대한한의진단학회지 제18권 제1호(2014년 4월)
The Journal of the Society of Korean Medicine Diagnostics. 2014; 18(1): 45-50
[증례보고 Case Report]

太陰調胃湯 加 大黃 장복 후 발생한 不眠 환자에 대한 四物湯加味方의 治驗 1例

김민정[1] · 서향연[2] · 이용양[3] · 박원환[1]*

1) 동국대학교 한의과대학 진단학교실 / 2) 힐링한의원 / 3) 동의보감한의원

Abstract

Clinical report of Samultang-gamibang with insomnia occurred after taking Taeeumjoyutang-ga-daehwang

Min-Jung Kim[1] · Hyang-Yeon Seo[2] · Yong-Yang Lee[3] · Won-Hwan Park[1]*

1) Department of Diagnostics, College of Korean Medicine, Dongguk University
2) Healing K.M.C.
3) Dongeuibogam K.M.C.

Objectives

This study was designed to report the effect of Samultang-gamibang(四物湯加味方) for insomnia caused by blood deficiency (syndrome) after excessive weight control treatment with herbal medication

Methods

This is a retrospective case report. We reviewed the patient's medical record after taking the patient's informed consent.

Results

After treatment, a patient feels calm and satisfaction emotionally as sleeping time has increased from 2hours to 6hours, the fatigue after sleeping has been reduced, and the quality of sleep has become better.

Conclusions

This case report suggests that Samultang-gamibang can be effective in improving sleep duration and quality if the patient suffers insomnia due to hyul-heo syndrome. Also the woman who have symptom of hyul-heo(血虛) after weight control through decreased food consumption, should bo-hyul(補血).

Key Words

insomnia, sleep disorder, hyul-heo(血虛), Samultang-gamibang(四物湯加味方)

* 교신저자 : 박원환 / 소속 : 동국대학교 한의과대학 진단학교실
Tel : 031-961-5833 / E-mail : diapwh@dongguk.ac.kr
투고일 : 2014년 3월 27일 수정일 : 2014년 4월 23일 게재확정일 : 2014년 4월 24일

Ⅰ. 緖論

불면증은 흔한 수면장애로 수면의 시작이나 유지가 어려워 충분한 수면을 취하지 못하거나, 충분한 양의 수면을 취한 후에도 원기 회복이 안 되는 상태이며, 대개는 피로감 증가, 무력감, 주의 집중력 감소를 동반 한다.[1)]

개인마다 필요로 하는 충분한 수면의 양은 차이가 있지만, 정상 성인의 2/3는 7~8.5시간 잠을 자고, 짧게 자는 사람은 4~5시간을 자고도 아무 불편 없이 잘 살고 있으며, 길게 자는 사람은 9~10시간을 자고도 잠이 부족하다고 느낀다. 이와 같은 개인차로 인하여 수면시간 절대량만으로는 불면증의 심각성을 나타내기는 어렵다. 중요한 것은 그 다음날 그 사람이 잘 쉬었다고 느끼는가의 여부이고, 낮 동안 지속적인 피로는 밤에 잠을 충분히 못자고 있는 것이라는 가능성을 추정하게 한다.[1)]

실제 불면을 진단 받은 환자의 5~36%가 불면을 주 호소증으로 하여 병원을 방문하지만, 27~55%는 기저질환으로 의료기관을 방문하여 진료하는 중에 불면을 진단받고 있다. 즉, 많은 이들이 불면에 대한 심각성을 인지하지 못하여 진단이나 치료를 적절한 시기에 받지 못하고 있다.[2)]

현재 불면증의 치료에 널리 처방되는 수면제는 단기간 사용하도록 권장하고 있으며 장기간 사용 시 효과에 대한 내성, 약에의 의존, 낮 시간에 인지기능 및 정신운동기능의 장애, 얕은 수면의 유발, 약물 중단 시 반동성 불면증 등이 초래된다. 따라서 불면증 환자의 치료 시 이러한 약물치료의 제한점을 보완하고자 한의학적 변증 론치를 시행하여 보다 좋은 효과를 나타낼 수 있다고 본다.[3)]

본 증례에서는 주소증이 發散過多로 인해 조장된 血虛로 인한 不眠으로, 장기간 다이어트 약으로 發散을 하여 血虛가 생겼으며, 이로 인해 隔이 되어 上熱下寒, 心悸, 煩燥 및 不眠이 생긴 것이다.

