

· 论 著 ·

电针治疗女性单纯性肥胖症疗效观察³陶善平¹, 王 峰¹, 黄美芳¹, 沈其星¹, 周丽艳¹, 单永华²

【摘要】 目的 探讨电针治疗女性单纯性肥胖症的临床效应。方法 应用电针治疗女性单纯性肥胖症, 观察治疗前后患者体重、体重指数、腰臀围比、脂肪厚度、脂肪率等的变化, 评测针灸减肥的效果。结果 各项指标在治疗前后差异均有显著性。结论 电针治疗单纯性肥胖, 疗效确切, 对患者各项生理指标有良性调节作用。

【关键词】 电针/针灸疗法; 肥胖症

【中图分类号】 R24611

【文献标识码】 A

【文章编号】 1681 - 2476(2006)09 - 0769 - 03

The observation on electroacupuncture treatment of female simple obesity clinical effect

TAO Shan - ping, WANG Feng, HUANG Mei - fang, et al. Traditional Chinese Medicine Hospital of Jiading, Shanghai 201800, China

【Abstract】 Objective Discussion electroacupuncture treatment of female simple obesity clinical effect. Methods To mensurate the body mass index(BMI) and the waist hip ratio(WHR) after treated 80 cases of simple obesity with Electroacupuncture, then according as the standard diagnostic to observe a effect of reducing weight. Results By t test, proved that there is a effect change of metaboly index on the obesity cases by Electroacupuncture. Conclusion The acupuncture can adjust metaboly and reduce fat.

【Key words】 Electroacupuncture / acupuncture therapy, obesity

肥胖症是临床多发病、常见病之一。不仅影响形体美, 还容易并发多种疾病, 严重危害健康。我们在嘉定区开设了首家针灸减肥专科门诊后, 治疗了大量肥胖患者, 其中单纯性肥胖患者的疗效尤其显著, 现总结如下。

1 诊断标准

1.1 理想体重和肥胖度 理想体重(kg) = [身高(cm) - 100], 女性× 0.85。肥胖度 = [(实际体重 - 理想体重) / 理想体重] × 100%。体重的准确测量方法为被测人在早晨 8:00 空腹, 排空尿液, 站在医用体重计上, 按照医生的要求, 脱去外衣, 以最少的内衣来测量。

1.2 体重指数(BMI)诊断 BMI = 体重(kg) / 身高的平方(m²)。WHO 在 1999 年针对亚洲人脂肪容易在腹部沉积的特点发表了《对亚太地区肥胖及其治疗的重新定义》, 中国肥胖工作组据此并根据国

情将 24kg/m² 和 28kg/m² 分别作为中国人群超重和肥胖的诊断标准。28kg/m² ~29.9kg/m² 为 度肥胖, 30kg/m² 为 度肥胖。

1.3 腰围 任何评价肥胖的方法均需包括腰围的测量, 因为腰围减少时, 即使体重无改变也可显著降低肥胖相关性疾病发病危险。WHO 规定亚太地区, 女性腰围 80cm 即为肥胖。

1.4 腰/臀围比(WHR) WHR 是区分脂肪分布类型的另一指标, 在体重超标的前提下, WHR 偏高定为中心型肥胖又称为内脏型肥胖。此指标适用于东方人。腰围和臀围的测量方法据 WHO 推荐, 被测人取垂直站立, 双足分开 25 ~30cm, 使体重均匀分布, 平稳呼吸, 腰围的测量通常是经髂前上嵴和第 12 肋下缘连线的中点进行测量; 臀围的测量通常是通过股骨粗隆水平的径线进行测量。

1.5 皮下脂肪厚度 用测量部位为三角肌外皮厚度及肩胛下角。两处相加, 女性 5cm 即可诊断为肥胖。

2 一般资料

28 例女性患者均为我院专科门诊患者, 年龄在

3 基金项目: 2005 上海市区县医疗机构中医药诊疗技术项目 (2005L021A)

作者单位: 1 201800 上海, 上海市嘉定区中医医院(通讯作者)

2 上海, 上海市中医医院(指导)

16 ~60 岁之间,其中年龄在 20 岁以下 1 例,在 21 ~30 岁 11 例,31 ~50 岁 15 例,51 ~60 岁 1 例。1 度肥胖 7 例,2 度肥胖 21 例,合并高血压者 23 例,高脂血症 28 例,月经不调 15 例,糖尿病 6 例,脂肪肝 26 例,冠心病 4 例。治疗前 3 个月内未接受其他减肥方法,且已排除可能引起肥胖的基础性疾病。

