

中医药治疗小儿夜啼的临床研究进展

满俊铭^{1*}, 张 伟^{2#}

¹黑龙江中医药大学研究生院, 黑龙江 哈尔滨

²黑龙江中医药大学附属第一医院, 儿科一科, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2024年5月17日; 录用日期: 2024年6月11日; 发布日期: 2024年6月19日

摘 要

夜啼是婴幼儿多发疾病, 若未引起家长重视, 可能会造成婴幼儿昼夜颠倒, 进而影响其生长发育。小儿夜啼病位主要在心、脾, 其次为肝、肾、脾、胆, 寒、惊、热为本病的主要病因病机。本文总结了近年中医药治疗小儿夜啼的相关研究, 临床辨证分型包括脾寒气滞、心经积热、惊恐伤神、脾虚肝郁、胆气受损、肾脏虚损; 外治方法主要包括穴位贴敷、针灸、推拿, 并分析了中医药治疗小儿夜啼的不足与展望, 为小儿夜啼的临床治疗提供一定参考依据。

关键词

夜啼, 睡眠障碍, 绞痛, 中医药, 研究进展

Clinical Research Progress of Traditional Chinese Medicine in Treating Nocturnal Crying Pediatric Patients

Junming Man^{1*}, Wei Zhang^{2#}

¹Graduate School, Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

²Department of Pediatrics (I), The First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

Received: May 17th, 2024; accepted: Jun. 11th, 2024; published: Jun. 19th, 2024

Abstract

Nocturnal crying is a common disease of infants and young children. If it is not paid attention to by

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 满俊铭, 张伟. 中医药治疗小儿夜啼的临床研究进展[J]. 临床医学进展, 2024, 14(6): 484-489.

DOI: 10.12677/acm.2024.1461799

parents, it may cause the day and night reversal of infants and young children, and then affect their growth and development. The main causes of children's nocturnal crying were heart and spleen, followed by liver, kidney, spleen and gallbladder. Cold, fright and heat were the main etiology and pathogenesis of the disease. This paper summarizes the relevant research on the treatment of children crying at night by traditional Chinese medicine in recent years. The clinical syndrome differentiation includes spleen cold qi stagnation, heat accumulation of heart channels, panic and nervous disturbance, spleen deficiency and stagnation of liver qi, deficiency of gallbladder qi, and kidney deficiency. External treatment methods mainly include acupoint application, acupuncture and massage, and analyze the shortcomings and prospects of traditional Chinese medicine in the treatment of children's night crying, and provide a certain reference for the clinical treatment of children's night crying.

Keywords

Nocturnal Crying, Sleep Disorder, Colic, Traditional Chinese Medicine, Clinical Research Progress

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

夜啼多见于婴儿及新生儿,是指婴幼儿入夜啼哭不安,时哭时止或定时哭闹,甚至通宵达旦,但白天如常的一种病证。在现代医学中常被称为“睡眠障碍”、“绞痛”[1]。有时婴幼儿出现啼哭是其常见的一种本能反应,意在表达其需求及疼痛[2]。如饥饿、惊恐、尿布潮湿、睡姿不适、室内温度过低或过高时都会啼哭,此时的啼哭多声响有力,若及时喂以乳食、更换干燥清洁的尿布、调节室内温度或衣被薄厚、抚背安慰等,啼哭可以很快停止,这属于生理性啼哭而非病态。若将不适因素一一纠正,婴幼儿仍啼哭不止,甚至出现白天睡眠时间较长而夜间哭闹,则需尽早纠正其生活规律,以免影响婴幼儿的生长发育[3],尽早发现可以防止包括易怒、多动等不良行为问题的发生[4]。