이에 四物湯加味方으로 補陰血하여 發散過多로 因한 不眠을 치료한 사례가 있어 보고하는 바이다.

Ⅱ. 證例

1. 기본 정보

1) 성별/나이

여 / 25세

2) 키/체중

163cm/46kg

2. 증상

1) 주소증

① 不眠
② 心悸, 煩燥
③ 便秘

2) 발병동기 및 발병일

3월 말부터 太陰人 太陰調胃湯 加 大黃을 90cc/포, 2포/day, 75일간 常服한 여성이 6월 21일부터 不眠症과 煩燥症이 심해지며, 便秘도 함께 호소하였다.

3) 과거력

특이소견 없음.

4) 가족력

특이소견 없음.

5) 현병력

상기 환자는 날씬한 체격의 만 25세 여성 환자로 최근 발병 3달 전부터 太陰人 太陰調胃湯 加 大黃을 사용한 다이어트를 통해 부분비만 치료에 만족하였다. 이후 최근에 들어 참기 힘들 정도로 잘 놀라며, 감정기복이 크고, 잠을 이룰 수가 없었다. 배에는 가스가 차고, 밤에 발이 시리고, 아침부터는 발이 화끈거렸다. 생리량도 감소하기 시작했으며, 없던 생리통이 심하게 발생하고 血塊가 생기며 냉이 증가했다. 차가운 우유를 먹으면 설사를 하였으며, 대변은 3일에 1회 본다고 하였다.

3. 변증

1) 한의학적 사진

① 望診 : 163cm, 46kg의 날씬한 체격, 붉은기의 얼굴, 예쁘고 예민하게 생김.
② 聞診 : 다소 날카로운 듯한 목소리
③ 問診 : 入眠難, 易覺醒, 食有味, 消和別無, 便秘, 喜冷水, 頻尿, 背痛, 心悸, 惡心, 面浮腫, 上熱下寒, 煩燥.
④ 切診 : 胸部拒按, 胸脇苦滿, 巨闕壓痛, 中脘壓痛, 神闕壓痛, 腹角大.

2) 변증

① 不眠, 不睡
② 鬱證(上熱下寒) : 入眠難, 易覺醒, 喜冷水, 頻尿, 心悸, 惡心, 面浮腫, 煩燥.
③ 陰血虛(眞水不足) : 食有味, 便秘.

4. 치료

1) 치료기간

20XX년 X월 X일 ~ 20XX년 X월 X일(15일)

2) 치료내용

① 처방 : 四物湯加味方
② 복용방법 : 10첩(30포), 90cc/포, 2포/day, 15일간 복용

Table 1. Herb Medicine (1첩 분량)

四物湯加味方	熟地黃	4g
	當歸	4g
	芍藥	4g
	川芎	4g
	柴胡	2g
	黃芩	2g
	梔子	2g

3) 임상경과

① 20XX년 X월 X일 1진

최근 들어 참기 힘들 정도로 잘 놀라며, 감정기복이 크고 잠을 이룰 수가 없다.

배에는 가스가 차고, 밤에 발이 시리고, 아침부터는 발이 화끈거린다.

생리량도 감소하기 시작하며, 생리통이 심하게 발생하고 혈괴가 생기며 냉이 증가했다.

차가운 우유를 먹으면 설사를 하며, 대변은 3일에 1회 정도이다.

② 1~15일 (四物湯加味方 복용)

③ 20XX년 X월 X일 2진

수면양호, 마음이 편안해지며, 손발이 따뜻해졌다.

배에 가스도 줄어들고, 대변도 편해졌다.

