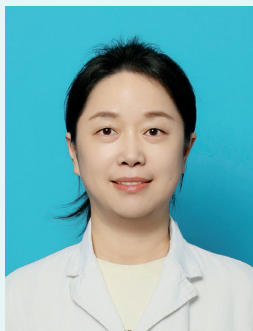




# 疏肝解郁的经典名方——柴胡疏肝散

文 / 北京老年医院 徐微



**徐微** 主管药师，执业药师，CMTM药师，内分泌科临床药师；中国中医科学院西苑医院临床中药师在培。主要从事医嘱审核，用药咨询，出院带药指导，药品调剂发放，中成药和中药注射剂住院医嘱点评工作。

在快节奏的现代社会，生活中的方方面面都在悄无声息地影响着我们的情绪，牵动着我们的喜怒。新闻里，因抑郁轻生的案例屡见不鲜，这警示我们：情绪不仅会干扰理智，还会严重损害身体健康。《黄帝内经·素问·举痛论》云：“余知百病生于气也，怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，寒则气收，炅则气泄，惊则气乱，劳则气耗，思则气结。”可见，情绪和人体气机变化是诸多疾病的根源。在中医理论里，怒伤肝——人在生气恼怒时，肝气容易郁结。

长期被忧郁、焦虑等不良情绪笼罩，肝脏的气机

运行就会受阻，进而郁结。这不仅会让经络中的气血运行不畅，引发胁肋疼痛、胸部憋闷，还会影响脾胃的运化功能，导致腹部胀满不适。在情绪方面，表现为心理调节能力下降，容易出现抑郁、烦躁的情绪。那么，有没有办法疏解忧郁、缓解焦虑呢？接下来，我们就来聊聊疏肝解郁的经典名方——柴胡疏肝散。

## 一、柴胡疏肝散的组方由来

柴胡疏肝散出自明代医家叶文龄的《医学统旨》，属于理气剂。该方以四逆散为基础，其中将枳实换成枳壳，并加入陈皮、香附、川芎，共同发挥疏肝行气、活血止痛的功效。作为疏肝理气的代表方剂，柴胡疏肝散主要治疗肝失疏泄、气郁血滞引发的胁肋疼痛、往来寒热等症。其组方由柴胡、川芎、香附、陈皮、枳壳、白芍、甘草这七味中药组成。

方中柴胡为君药，味苦，性平、微寒且无毒，是少阳经的表药。柴胡苦辛而入肝胆经，能疏肝解郁，升举阳气，调畅气机。

川芎味辛性温，能发散温通，主要作用于血分，行血中之气。《本草纲目》记载：“血中气药也。肝苦急，

以辛补之，故血虚者宜之。辛以散之，故气郁者宜之。”香附气味平和，香气浓郁能走窜，味辛可散、微苦能降、微甘能和，主要行散气分，又能行血中之气。《本草纲目》赞誉它为“气病之总司，女科之主帅也”。两药相合共为臣药，气血同调，散滞止痛，辅助柴胡增强疏肝解郁、行气止痛的效果。

陈皮与枳壳辅助君药理气行滞。陈皮性温，辛行苦降，可破气散结、理气行滞，主升；枳壳性微寒，味酸苦，善于行气消积、宽中除胀，主降。二者一升一降，调节人体气机升降，让气机有序运行。

白芍酸敛苦降，能养血柔肝，益阴止痛。它与柴胡一散一敛，升阳敛阴，养肝疏肝。《本草备要》提到：“补血，泻肝，涩敛阴。”“泻肝火，酸敛肝，肝以敛为泻，以散为补。”《本草衍义补遗》指出：“与川芎同用，则泻肝。”肝郁气滞或横逆犯胃时，常出现疼痛症状，所以方中甘草不可或缺。甘草能缓急止痛，与白芍配伍，酸甘化阴，柔肝止痛，可调和诸药，兼做使药。

## 二、组方加减与现代应用

柴胡疏肝散是在四逆散的基础上加味而成，疏肝解郁、行气止痛的功效得到了极大增强。《黄帝内经》主张“木郁达之”，治疗肝郁应以疏肝理气为主。柴胡疏肝散不仅能疏肝解郁，通过组方加减还能治疗其他病症。

### 1. 治疗肝郁引起的胁肋疼痛和胃脘痛

肝喜条达，主疏泄而藏血，其经脉分布在胁肋，循少腹。因此，柴胡疏肝散对肝郁气滞导致的胁肋疼痛效果显著，对肝失疏泄、气机阻滞、横逆犯胃引起的胃脘痛也有很好的缓解作用。现代药理研究发现，柴胡、枳壳能增强胃肠排空和小肠推动功能，白芍可解痉止痛，香附对肌紧张有舒缓作用。诸药合用，既可治疗功能性消化不良，又能缓解平滑肌痉挛引发的胃痛。若疼痛剧烈，可酌加当归、郁金、乌药增强行气活血之力；肝郁化火时，可加山栀、川楝子清热泻火。

### 2. 改善抑郁状态及睡眠质量

中医认为，抑郁症与肝脏关系密切，肝郁是抑郁症的主要病因，且以气郁居多，肝郁气滞是抑郁症常见证型。治疗应以理气和中、疏肝解郁为原则，柴胡疏肝散在这方面发挥着重要作用。另外，抑郁症患者常受负面情绪困扰，严重影响睡眠。对于失眠患者，可加炒枣

仁、远志，改善睡眠，缓解抑郁。

### 3. 改善乳腺增生、月经失调或痛经

乳腺增生的发病与肝郁气滞、冲任失调、痰瘀阻滞脉络有关，治疗需疏肝解郁、调摄冲任。研究表明，柴胡疏肝散加减联合他莫昔芬，能显著缓解乳腺增生患者乳房胀痛或窜痛、烦躁易怒、抑郁失眠、两胁胀满等症状。柴胡疏肝散调和气血，对气滞血瘀引起的月经不调、痛经也有不错的疗效。

### 4. 治疗冠心病心绞痛

中医将冠心病心绞痛归属于“胸痹”范畴，认为主要是饮食失节导致气血津液代谢失常，进而出现气滞血瘀的症状。柴胡疏肝散能疏肝解郁，调畅气机。研究显示，柴胡疏肝散加减联合西医常规疗法治疗冠心病心绞痛，可改善临床症状，加快患者康复。

### 5. 其他情况

柴胡疏肝散还可用于多种疾病的治疗。比如，用于肝失疏泄、脾虚不化、气行不畅引起的桥本甲状腺炎，或胃肠功能紊乱。还能与地黄饮子、脑脉利颗粒联合治疗帕金森病等。

## 三、服用须知

柴胡疏肝散组方安全，但药物芳香辛燥，容易耗气伤阴，不宜久服。若患者胁痛伴有口干、脉细数等肝阴不足症状，服用时需配伍养血滋阴药物。口干、血压高、舌红苔少、气虚、阴虚火旺者以及孕妇，应谨慎使用。服药期间，要避免食用辛辣刺激、生冷油腻的食物。行气药大多气味芳香，含挥发油，不宜久煎，以免降低药效。

### 温馨提示

日常生活中，积极调整情绪状态，保持规律作息，适量运动，健康饮食，避免熬夜，对调节情绪和改善肝气郁滞有很大帮助，能起到事半功倍的效果。