2. 中医对小儿夜啼的认识

在排除中枢神经系统疾病、腹痛、感染、损伤等疾病因素的情况下,中医药治疗小儿夜啼具有良好的临床疗效。早在中国古代就有关于小儿夜啼病因病机的论述。如《灵枢·大惑论》云:“卫气不得入于阴,长留于阳……不得入于阴,则阴气虚,故目不瞑矣。”强调了营卫失和,运行失序,便会引起睡眠障碍,导致小儿出现夜啼。《活幼心书》云:“夜啼者,有惊热夜啼,有心热夜啼,有寒疝夜啼,有误触神祇夜啼。”现代中医认为,小儿夜啼的发生可以分为先天因素和后天因素两方面。先天因素责之于孕母素体虚寒或孕母性情急躁,遗患于胎儿;后天因素主要责之于后天护理、喂养不当。由于小儿“脏腑娇嫩,行气未充”的生理特点,脾胃功能尚未健旺,若护理不当寒伤中阳,凝滞气机,不通则痛,因痛而啼[5]。小儿心气未充、肾脏虚损,若乍见异物,突闻怪声,易受惊吓,受惊则警惕不安,发为夜啼。若孕母嗜食燥热辛辣之物,导致胎稟于热,然心主火,见火则烦热内生,两阳相搏,上扰神明,心神不安而啼哭;小儿脾胃虚弱,运化不及,积滞日久生痰,痰邪内扰,发为夜啼[6]。

3. 现代医学对小儿夜啼的认识

夜啼是中医的传统术语,在现代医学中常被称为睡眠障碍或绞痛。《国际睡眠障碍分类》(ICSD-3)

中将睡眠障碍分为昼夜节律睡眠-觉醒异常、失眠障碍等 8 种类型。在 1945 年的 Wessel 标准中, 绞痛被定义为“每天哭闹超过 3 小时, 一周中超过 3 天”[7], 在 2006 年的新 Rome IV 中, 绞痛被定义为“无明显诱因且无法预防或解决的反复和长时间的婴幼儿哭闹或烦躁”[8]。绞痛这个词过分指向肠绞痛, 但没有证据表明婴幼儿的不适来源于肠道, 故将这些理论大致分为胃肠道原因和非胃肠道原因[2]。非胃肠道原因包括孕母的压力和焦虑、亲子互动不足、血清素水平升高、中枢神经系统不成熟和早期偏头痛; 肠绞痛原因包括发育性乳糖不耐症、肠道微生物改变、产气过多、肠神经系统不成熟、胃动素受体增加或牛奶蛋白过敏[9]。现广泛审查的病因学与胃肠道原因有关, 包括婴儿早期乳糖酶缺乏和肠道微生物改变。主要治疗是首先排除病理性因素, 其次是对父母进行咨询和安抚。其他可用但不常用的治疗选择是补充乳糖酶、使用益生菌等。

4. 中医内治法

4.1. 辨证论治

4.1.1. 脾寒气滞, 气机壅滞

脾寒气滞是导致夜啼的常见病因。由于孕母素体虚寒, 恣食生冷, 胎禀不足, 脾寒内生, 或因护理不当, 食用冷乳, 使腹部受寒。又小儿为稚阴稚阳之体, 五脏属阴, 脾为至阴, 喜温而恶寒。夜属阴, 若脾经虚寒, 又或寒邪直中于脾, 入夜则脾之阴寒加重, 或因寒冷凝滞, 气机不利, 或寒凝阳郁, 阳不能入阴, 而致夜啼[10]。赵丽娜等[11]采用中西医结合治疗方法, 让患儿在口服钙剂及维生素 D 基础上, 给予温脾汤及乌药散加减, 起到行气止痛, 温脾散寒之功效。结果显示治疗总有效率 93.55%, 且具有较高的安全性。常克教授[12]认为小儿腹部中寒, 夜半为阴, 与冷相搏, 脾寒愈盛, 导致寒凝气滞, 不通而痛, 故在治疗时应用温中行气之法, 方用小建中汤合益黄散加减, 共奏温中止痛, 行气散寒之效。