3 方法

3.1 治疗原则 健脾益气,祛湿化痰,理气和胃,养阴清热。肺脾气虚型佐以健脾利湿,胃热内盛者佐以清胃泄热,肠燥便秘型佐以补肾益气,肝胆亢盛型佐以平肝潜阳。

3.2 体针 基础方:中脘、滑肉门、气海、天枢、丰隆、阴陵泉、三阴交、梁丘、血海、公孙、阿是穴。随证加减:肺脾气虚型加脾俞、肺俞、太渊、水分,胃热内盛型加合谷,内庭,上巨虚,肠燥便秘型加支沟、承山,泻法,肝胆亢盛型加太冲、曲池、合谷。操作:患者平卧,用 75% 酒精棉球在施术部位做常规消毒,用 0.30mm×0.40mm 不锈钢毫针(华佗牌,苏州医疗用品厂有限公司生产)直刺。操作时要根据患者脂肪厚度,将毫针刺入适当深度,以得气为佳。腹部和大腿为脂肪沉积的主要部位,应根据脂肪沉积情况,在循行此处的任脉、肾经、胃经、脾经上多穴多针成群集之势。然后接上海 G6805 - C 型低频电子脉冲治疗仪,每次接 4 组,左右各两组。负极接近心端穴位(如天枢),正极接离心端穴位(如梁丘、合谷)。选用连续波,频率 2Hz,调整电流大小,以患者耐受为度。每次留针 40min,期间行针 1 次,行针时可根据患者耐受情况调整电流强度。每周治疗 3 次,15 次为 1 个疗程。

3.3 观察指标 观察体重、身高、腰围、臀围、脂肪厚度。脂肪率及基础代谢检测用大连欧姆龙有限公司生产 HBF - 306 身体脂肪测量器。

3.4 统计学方法 计量资料治疗前后自身比较采用配对资料 t 检验。

4 治疗结果

4.1 疗效标准 疗效参照 1987 年首届全国肥胖病学术会议疗效标准制定计算方法和 2002 年 6 月中国人民解放军总后勤部卫生部孙传兴主编的第二版《临床疾病诊断依据治愈好转标准》制定标准如下。显效:体重下降 5kg 以上;有效:体重下降 2kg 以上;无效:体重无变化或未达到上述标准者。

4.2 结果 显效 20 例,有效 8 例,总有效率

100%。

4.3 外形指标测定 见表 1。

表 1 外形指标测定 (柳±s)

项目	治疗前	治疗后
BMI(kg/m ²)	32.59 ±1.28	30.65 ±1.58
腰围(cm)	101.46 ±3.21	85.77 ±2.38
腰臀围比	0.92 ±0.04	0.75 ±0.11

注:各指标治疗前后差异有显著性, P < 0.01

4.4 生理指标测定 见表 2。

表 2 生理指标测定 (柳±s)

项目	治疗前	治疗后
皮下脂肪厚度(cm)	6.17 ±0.36	5.37 ±0.38
脂肪率(%)	34.26 ±0.98	31.49 ±0.82
基础代谢(Kcal)	2302.86 ±122.24	1848.82 ±154.67

注:各指标治疗前后差异有显著性, P < 0.01

5 讨论

肥胖是体内脂肪堆积过多和(或)分布异常的一种状态。当人体进食热量多于消耗量时,热量以脂肪形式储存于体内,当体重超过标准体重 20% 时,称为肥胖症^[1]。临床上常将本病分为单纯性与继发性。单纯性肥胖症又可分为体质肥胖症和获得性肥胖症。获得性肥胖症是指患者自 20 ~25 岁后,由于营养过度及遗传因素而肥胖,主要分布于躯干,脂肪细胞仅有肥大而无增生,故又称为脂肪细胞单纯肥大型肥胖症。肥胖症包括了肥胖本身对健康的损害和肥胖的相关疾病如高血压、糖尿病、高血脂、心血管疾病和某些癌症等对健康的损害两个方面^[2]。

本病属中医学的“肥贵人”和“肌肤盛”范畴。中医理论认为患者或过食肥甘厚腻,痰湿内蕴,或肝气不畅,气滞湿阻,或湿滞郁而化热,内结肠胃,久之脾胃气盛,水湿运化失司,蕴结机体,发为肥胖。既往的资料显示^[3],针灸治疗单纯性肥胖有一定疗效,其特点是在减轻患者体重的同时,还能从整体对机体功能进行调节,有效改善患者气喘、乏力、易饥、便秘、痤疮等伴随症状,而且无副作用。其机理可能在于通过刺激相应的穴位,疏通经络,调和气血,平调阴阳及调理脾胃,保持水湿代谢正常,从而促进代谢,促进脂肪分解,增加能量消耗,使机体达到一个正常的生理平衡。