Ⅲ. 고찰

不眠은 정상적으로 쉽게 잠들지 못하거나, 혹은 잠들어도 쉽게 깨며, 깬 후에도 다시 잠들 수 없거나, 혹은 잠들어도 깊게 잠들지 못하고 때때로 깨었다 잠들었다 하며, 심하면 徹夜不眠하는 증상을 말한

다.[4]

不眠症은 3명중 1명이 한 해 동안 不眠을 경험하고, 6명중 1명이 심각한 不眠을 경험하며, 12명중 1명은 만성적인 不眠을 가진다고 보고될 정도로 매우 높은 유병률을 보인다. 남성보다 여성에게서 높게 나타나며, 젊은이보다 노인에게서 높게 나타나고, 높은 집단보다 낮은 사회경제적 집단에게서 높게 나타난다. 충분한 수면의 시간은 개인에 따라 많은 차이가 있으므로 不眠症에서 가장 중요한 것은 다음날 그 사람이 잘 쉬었다고 느끼는가의 여부이다. 낮 동안 계속해서 피곤하게 느껴지는 사람은 밤에 잠을 충분히 못자고 있는 것이라 할 수 있다.[5]

不眠症을 유병 시간에 따라 분류해보면 일과성(transient), 단기(short-term) 및 장기(long-term) 혹은 지속성(persistent) 不眠症으로 구분한다. 일과성은 不眠症이 대개 수일간 지속되는 경우를 말하며 교대근무나 시차여행 등과 같은 생물학적 리듬의 장애와 연관된 경우와 갑작스런 질병이나 입원 혹은 일시적 스트레스 등과 연관된 경우가 많다. 短期 不眠症은 기간이 1~3주 정도 지속되는 경우를 말하는데, 대개 비교적 심각한 질병이나 지속적 스트레스와 연관된 경우가 많다. 이 두 경우는 임상적으로 흔히 말하는 不眠症의 범주에는 속하지 않는다. 3주 이상 증상이 지속될 경우 長期 不眠症으로 진단하며, 이 경우에 한하여 임상적인 不眠症으로 진단하고 치료를 시행하게 된다.[6]

韓醫學에서는 不寐, 不睡, 失眠, 不得臥, 不得眠, 臥不安, 不得安寢 등으로 표현되고 있으며 <內經>[7]에서 "目不冥", "不得臥" "不能眠", "臥不安", "寤" 등의 용어로 기록하고 있으며 <難經>[8]에서는 "不寐", <外臺秘要>[9]에서는 "不眠", <聖濟總錄>[10]에서는 "少寐"라고 하였다. 본 논문에서는 不眠으로 통일하여 취급하였다.

不眠과 함께 나타난 동반증상으로는 頭痛, 頭不淸, 心悸怔忡, 胸悶, 口乾, 上熱, 消化不良, 食慾不振, 不安, 眩暈, 便秘, 疲勞, 健忘 및 記憶障礙, 身體痛症, 頻尿, 寒熱往來, 易驚, 泄瀉 순으로 나타났다. 남녀 공통적으로 높게 나타나는 증상은 頭痛, 頭不淸, 心悸怔忡, 胸悶이 있었고, 남자 환자군에 있어서는 食慾不振, 消化不良 등 脾胃와 관련된 증상이 많이 나타나고, 여자 환자군은 口乾, 上熱 등이 많이 나타난다.[11]

不眠의 원인으로는 <靈樞 大惑論>[7]에서 "病而不得臥者 …… 故目不瞑矣"라 하여 衛氣不得入於陰으로 보았고, <素問 逆調論>[7]에서는 "陽明者 胃脉也. …… 胃不和則臥不安"이라하여 胃不和를 병기로 보았다. 일반적으로 不眠의 병리는 思結不睡, 營血不足, 陰虛內熱, 心膽虛怯, 痰涎鬱結, 胃不和 등으로 원인을 분류하여 補益心脾, 補血安神, 滋陰淸火, 養心溫膽, 祛痰淸神, 消滯和中하는 치법을 쓰고 주로 歸脾湯, 補血安神湯, 天王補心丹, 加味溫膽湯, 加味逍遙散, 祛痰淸神湯, 香砂養胃湯, 分心氣飮 등의 처방이 그동안 不眠의 상용처방으로 많이 활용되어 왔다.[12]