4.1.2. 心经积热, 上扰心神

母亲在孕期心情急躁, 或恣食香燥辛辣之物, 或服用过多温补药物, 使积蓄之热遗于胎儿; 又或是胎儿出生后爱护过度, 将养过温, 受火热之气熏灼, 均可使其体内积热。又小儿本为纯阳之体, 火伏热郁, 心在五行属火, 火属阳, 白天阳气浮越于外, 积热得以宣发, 至夜阴气盛而阳气不能入阴, 心阳不潜, 心神不安, 故而啼哭不止, 烦躁不寐[13]。杨佳等[14]认为小儿为纯阳之体, 新陈代谢速度较快, 体温较成人偏高, 患病后易于热化, 心热则心神不安, 发为此病。故在治疗时予以导赤散化裁, 命名为导赤温胆汤。方用导赤散加通草、灯芯草, 增强清心除烦之功, 又加以茯苓、陈皮等健脾和胃之品, 胃和则卧安, 小儿用药后症状改善, 睡眠质量提高, 治疗总有效率为 95%, 且未见明显不良反应。

4.1.3. 惊恐伤神, 心神不安

小儿心智尚未发育完全, 心藏神而主惊, 小儿心神怯懦, 神志未充, 若猝然受异常之物惊吓, 或突闻巨大或特异声响, 或骤然扑倒等外界刺激, 导致心神被扰, 暴受惊恐, 惊易伤神, 恐易伤志, 入夜更致虚神不安, 神志不宁, 故见睡梦中突然惊醒, 啼哭不止[10]。治以定惊安神, 补气养血。张金虎[15]认为小儿为稚阴稚阳之体, 神气怯懦, 阴阳容易失衡, 故而阴阳失衡、神气怯懦为夜啼内因, 骤受惊恐为夜啼的外因, 在治疗时运用柴胡加龙骨牡蛎汤化裁, 使阴阳调和, 三焦通利, 神明得安。

4.1.4. 肝郁脾虚, 心神不宁

梁俊杰等[16]在临床工作中发现门诊就诊小儿以“肝常有余”“脾常不足”尤为多见。小儿在家中多受溺爱, 所欲稍有不遂, 情绪失于调和, 则肝气逆乱, 肝郁气结。又小儿脾常不足, 运化功能尚不完善, 遂易导致脾虚肝郁同时出现, 若肝郁太过, 则郁而化热, 热扰心神, 心神不宁发为夜啼。除了具有夜啼主症之外, 常兼见易怒、坐立不安、腹胀、纳少等表现, 故在治疗时当重视肝脾同治, 以健脾益气、疏

肝解郁为治疗核心, 用药平和, 平肝补脾。

4.1.5. 胆气受损, 易受惊恐

冯海音等[17]认为小儿夜啼病位非独在心、肝, 在治疗时也可从胆论治。《太平圣惠方》中记载“胆虚者不得睡”。胆属少阳, 少阳为枢, 是运转全身气机的枢纽, 若胆气本虚, 或骤受惊恐, 导致枢机不利, 营卫之气升降出入异常, 营阴卫阳难以顺接, 神气浮越, 则难以入睡。又肝胆互为表里, 故胆病也多可波及到肝。在治疗时因顾及胆气受损, 多采用温胆化痰法。此“温”非指温凉, 而是治疗时以温和为要, 方用温胆汤化裁(半夏、生姜、竹茹、橘皮、枳实、茯苓、甘草、大枣), 用药温和, 达到清痰热畅气机的治疗目的。

4.1.6. 肾脏虚损, 肾不藏志

刘楠萍等[18]认为肾为先天之本, 主藏志, 与魂、神、魄、意密切关联, 主导着神志及五脏的生理功能, 与小儿的生长发育密不可分。先天之精来自父母, 后天之精来自脾胃运化水谷的充养, 若先天禀赋不足, 又或后天失养, 肾脏虚损, 则髓海不充, 难以主导精神活动及五脏的生理功能, 易被外邪侵袭, 使脏腑功能失调, 神志不安, 发为夜啼。故在治疗时以补肾壮志为核心, 兼以降火镇惊, 治以知柏地黄汤化裁以熟地为君补肾填精; 山茱萸与山药为臣固肾气益肾精; 后配伍泽泻、茯苓推陈留新。

