

# 辨证取穴治疗肥胖症临床研究

★ 马文明 秦黎虹 (安徽中医学院第一附属医院 合肥 230038)

关键词:辨证取穴;肥胖;综述

中图分类号:R 245 文献标识码:A

近 3 年来一些医家在对单纯性肥胖症进行辨证的基础上,有针对性地选取治疗方法或穴位,收到了较好的疗效。

## 1 体穴辨证疗法

1.1 毫针刺刺 王氏<sup>[1]</sup>等将单纯性肥胖分为胃肠腑热型、脾虚湿困型、痰湿内盛型。针刺主穴:脐十针(天枢、滑肉内、外陵、大横、水分)、三阴交、夹脊穴(胸 3 至腰 5)、梁丘、公孙。胃肠腑热型配中脘、曲池、支沟、合谷、足三里、上巨虚、内庭;脾虚湿困型配脾俞、胃俞、水分、气海、天枢、阴陵泉、足三里、三阴交;痰湿内盛型配中脘、足三里、阴陵泉、丰隆。治疗 116 例总有效率 87.14%。张氏<sup>[2]</sup>针灸治疗单纯性肥胖 185 例,治疗组采取辨证针刺减肥,对照组采用辨证取耳穴减肥。按照实用中医结合肥胖病学分为 3 个证型,治疗组:胃肠实热型选择主穴为内庭、曲池、小海、二间、上巨虚,配穴为中脘、前谷、大肠俞、支沟等;脾虚湿阻型选择主穴为阴陵泉、足三里、三阴交、中脘、丰隆、脾俞,配穴为水分、气海、足临泣、太白、百会、太阳等;脾肾阳虚型选择主穴为肾俞、命门、关元、太溪、脾俞、胃俞、足三里、阴陵泉,配穴为水分、三阴交、气海、天枢。对照组:胃肠实热型选择主穴为外鼻、饥点、胃、小肠、三焦、内分泌,配穴为脾、神门、膀胱等;脾虚湿阻型选择主穴为脾、胃、膀胱、肾、三焦、内分泌,配穴为肺、皮质下、交感;脾肾阳虚型选择主穴为肾、胃、脾、膀胱、内分泌等,配穴为皮质下、神门。结果:治疗组有效率 87.72%,对照组有效率 63.38%。宓氏<sup>[3]</sup>辨证取穴针刺治疗单纯性肥胖 80 例,根据病情辨证分为胃肠实热型、脾虚湿阻型、肝郁气滞型,总有效率达 76.3%,治疗后 TG、TC、HDL-C、及 LDL-C 均达到正常范围。

1.2 芒针 杨氏<sup>[4]</sup>选用 5 寸芒针治疗肥胖患者 24 例,主穴为气海、关元、水道、中脘、大横、足三里,配穴为胃热炽盛型加曲池、内庭、支沟、上巨虚,脾虚湿困型加丰隆、阴陵泉,心脾两虚型加神门、内关,脾肾阳虚型加太溪或复溜、命门、三阴交。12 次为一疗程,经 1~4 个疗程治疗后,体重减轻 12 kg 以上者 20 例,体重减轻 6 kg 以上者 4 例。

1.3 电针 周氏<sup>[5]</sup>等用电针治疗中、青年女性减肥 56 例,并与男性电针对照组 50 例作对照观察,针刺水分、阴交、外陵(双侧)、天枢,胃肠腑热配曲池、内庭,痰湿内蕴加足三里、丰隆、阴陵泉,治疗组与对照组取穴相同。治疗组总有效率 94.6%,对照组总有效率 92%。

1.4 穴位埋线 张氏<sup>[6]</sup>等穴位埋线治疗单纯性肥胖 30 例,穴取中脘、天枢、气海、上巨虚,胃肠实热加大横,脾虚湿盛加

脾俞,肝郁气滞加肝俞,脾肾阳虚加脾俞、肾俞,阴虚火旺加复溜,总有效率 93.3%。郭氏<sup>[7]</sup>采用微创埋线治疗单纯性肥胖 85 例,根据辨证分型治疗。脾胃实热选穴为脾俞、胃俞、中脘、天枢、支沟、曲池、梁丘、内庭,脾虚湿阻选穴为脾俞、中脘、丰隆、足三里、阴陵泉、三阴交,脾肾阳虚选穴为脾俞、肾俞、中极、关元、气海、足三里、三阴交,脾胃气虚选穴为脾俞、胃俞、中脘、气海、足三里、公孙,结果总有效率 94.12%。

1.5 激光穴位照射 张氏<sup>[8]</sup>将单纯性肥胖患者分为脾运失健,气虚湿滞型;阳明内热,湿浊淤阻型;冲任失调,带脉失约型。主要取任脉、阳明经穴,配以耳穴。以光代针,用 He-Ne 激光治疗仪做穴位照射,每穴 3~5 分钟,能量密度 12.9 J/cm<sup>2</sup> 治疗 384 例,结果显效 219 例,好转 127 例。