이 證例의 患者는 발병 3달 전부터 太陰人 太陰調胃湯 加 大黃을 사용한 다이어트를 통해 부분비만 치료에 효과를 보았다. 다이어트 자체가 陰血을 마르게 함으로써 체중과 부피를 줄이는 과정이다 보니 환자에게도 陰血不足의 증상이 나타나기 시작하였다. 이는 약물로 인해 조장된 不眠으로 다이어트약 복용 시작 후부터 시작된 不眠症이 처음에는 경미하다가 3개월 뒤인 6월 21일부터 심해지기 시작하였다. 장기간의 不眠으로 인한 생활의 불편함을 느끼므로 不眠症 치료의 대상이 될 것이다. 內院時 주소증인 不眠 이외에 感情起伏이 크고 心悸, 煩燥, 便秘, 頻尿 등의 증상을 호소하였다. 入眠難, 易覺醒, 喜冷水, 頻尿, 心悸, 惡心, 面浮腫, 感情起伏 등의 鬱證(上熱, 胸部熱證)이 있으며, 食有味, 便秘, 煩燥 등의 陰血虛證(眞水不足證)이 있었다. 以上을 근거로 陰血虛와 鬱(上熱, 胸部熱)이 겸해

진 것으로 辨證하여 補血과 淸熱을 겸하여 치료하는 처방을 사용하고자 하였으며, 그 근거를 <東醫寶鑑>[13]의 條文에서 찾고자 하였다.

不眠의 경우, [內景篇 夢門]을 보면 '虛煩者心胸煩優而不寧也. 內經曰陰虛則內熱今之虛煩多是陰虛生內熱所致是故傷寒吐下後及癨亂吐瀉後津液枯竭多有虛煩之證<醫鑑>'[13]이라하여, 虛煩으로 잠을 자지 못하는 것[陰虛不睡]에 대해 虛煩이란 가슴속이 답답하고 편안치 않은 것이다. 『내경』에 "陰이 虛하면 속이 熱하다"고 하였다. 虛煩은 흔히 陰이 虛하고 속에 熱이 나기 때문에 생긴다. 그러므로 傷寒으로 토하고 설사한 다음이나 癨亂으로 토하고 설사한 다음에는 津液이 부족해져서 흔히 虛煩證이 생긴다[의감]라 하며 '陰虛不睡'에 대하여 언급하였다.

心悸의 경우, [內景篇 神門]을 보면 '大槪屬血虛與痰瘦人多是血虛肥人多是痰飮'[13]이라 하여, 驚悸症은 대체로 血虛와 痰에 속한다. 여윈 사람은 흔히 血虛가 많고 살찐 사람은 흔히 痰飮이 많다고 하였는데, 본 증례의 환자는 163cm 46kg의 젊은 여성으로써 마른 체형으로 血虛로 볼 수 있었다.

便秘의 경우, [內景篇 大便門]을 보면 ' 虛則宜滋養陰血潤燥散結'[13]이라 하여, 便秘[大便秘結]가 虛證이면 陰血을 滋養하고 마른 것을 눅여 주며[潤燥] 맥힌 것을 풀어야[散結] 한다라 하였으며, 血虛便秘에 대하여 언급하고 있다.

환자가 호소하는 不眠, 心悸, 便秘 증상들이 모두 血虛로 인한 것이라고 판단되었다. 이에 근거하여 [內景編 血門]에 언급되는 四物湯을 기본으로 처방하고자 하였다. [內景編 血門]을 보면 [通治血病藥餌] '一切失血諸病通用四物湯補榮湯保命生地黃散淸熱滋陰湯(方見上)坎离膏固榮散血餘散側柏湯童子尿'[13]라 하여 血病에 두루 쓰는 약으로 一切失血에 四物湯, 補榮湯, 保命生地黃散, 淸熱滋陰湯, 坎离膏, 固榮散, 血餘散, 側柏湯을 통용한다하였으며, '四物湯通治血病熟地黃白芍藥川芎當歸各一錢二分半右剉作一貼水煎服<局方>'[13]이라 하여, 四物湯은 血病을 두루 치료하며, 숙지황, 백작약, 천궁, 당귀 각각 5g을 썰어서 1첩으로 하여 물에 달여 먹는다라고 하였다.