5. 中医外治法

中医外治法种类较多, 针对小儿年龄较小、依从性差、服药困难等多方面因素, 穴位贴敷、针刺、推拿等中医外治法具有减轻小儿痛苦及不适的优点, 更易被小儿及家长接受[19]。

5.1. 穴位贴敷

穴位贴敷早在晋唐时期便广泛应用于临床。唐代孙思邈在《孙真人海上方》记载了应用贴敷治疗小儿夜啼的方法, 用“朱甲末儿”也就是肚脐贴, 并提出在“无病之时”用膏摩囟上及足心, 以避“寒心”等未病先治的方法。《黄帝内经》中有记载“肾, 出于涌泉”。涌泉为肾经经脉第一穴, 涌泉所生之气可灌注周身诸脉, 交通心肾, 调节脏腑功能, 达到安神的目的。矫承媛等[20]吴茱萸贴敷涌泉穴配合推拿治疗小儿夜啼心火积热型, 在减轻临床症状, 改善脏腑功能等方面, 有效率高达 100%, 疗效显著。中医认为“脐同百脉”, 神阙穴为任、冲、带三脉交汇之穴, 是中、下焦之枢纽, 在其施药, 可使药性循行周身, 达到治疗效果。李艳平等[21]应用小儿脐敷配合辨证论治的方法, 1) 脾虚型: 给予白芍、乌药、良姜、艾叶、香附; 2) 惊恐伤神型: 给予茯神、龙齿、党参、远志、菖蒲、生地、蝉蜕、当归、钩藤; 3) 心经积热型: 给予淡竹叶、生地、木通、黄连、甘草梢、山栀子。治疗小儿夜啼 61 例, 治疗有效率为 96.7%。

5.2. 针灸

针灸的安全性是公认的, 在专业医务人员的操作下, 针灸对儿童是安全的[22]。早在晋朝, 皇甫谧的《针灸甲乙经》便总结了晋朝以前的儿童针灸治疗经验, 纳入儿科疾病的针灸治疗方案。刘岩等[23]认为小儿易于将养过度, 常肆食肥甘厚味, 却脾胃虚弱, 运化不及, 食积日久, 易于化热, 火热上扰心神则发为夜惊。心包为心之外卫, 与心同出一脉, 其气相通, 又针刺井穴具有镇惊安神的作用, 故无论惊恐、食积、心热等实证、热证, 当针刺手厥阴经井穴(中冲穴)出血, 可泻火安神, 调和营卫气血, 使阴阳平衡, 睡眠得安。一般来说, 针灸穴位的选择、治疗频率等多有不同, 中冲穴位于中指指尖, 循手臂之中心路线, 一直上行至肩, 再迂曲进入心包。而井穴之处脉气充足, 循行如疾, 故最常选择的穴位是中冲穴。其次是足三里、神门、涌泉。治疗频率从 1 次治疗增加到每日 1 次, 持续 6 天[1]。

