

腹部透刺与腹针疗法治疗单纯性肥胖症疗效比较*

★ 雷跃 (广东省深圳市第四人民医院 深圳 518033)

★ 华云辉 (广东省深圳市福田区梅林医院 深圳 518033)

摘要:目的:研究腹部透刺及常规腹针疗法对单纯性肥胖症的治疗效果。方法:将 180 例单纯性肥胖患者随机分为腹部透刺组及常规腹针疗法组,分别进行腹部透刺和常规腹针疗法治疗,观察针刺治疗前后患者体重、体重指数及血脂的变化。结果:腹部透刺与腹部透刺对单纯性肥胖患者均有良效,两组疗效无显著性差异。

关键词:单纯性肥胖症;腹部透刺;闪罐;腹针疗法

中图分类号:R 246.1 **文献标识码:**B

近 3 年来,我科运用腹部透刺并闪罐为主治疗和常规腹针疗法治疗单纯性肥胖 180 例,现将两者疗效对比报告如下:

1 临床资料

1.1 一般资料 180 例病人均来源于我院针灸减肥专科门诊,其中男性 102 例,女性 78 例;年龄 18~24 岁 36 例,25~34 岁 84 例,34 岁以上 60 例,平均 33.6 岁;病程最短 1 年,最长 58 年;其中轻度肥胖 64 例,中度肥胖 74 例,重度肥胖 42 例;并发高血糖者 22 例,高血压者 30 例,高血脂者 48 例。

1.2 诊断标准 根据 1997 年全国第五届肥胖病研究学术会议修订的诊断标准,成人标准体重为 $[\text{身高}(\text{cm}) - 100] \times 0.9$,体重指数(BMI) = 体重(kg)/ $[\text{身高}(\text{m})]^2$ 。体重超过标准体重的 20%~30%,体重指数 26~30 为轻度肥胖;体重超过标准体重的 30%~50%,体重指数在 30~40 为中度肥胖;体重超过标准体重的 50%以上,体重指数 >40 为重度肥胖。并除外继发性肥胖。

2 治疗方法

2.1 腹部透刺 主穴以神厥穴为中心,神厥穴上下左右各 4 寸为圆周范围内取穴;朝神阙穴平直透刺,平向上或向下直透刺,均取双侧。分型:阴阳平衡型(多指青少年的单纯性获得性肥胖)加支沟、梁丘、天枢、中极;胃肠实热型加曲池、支沟、中脘、上巨虚、内庭;脾肾阳虚型加太溪、气海、关元、足三里、中极;脾虚湿阻型加气海、水分、足三里、三阴交、阴陵泉、丰隆、太白。操作方法:患者仰卧,在脂肪堆积处局部

皮肤常规消毒,用 33 号华佗牌一次性毫针平透刺至脂肪层,不要求针感,接通 G6805-B 型电针仪,选择频率为 100 Hz 的疏密波,强度以患者能耐受为限;配穴均直刺取得酸胀感为度,每次留针 30 分钟,完毕后用中号玻璃火罐,以闪火法刺激脂肪较厚的范围,顺时针方向反复闪罐,直至所刺激部位潮红为度。前 4 日每天治疗一次,以后隔日 1 次。10 次 1 疗程。

2.2 腹针疗法 主穴:中脘、气海、关元,深刺;左右上风湿点、左右下风湿点,浅刺;滑肉门、大横、外陵,中刺。分型:阴阳平衡型加天枢、水分、阴交,胃肠实热型加天枢、建里、下脘、水道;脾肾阳虚型加气海、归来、水分、中极;脾虚湿阻型加气海、水分、水道。操作方法:取穴定位严格以腹针取穴方法为主,取 1.5 寸不锈钢毫针,针刺是局部憋胀、疼痛或局部短距离的无规律的感传为主;腹部进针时首先要避开毛孔、血管,施术时要轻、缓;针尖抵达预计的深度时,一般只捻转不提插或轻捻转,慢提插的手法,施术时一般采用候气、行气、催气三步手法,留针 20~30 分钟。每日 1 次,10 日为 1 个疗程。2 个疗程后分别观察疗效。

3 疗效观察

3.1 观察指标 (1) 分别观察针灸治疗前、2 个疗程后患者的症状和体征,测量身高、体重、体围(胸围、腰围、腕围、股围)。

(2) 各组患者治疗前、2 疗程后分别测定空腹血清总胆固醇(TC)、甘油三酯(TG)、高密度脂蛋白

-胆固醇(HDL-C)、低密度脂蛋白-胆固醇(LDL-C)。

3.2 统计方法 治疗前后均数显著性检查采用配对 t 检验,组间比较采用两组 t 检验,疗效比较采用 Ridit 分析检验。

3.3 结果

3.3.1 疗效评定标准 (1)显效:体重下降 5 kg 以上(含 5 kg),体重指数下降 4 以上(含 4);

