

# 针刺双侧足三里治疗产后便秘 100 例

★ 黎清婵 王一桥 谭若春 (广东省江门市五邑中医院 江门 529000)

**摘要:**目的:观察针刺双侧足三里治疗产后便秘的疗效。方法:对 100 例产后便秘患者针刺双侧足三里留针 20 分钟,每日 1 次,连续 3 天为一个疗程。2 个疗程后统计疗效。另设对照组进行对比观察。结果:治疗组治愈 96 例,好转 4 例,无效 0 例,总有效率 100%;对照组 94 例,相应为 27、51、16 例,82.9%。两组总有效率比较, $P < 0.01$ 。结论:针刺双侧足三里治疗产后便秘安全有效。

**关键词:**产后便秘;足三里;针刺;疗效

**中图分类号:**R 245 **文献标识码:**B

本科自 2009 年 2 月~2009 年 6 月,应用针刺双侧足三里治疗产后便秘,取得满意疗效,现总结报导如下。

## 1 临床资料

1.1 一般资料 全部患者 194 例,首先排除器质性病变,根据临床症状和体征,结合特殊检查,如排粪造影等确诊。其中正常分娩 101 例,剖宫产术后 93 例;年龄 20~38 岁,平均年龄 29 岁。随机分为治疗组 100 例、对照组 94 例,两组患者在年龄、体重、家庭史、病程、病情及心理因素等均具有可比性( $P > 0.05$ )。

1.2 临床表现 (1)主要症状:排便次数减少、数天排便 1 次、无肛门排气或肛门排气少、腹胀且症状逐渐加重。(2)其他症状:腹部酸痛不适,恶心、无呕吐,部分患者抑郁、焦虑,长期服用泻药,最后即使使用药物也完全不能排便。(3)主要体格检查:肠鸣音减弱,间隔时间长。

## 2 治疗方法

(1)治疗组用针刺双侧足三里。治疗方法:用 75% 的酒精常规局部皮肤消毒。选用 28 号 1.0~2.0 寸毫针,针刺穴位得气后,每隔 3~5 分钟行针 1 次,手法用平补平泻。留针 20 分钟,每日 1 次,连续 3 天为一个疗程。

(2)对照组应用开塞露,每天 1 次,每次 1 支,7 天为一个疗程,2 个疗程后统计疗效。

## 3 治疗结果

治疗组治愈(每隔 1~2 天排便 1 次,排出通畅,

无需借助缓泻药物)96 例,好转(排便时间较治疗前缩短,自觉症状减轻,但需缓泻药)4 例,无效(全身及局部症状均无改善)0 例,总有效率为 100%;对照组相应为 27、51、16 例,82.98%。两组比较, $P < 0.05$ 。

## 4 讨论

(1)便秘是指由于粪便在肠内停留过久,以致大便次数减少,大便干结,排除困难或不尽。产后及术后患者气血津液亏虚,气虚推动无力,则大便难行,津液不足则大便容易干结,加重便秘。从西医讲卧床时间长,缺少运动,易造成气血凝滞不通腹直肌及盆底肌松弛,加之肠蠕动减弱,容易发生便秘。产后便秘是临床上一种常见的功能性便秘,是困扰产妇继分娩之后的另一种生理性病症,初产妇几乎人所共患,为减少产后妇女的便秘痛苦,本科采用针刺双侧足三里对本院生产的产后便秘妇女进行治疗观察,疗效显著。

(2)足三里属足阳明胃经穴,具有健脾和胃,补气和血,通络止痛,扶正补虚的作用。“肚腹三里留”,通过针刺足三里,调节肠道功能,可增强肠道肌肉收缩力,促进肠管有节律的蠕动,故起到排便作用,且疗效显著。本法操作简单,价格低廉,方便有效,值得临床推广应用。

### 参考文献

[1]王启才. 针灸治疗学[M]. 北京:中国中医药出版社,2003:1.

(收稿日期:2009-07-06 责任编辑:秦小珑)