5.3. 推拿

小儿推拿以阴阳五行、脏腑经络等学说作为理论指导,运用各种手法刺激穴位,达到经络通畅、气血流通、镇惊安神、清热消滞的作用[24] [25]。在常规治疗的基础上加以推拿手法联合应用,能够达到缩短疗程,提高临床疗效的目的。付倩等[26]采用推拿联合中药热奄包法治疗脾虚中寒型小儿夜啼,推拿以温脾散寒、平衡阴阳、平肝宁心为治疗核心,同时联合中药包敷于中脘、神阙穴的热敷方法,以达到理气健脾、温通元阳的功效,临床有效率 95%,可以缓解啼哭、蜷卧等临床症状,提高患儿睡眠质量。王南田等[27]运用清运脾胃的推拿手法治疗食积内热型小儿夜啼,推拿手法以清泻为主,补运为次,在清运脾胃食积内热之余,亦重健脾,同时兼以清心安神,治疗总有效率为 94.12%,2 周后对治愈患儿进行随访,复发率为 11.11%。《针灸大成·小儿按摩经》记载:“小儿百脉,汇于一掌。”通过推拿手掌穴位,能够达到调节经络气血及脏腑功能的目的。黄承益等[28]运用小儿推拿五经穴的方法,取心肝二经,同清心肝,与捏脊法同用治疗小儿夜啼 110 例,能够有效缓解夜啼症状,提高患儿睡眠质量,有效率为 83.64%。李宏媛等[29]辨证与辩证结合施治,应用小儿推拿十四经穴与特定穴位相配合,治疗小儿夜啼 60 例,总有效率为 90%。其中脾虚气滞型有效率为 85%,心经积热型有效率为 90%,惊恐伤神型有效率为 95%,以上三个证型均取得了良好临床疗效。

6. 小结

夜啼为非器质性睡眠障碍,临床发病率逐年增长,若未经重视,长此以往易导致神经行为发育问题、注意力不集中、多动冲动等不良后果。在中医理论中,夜啼被病理化并归类为需要治疗的疾病。小儿夜啼涉及多个脏器,在治疗时当从清肝火、镇心神、健脾意、补肾志着手,与穴位贴敷、针灸、推拿等外治法相结合,辨证施治,具有一定的针对性,临床疗效显著。笔者系统回顾了中医药治疗小儿夜啼不同证型辨治方药及中医特色外治疗法的临床有效性,为医务人员临床治疗小儿夜啼提供参考。但中医药治疗小儿夜啼的潜在作用机制尚未明确,缺少多中心、大规模的临床实验研究,规范诊疗方案及临床疗效评价标准尚不统一,这些问题在今后的临床研究中值得进一步思考和探讨。

参考文献

- [1] Ang, L., Song, E., Lee, H.W., *et al.* (2021) Acupuncture Treatment for Nocturnal Crying in Pediatric Patients: A Systematic Review of Clinical Studies. *Frontiers in Pediatrics*, **9**, Article 647098. <https://doi.org/10.3389/fped.2021.647098>
- [2] Sarasu, J.M., Narang, M. and Shah, D. (2018) Infantile Colic: An Update. *Indian Pediatrics*, **55**, 979-987. <https://doi.org/10.1007/s13312-018-1423-0>
- [3] 汪蕾, 彭云, 樊惠兰. 小儿夜啼的中医诊治思路[J]. 中国临床医生杂志, 2018, 46(11): 1264-1266.
- [4] Carter, K.A., Hathaway, N.E. and Lettieri, C.F. (2014) Common Sleep Disorders in Children. *American Family Physician*, **89**, 368-377.
- [5] 马融, 主编. 中医儿科学新世纪[M]. 第 4 版. 北京: 中国中医药出版社, 2016.
- [6] 刘旭华, 姜永红. 《保婴撮要》小儿睡卧不安辨治特色探析[J]. 江苏中医药, 2023, 55(8): 64-67.
- [7] Wessel, M.A., Cobb, J.C., Jackson, E.B., *et al.* (1954) Paroxysmal Fussing in Infancy, Sometimes Called Colic. *Pediatrics*, **14**, 421-435. <https://doi.org/10.1542/peds.14.5.421>
- [8] Zeevenhooven, J., Koppen, I.J. and Benninga, M.A. (2017) The New Rome IV Criteria for Functional Gastrointestinal Disorders in Infants and Toddlers. *Pediatric Gastroenterology, Hepatology & Nutrition*, **20**, 1-13. <https://doi.org/10.5223/pghn.2017.20.1.1>
- [9] Mai, T., Fatheree, N.Y., Gleason, W., *et al.* (2018) Infantile Colic: New Insights into an Old Problem. *Gastroenterology Clinics of North America*, **47**, 829-844. <https://doi.org/10.1016/j.gtc.2018.07.008>
- [10] 张奇文, 朱锦善, 主编. 实用中医儿科学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2016.