(2)有效:体重下降 2 kg 以上(含 2 kg),5 kg 以下,体重指数下降 2 以上(含 2),4 以下。

(3)无效:体重下降 2 kg 以下,体重指数下降 2 以下。

3.3.2 治疗结果 两组治疗肥胖症的疗效比较。

表1 两组治疗肥胖症的疗效比较 例

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率(%)
腹部透刺	90	59	21	10	88.89
腹针疗法	90	52	19	19	78.89

注:经 Ridit 分析检验, $P > 0.05$ 。

由表 1 可以看出,腹部透刺治疗组患者疗效明显高于腹针疗法组。

腹部透刺组肥胖症患者辨证分型疗效比较:

表2 不同证型单纯肥胖患者针刺减肥疗效比较 例

证型	例数	显效	有效	无效	总有效率(%)
阴阳平衡	26	18	5	3	88.46
胃肠实热	28	21	6	1	96.43
脾虚湿阻	19	9	6	4	78.94
脾肾阳虚	17	11	4	2	88.23

注:经 Ridit 分析检验, $P > 0.05$ 。

由表 2 可以看出,中医辨证分型不同患者的腹部透刺治疗疗效无显著性差异。

两组患者治疗前后血脂变化情况:

表3 两组患者治疗前后血脂变化 $\text{mmol} \cdot \text{L}^{-1}$

	TC	TG	LDL-C	HDL-C
腹部透刺组	5.46±0.96	1.78±0.67	3.24±0.75	1.26±0.31
治疗前	4.68±0.61*	1.37±0.59*	2.51±0.62*	1.42±0.25*
治疗后	5.51±0.98	1.67±0.59	3.34±0.82	1.24±0.36
腹针疗法组	4.78±0.65*	1.39±0.62*	2.48±0.57*	1.36±0.29*
治疗前				
治疗后				

注:与各组治疗前比较, * $P < 0.05$ 。

由表 3 可以看出,腹部透刺及常规腹针疗法均可降低单纯性肥胖患者血脂、甘油三酯及低密度脂蛋白,提高高密度脂蛋白水平,可明显改善患者脂蛋白代谢紊乱。

4 讨论

单纯性肥胖症患者容易引起很多并发症,如高脂血症、心脑血管疾病、糖尿病等,其癌症发病率也明显高于体重正常者。高脂血症是动脉粥样硬化(AS)的重要危险因素,其中尤以高胆固醇血症能引发动脉硬化已通过动物实验、流行病学调查、临床研究等证实。治疗肥胖症并改善患者脂质代谢紊乱对预防心脑血管疾病有重要意义。

中医学认为肥胖是肺、脾、肾三脏功能失调,水湿津液气化异常,气机运行不畅而形成的一系列病理改变。即肺的宣降、脾的输布、肾的气化功能失调,导致水谷精微输布全身失调,气血津液无从化生,痰湿积聚而成肥胖,故有“肥人多痰”之说。中医亦将高脂血症归于“痰浊”、“痰湿”一类。中医经络学说认为:背为阳、腹为阴,腹部为诸阴经之会,以神厥穴为中心,其周边的中脘、天枢、气海、关元等穴均为调理脏腑气化功能的主要穴位,说明腹部是人体气血阴阳脏腑之气汇聚之地,更是体内痰湿易于聚集形成腹型肥胖之所,通过腹部透刺刺激腹部腧穴,起到调理脏腑功能、升清降浊、除湿化痰、减肥降脂的作用。

临床及实验均已证明针刺有调节患者内分泌功能,这也是针刺减肥机理之一。在两组患者中,针刺治疗均取得了较满意的减肥效果,治疗后患者肥胖指数得到了改善,同时血脂指标: TG、TC、LDL-C 降低, HDL-C 升高,说明针刺在减肥同时能调整、改善单纯性肥胖症患者的脂质代谢,对减少患者并发症具有重要意义。

参考文献

[1] 薄智云. 腹针疗法[M]. 北京: 中国科学技术出版社, 1999

(收稿日期: 2005-09-15)

《江西中医药》征订启事

《江西中医药》创刊于 1951 年,是新中国创办最早的中医药杂志,也是第一批进入中文核心期刊的中国医药类核心期刊,并被多家知名权威检索期刊及数据库确定为固定信息源。五十多年来,《江西中医药》发表了数以万计的优秀论文,一大批中医药学者就是从这里走向成功、走向成名的。21 世纪,《江西中医药》迎来的更大的发展机遇,2002 年评为华东地区优秀期刊、江西省优秀期刊,2004 年评为全国高校优秀期刊。2003 年成功改为月刊,赢得了更多读者的青睐。本着“面向临床,面向基层,坚持传统,注重实用”的办刊思路,我们进一步充实内容,调整栏目,使文章更具可读性、实用性、信息性,以满足读者的需要。

《江西中医药》(ISS 0411-9584, CN 36-1095/R)为月刊,面向国内公开发刊。国内邮发代号为 44-5,国外代号为 BM1012。每期定价:4.80 元。