以上의 條文에 근거하여 陰血虛證을 補血하는 四物湯을 기본으로 하고 鬱證(上熱, 胸部熱證)을 淸熱하기 위해 上焦, 胸部의 熱을 끄는 淸熱藥에 해당하는 柴胡, 黃芩, 梔子를 加味하였으며, 四物湯加味方 복용 이후 睡眠 良好, 心身安靜, 手足寒消失, 便秘 良好, 胸部拒按 減少, 胸脇苦滿 消失 등의 증상의 호전을 보였다.

上記의 환자는 感情起伏이 크고 便秘와 함께 不眠을 호소하였으며, 太陰人 太陰調胃湯 加減으로 다이어트 이후 不眠 증상이 나타나기 시작하였다. 發散劑 중 하나인 麻黃類의 다이어트 약을 長服時에 여성의 血을 燥하게 만들어, 血虛와 그로 인한 鬱이 생기는 것을 알 수 있는 상황이었으며, 이와 더불어 四診上 陰血虛로 진단하고 치료한 결과 좋은 결과를 얻을 수 있었다. 따라서 다이어트를 하는 여성들이 血虛로 인한 증상들이 나타날 때 補血을 하는 것이 좋을 것이라 사료된다.

본 證例는 陰血虛 증상과 함께 鬱證(上熱, 胸熱證)을 함께 치료한 사례이다. 한의학적 辨證이 血虛不眠(陰虛不睡)에 있어서 좋은 결과를 보여준 사례라고 생각한다. 그러나 入眠 시간이나 수면의 질 등에 대한 객관적 검사를 하지 못하고 환자의 주관적인 만족도로만 치료효과를 판정한 것이 아쉬움으로 남는다.

Ⅴ. 결론

다이어트 후 發散過多로 인해 陰血虛가 조장된 不眠환자에 있어 不眠과 함께 便秘, 心悸, 煩燥 등

의 증상을 보이는 경우 四物湯加味方을 사용하여 不眠症 및 동반증상의 호전을 보여준 사례이다. 특정한 검사를 하지 않고도 한의학적 이론을 토대로 四診을 하고 그것을 토대로 辨證을 하여 치료에 효과를 보여주었다. 이러한 證例가 한 例에 불과하므로 앞으로 보다 많은 臨床 證例가 필요할 것이다.

參 考 文 獻

1. 하지원, 김보경. 불면환자 175명의 심박변이도, 체성분 분석 및 동반증상의 특징에 관한 연구. 동의신경정신과학회지 2010; 21: 21-39.
2. 백영화 외 3인. 수면장애에 관한 국내 연구 동향 분석. 한국콘텐츠학회논문지. 2013; 13: 309-317.
3. 강경숙, 정기현, 김영석. 活血祛瘀法으로 호전된 中風患者의 不眠 2례. 대한한방내과학회지. 2002; 23: 313-320.
4. 金賢濟, 洪元植. 韓醫學辭典. 서울 : 成輔社. 1990:471.
5. 전국한의과대학 신경정신과 교과서편찬위원회. 한의신경정신과학. 집문당. 2007년. p241-255, 523-531.
6. 양대진 외 3인. 高枕無憂散으로 개선된 중풍 환자 불면 1례. 대한한의학회지. 2000: 21; 271-275.
7. 楊維傑. 黃帝內經素問·靈樞釋解. 서울, 일중사. 1991: 127, 252, 266, 271, 290, 488-489.
8. 滑壽. 難經本義. 台北, 集文書局 : 117.
9. 王燾. 外臺秘要. 서울, 대성문화사. 1982: 736-790.
10. 趙佶. 聖濟總錄. 북경, 인민위생출판사. 1992: 804, 1578.
11. 유희정, 윤창렬. 不眠과 心의 相關性에 관한 硏究. 대한한의학원전학회지. 2009; 22: 153-178.
12. 박세환 외 3인. 불면과 신체증상을 호소하는 화병 환자에게 한의학적 치료와 마음챙김명상을 병행하여 호전된 1례. 동의신경정신과학회지. 2008; 19: 231-244.
13. 허준 지음. 대역 동의보감. 윤석희, 김형준 외 옮김. 경남, 동의보감출판사. 2006: 93, 145-146, 154-155, 421.