1.6 穴位贴磁疗法 张氏<sup>[9]</sup>等用穴位贴磁疗法治疗单纯性肥胖 30 例,主穴为中脘、水分、气海、关元、天枢、大横、足三里、阴陵泉,胃肠实热型配曲池、上巨虚、下巨虚、内庭,肝郁气滞型配三阴交、太冲、曲泉,脾虚痰浊型配脾俞、丰隆、水道,脾肾阳虚型配脾俞、肾俞、三阴交、太溪,结果总有效率为 63.33%。

1.7 温针灸疗法 施氏等<sup>[10]</sup>用温针灸治疗脾虚型单纯性肥胖症,主穴取中脘、水分、气海、天枢等,针刺得气后予以温针灸治疗,每次每穴 2~3 壮,结果有效率 88%。

## 2 耳穴辨证疗法

2.1 耳穴埋针法 魏氏<sup>[11]</sup>等将 131 例需耳针治疗者分为胃肠实热、脾虚湿阻、肾气不足、肝郁气滞 4 型,治疗胃肠实热取饥点(外耳屏中点)、内分泌、肺、神门,脾虚湿阻型取脾、胃、内分泌、神门、肺,肾气不足型取肾、三焦、内分泌、肺,肝郁气滞型取肝、内分泌。经统计学处理,胃肠实热型(有效率 52.8%)与其它三型相比有显著差异,说明耳针对单纯性肥胖病胃肠实热型有较好的疗效。

2.2 耳穴压籽法 张氏<sup>[12]</sup>治疗 120 例肥胖患者,先测定敏感点,然后用探测针在敏感点刺激 10~15 分钟,将王不留行籽贴压在敏感点上。脾虚湿阻型加用脾、三焦、饥点,水肿甚加用膀胱;胃热湿阻型加用胃、三焦、饥点,消谷善饥者加用渴点;肝郁气滞型加用肝、神门、饥点;脾肾两虚型加用肾、脾、内分泌、饥点,水肿甚加用膀胱;阴虚内热型加用内分泌、神门、饥点。总有效率 75.83%。孙氏<sup>[13]</sup>耳穴辨证贴压治疗肥胖症,主穴取神门、交感、内分泌、三焦。脾虚湿阻型配肺、脾,胃热湿阻型配胃、结肠、小肠,肝郁气滞型配肝、胆胰,脾肾两虚型配结肠、直肠、肺,食欲亢进配口、外鼻、皮质下、胃,

有效率 92%。

### 3 体穴配合耳穴综合辨证疗法

3.1 针刺配合耳针减肥 刘氏等<sup>[14,15]</sup>采用体针与耳针结合疗法,辨证施治。将肥胖症分为 4 型:脾虚湿盛、胃肠实热、肝郁气滞、脾肾阳虚。体针主穴取足三里、上巨虚、天枢,脾虚湿盛加阴陵泉、气海、丰隆,胃肠实热加曲池、支沟、内庭,肝郁气滞加太冲、蠡沟,脾肾阳虚加脾俞、肾俞、命门。针刺隔日 1 次,每次 30 分钟,10 次为一疗程。耳针主穴为胃、神门、饥点,脾虚湿盛加脾、三焦,胃肠实热加大肠、直肠,肝郁气滞加肝、内分泌,脾肾阳虚加肾、肾上腺、脾,运用王不留行籽贴压或耳针刺激耳穴,隔日 1 次,10 次为一疗程。治疗 991 例,总有效率为 84.3%。

3.2 针刺配合耳穴贴压法 刘氏<sup>[16]</sup>等针刺配合耳穴贴压治疗单纯性肥胖 40 例,针刺治疗主穴为天枢、中脘、水分、足三里,痰湿中阻型加三阴交、阴陵泉、丰隆,胃热炽盛型加内庭、曲池、上巨虚,脾肾两虚型加关元、脾俞、肾俞。用平补平泻法,日 1 次,10 次为一疗程。耳穴贴压主穴为神门、内分泌、皮质下、饥点,痰湿中阻型加脾、肾,胃热炽盛型加胃、大肠,脾肾两虚型加肾、脾,3 天换贴 1 次,10 天为一疗程。结果有效率 90.0%。谢氏<sup>[17]</sup>用电针配合耳压辨证取穴治疗单纯性肥胖症 45 例,总有效率 89%,其中有 9 例高血压恢复正常,有 2 例血糖降为正常,有 3 例高血脂转为正常。