- [11] 赵丽娜, 韩雪, 葛国岚, 黄琼, 刘志勇. 温脾汤联合乌药散治疗小儿夜啼脾虚中寒证疗效观察[J]. 辽宁中医杂志, 2023, 50(4): 118-121.
- [12] 易爽, 胡敏, 周思会. 常克教授从脾胃论治小儿睡眠障碍经验[J]. 中医儿科杂志, 2022, 18(1): 27-30.
- [13] 王莹, 孙丽平. 中医药治疗小儿夜啼心脾积热型经验分析[J]. 中国中西医结合儿科学, 2015, 7(5): 500-501.
- [14] 杨佳, 范亚丽. 导赤温胆汤加减治疗心经积热型小儿夜啼的效果及对睡眠相关指标的影响[J]. 中国医学创新, 2022, 19(33): 78-82.
- [15] 蔡爽, 张金虎. 张金虎主任医师治疗夜啼的经验[J]. 光明中医, 2013, 28(11): 2257-2258.
- [16] 梁俊杰, 胡小英. 浅析小儿夜惊症的肝脾同治[J]. 环球中医药, 2018, 11(8): 1288-1290.
- [17] 冯海音, 徐荣谦, 唐坤泉, 等. 从胆论治小儿睡惊症[J]. 中华中医药杂志, 2017, 32(2): 591-593.
- [18] 刘南萍, 徐荣谦. 从肾藏志辨治小儿睡惊症探析[J]. 山东中医药大学学报, 2022, 46(6): 720-723.
- [19] 高国鹏, 高树彬. 对儿童外治法的几点思考[J]. 中华中医药杂志, 2017, 32(2): 424-425.
- [20] 矫承媛, 张霞, 卞菊. 推拿配合涌泉穴贴敷治疗小儿心火积热型夜啼临床观察[J]. 辽宁中医药大学学报, 2016, 18(12): 184-187.
- [21] 李艳平, 李建平, 万宁宁, 范秋香. 辨证论治配合脐敷方治疗小儿夜啼 61 例[J]. 四川中医, 2010, 28(10): 99.
- [22] Adams, D., Cheng, F., Jou, H., *et al.* (2011) The Safety of Pediatric Acupuncture: A Systematic Review. *Pediatrics*, 128, e1575-e1587. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-1091>
- [23] 刘岩, 崔霞. 刺络放血法在儿科的应用[J]. 中医学报, 2020, 35(3): 539-542.
- [24] 李金虎. 推拿治病临床体会[J]. 陕西中医, 1993(9): 49.
- [25] 朱琳, 张珍珠, 左伟斌, 张慧, 陈红. 温中健脾类手法在小儿推拿中的应用[J]. 现代中医临床, 2016, 23(2): 53-55.
- [26] 付倩, 乔晓阳, 苏小霞, 钟振环, 苏庆伟. 小儿推拿疗法联合中药热奄包治疗小儿夜啼的疗效及对睡眠质量和生长发育的影响[J]. 现代生物医学进展, 2023, 23(10): 1993-1996.
- [27] 王南田, 刘希琳. 清运脾胃推拿法治疗小儿食积内热型夜啼的临床疗效观察[J]. 广州中医药大学学报, 2022, 39(12): 2864-2869.
- [28] 黄承益, 文岚, 刘丽, 等. 小儿推拿五经穴之心肝同清加捏脊法治疗夜惊夜啼临床研究[J]. 四川中医, 2022, 40(5): 185-188.
- [29] 李宏媛, 武扬, 赵保东. 中医推拿治疗小儿夜啼的临床疗效观察[J]. 中医药学报, 2019, 47(4): 91-93.