者的生活质量，改善预后。同时，还需要进一步加强对两种药物的研究，为临床应用提供更充分的科学依据。

参考文献

- [1] 石春明, 孙楠, SHICunming, 等。芪枣安神汤对心脾两虚型失眠症患者睡眠质量的影响[J]. 中国医药导报, 2016, 13(30): 4. DOI: CNKI:SUN:YYCY. 0. 2016-30-039.
- [2] 贾海波, 王春葳, 石健, 等。自拟安神养血汤联用艾司唑仑治疗心脾两虚型失眠疗效及对心率变异性的影响[J]. 辽宁中医杂志, 2021. DOI: 10. 13192/j. issn. 1000-1719. 2021. 07. 034.
- [3] 贾海波, 王春葳, 辛红, 等。加味安神养血汤联合

艾司唑仑对心脾两虚型亚健康失眠症患者睡眠质量的影响[J]. 辽宁中医杂志, 2021, 48(6): 5. DOI: 10. 13192/j. issn. 1000-1719. 2021. 06. 040.

[4] 中华中医药学会。中医内科常见病诊疗指南·中医病证部分[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2008.

[5] 王吉耀。内科学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2013.

[6] 陈新谦, 金有豫, 汤光。新编药物学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2018.

基金项目：南通市卫健委基金“艾司唑仑联合养血安神膏干预老年高血压病患者心脾两虚型失眠的效果分析”（MS 2023124）

第一作者：周春华，男，47，启东市中医院院长室，副院长，副主任中药师。

第二作者：沈赛花，江苏省启东市中医院药剂科，江苏启东。

通讯作者：黄圣博，男，37，启东市中医院药剂科，药剂科主任助理，主管药师。