### 4 小结与展望

针灸治疗肥胖在我国古代医籍中没有记载。现代针灸减肥,约始于 70 年代初,首先风行于美国、日本。之后,逐渐在世界上不少国家推广。我国采用针刺治疗肥胖症的临床文献,最早见于 1974 年<sup>[18]</sup>,自 80 年代后,特别是近几年,有关报道急剧增多。现从中国生物医学数据库近 3 年关于针灸减肥的相关报道中归纳发现:其中在证型方面出现频次最多的是脾虚湿困型,对单纯性肥胖病胃肠实热型疗效较好,穴位方面体穴多取用足阳明胃经、足太阴脾经为主,耳穴多取用脾、胃。疗法方面毫针刺法是体穴疗法的主要代表方法,其它方法均是在毫针刺基础上衍生出来的,但不论是哪种方法,只要在严格辨证基础上合理取穴,均有明显疗效;耳穴疗法治疗单纯性肥胖症临床上应用也是非常广泛,有一定的疗效,但很少单独使用,一般和体穴疗法配合使用。疗程方面体穴疗法配合耳穴疗法辨证治疗单纯性肥胖症不但有明显的近期疗效,同时还可以延长患者的远期疗效,减少反弹,此种疗法值得在临床上推广应用。但是中医对于本病的症候特点、辨证分型认识尚未统一,有的报道没有分型,哪里脂肪多就在那里下针,似乎取穴越多减肥效果越好;有的分证型,但分类不统一,有的分 3 个型,多的有 12 个型,即使在同样的证型指导下的治疗也复杂多变,取穴、针刺手法、刺激量等多种多样。因此,虽然针灸治疗单纯性肥胖病的有效性已经被临床所接受,但目前医疗局面仍然混乱,其临床规律、治疗方案急需优化、规范<sup>[19]</sup>。因此我们应该:(1)在中医基础理论的指导下,运用辨证论治的原则,筛选特异性高、减肥显著的穴位,以提高减肥效果。(2)进一步开展针灸减肥

在“治未病”方面的临床和机理研究,因为我们已经发现辨证取穴疗法在减肥取得疗效的基础上,同时对血糖、血压、血清胆固醇、甘油三酯、低密度脂蛋白等有明显的降低作用,对血管有保护作用的高密度脂蛋白有明显的上升作用,从而间接地降低冠心病、高血压、高血糖、动脉硬化的发病率。(3)加强针灸减肥在临床的推广,虽然针灸治疗单纯性肥胖病的优点已被证实,具有疗效确切、无毒副作用、费用低廉、简便易行等特点,但在临床上大部分患者由于缺乏对针灸减肥的了解,第一选择的不是针灸疗法,因此我们必须加大宣传的力度,减少刺激的疼痛度,增强病人的信任度。

### 参考文献

- [1]王传明,唐卫东,赖华明.针灸减肥 70 例疗效观察[J].江西中医药,2005,36(4):57.
- [2]张萍,张培华.针灸治疗单纯性肥胖 185 例疗效观察[J].实用医学杂志,2006,2(12):1462-1463.
- [3]宓秩群.针刺治疗单纯性肥胖 80 例临床观察[J].中国针灸,2005,25(2):95-97.
- [4]王承山,谢富明,杨兆钢.芒针治疗肥胖症[J].中医药研究,1999,15(4):27.
- [5]周春芳,程雪梅.中、青年女性电针减肥 56 例临床观察[J].吉林中医,2006,26(2):46.
- [6]张中成,符文彬.穴位埋线治疗单纯性肥胖 30 例[J].陕西中医,2006,26(9):1122-1124.
- [7]郭霞.微创埋线治疗单纯性肥胖 85 例[J].山西中医,2007,23(1):47-48.
- [8]张焕标,张育勤.激光穴位照射治疗单纯性肥胖 384 例[J].江苏中医,1998,19(5):37.
- [9]张红,尹改珍,姬小兰.穴位贴磁疗法治疗单纯性肥胖的临床及机理研究[J].新疆医科大学学报,2006,29(4):341-343.
- [10]施茵,张琳珊,赵深,等.温针灸和电针治疗脾虚型单纯性肥胖症的对照研究[J].中国针灸,2005,25(7):465-467.
- [11]魏群利,刘志诚.耳针、体针、耳体结合治疗单纯性肥胖病临床疗效比较[J].南京中医药大学学报(自然科学版),2002,18(1):45-47.
- [12]张志民.耳穴贴压王不留行籽治疗单纯性肥胖 120 例疗效分析[J].内蒙古中医药,1992(2):9.
- [13]孙培华.耳穴辨证贴压治疗单纯性肥胖症 168 例[J].上海针灸杂志,2005,24(2):25.
- [14]刘志诚,张京英,肖少卿,等.针对单纯性肥胖患者血糖和糖皮质激素的影响[J].上海针灸杂志,1989,8(1):4.
- [15]刘志诚,肖少卿,赵银龙,等.针灸防治单纯性肥胖合并心血管病的研究[J].上海针灸杂志,1989,8(4):4.
- [16]刘丽,李文丽.针刺配合耳穴贴压法治疗单纯性肥胖 40 例[J].河南中医,2006,26(4):54-55.
- [17]谢雪榕.电针配合耳压治疗单纯性肥胖症的疗效观察[J].临床杂志,2006,22(8):31-32.
- [18]天津医学院附属医院.头针综合治疗肥胖症的体重观察[J].天津医药,1974(12):665.
- [19]徐斌,袁锦虹,刘志诚,等.针灸治疗单纯性肥胖病的现状及临床优化方案的正交设计[J].上海针灸杂志,2005,24(8):11-13.

(收稿日期:2008-01-05)