由于生理上的差异,女性体内的脂肪细胞明显地较男性多,女性脂肪占体重的 22%,而男性仅占

15%，女性发病率为男性的2倍。女性患者伴随症状也较多，体重过高对女性生殖能力有J型效应影响，生殖能力异常即月经异常，不孕和妊娠分娩异常的发生率都有增高。有报道称，肥胖者通过减少体重可使激素环境正常化，对月经周期正常化和受孕能力恢复也有疗效。即使减肥尚未达到理想体重，也可见到激素值的正常化，排卵和月经周期的恢复及受孕能力的改善^[4]。

针灸治疗肥胖症已开展多年，各地报道疗效不一。我们认为针灸治疗疾病的基础在于激发机体自身机能进行自我调节，单纯性获得性肥胖属于自我

代谢调节的功能失调，正是属于针灸的适应证。因此临床中该型肥胖疗效最为确切，也是临床宣传应该澄清的，并非所有的肥胖都适宜针灸治疗，继发性肥胖应首先治疗原发疾病。

【参考文献】

- 1 刘志诚 1 单纯性肥胖病的诊断及疗效评定标准 1 中国中西医结合杂志, 1998, 18(5): 3171
- 2 李红梅 1 肥胖的诊断与治疗 1 中国临床医生, 2003, 31(3): 21
- 3 黄琴峰, 王正明, 齐丽珍 1 针灸治疗肥胖症概述 1 上海针灸杂志, 2005, 25(2): 281
- 4 仓智博久 1 女性与肥胖 1 日本医学介绍, 2004, 24(3): 1051

(编辑: 悦 铭)

· 临床经验 ·

中药治疗顽固性咳嗽

高梯辉

【中图分类号】 R256.11

【文献标识码】 B

【文章编号】 1681-2476(2006)09-0771-01

在临床工作中，经常遇到一些顽固性咳嗽病人。病程长，经西药治疗效果不佳或无效，或不耐受西药治疗，应用中药治疗，取得较好效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料 全部病例来自本院中医科门诊，均按照《中医病证诊断疗效标准》(中国中医药管理局制订)中有关诊断标准确诊。从2000年至今，共治疗312例，男140例，女性172例，年龄3~7岁不等，病程短者15天，长者达42天。上感、急性支气管炎、肺炎等治疗后，发热症状消失，咳嗽(多以干咳为主)迁延不愈，持续7天以上，咽部正常或充血，胸片X线正侧位示：双肺纹理增多或正常，双肺呼吸音粗。排除支气管哮喘、慢性支气管炎、肺部占位性病变。

1.2 治疗方法 板蓝根3~10g，金银花3~10g，连翘3~10g，黄芩3~10g，炒杏仁3~10g，半夏3~10g，虎杖3~10g，甘草3~10g，五味子3~10g，桔梗3~10g，栀子3~10g，知母3~10g，咽干痛者加射干3~10g，麦冬3~10g，咽痒者加蝉蜕3~10g，痰黄粘不易咳出者加陈皮3~10g，川贝3~10g，病程长者加桃仁3~10g，丹参3~15g，水煎服，日1剂。治疗期间停用其他药物。

2 结果

2.1 疗效标准 参照《中医病证诊断疗效标准》(同上)。治愈：咳嗽及临床体征消失，胸部X线检查正常。有效：咳嗽明显减轻或偶有咳嗽，不影响工作及睡眠，胸部X线检查明显改善。无效：咳嗽症状、体征及胸部X线检查无改善。

2.2 治疗结果 治愈198例，占63.5%；有效92例，占29.5%；无效22例，占7%。

3 讨论

肺为娇脏，外感邪气，没有及时宣肺祛邪，或用敛肺固涩药物，或正气虚弱，至外邪恋肺，肺失宣降，上逆为咳，肺气不利，久咳不愈，耗伤肺阴。方中板蓝根、金银花、虎杖、连翘、黄芩、射干等清热解毒，炒杏仁、半夏、甘草止咳化痰，桔梗宣肺祛痰，知母、栀子泻火滋阴，五味子、麦冬养阴润肺，陈皮、川贝理气化痰；桃仁、丹参活血化瘀。现代药理研究表明：板蓝根、金银花、连翘、黄芩具有抗菌、抑制病毒、抗炎性渗出和增生作用；杏仁止咳平喘，对呼吸中枢有镇静作用；陈皮具有扩张气管及祛痰的作用；知母清热而不伤阴，有明显的解毒、祛痰、利尿，通过降低神经系统的兴奋性而起镇静作用；甘草有类似肾上腺激素样作用，止咳、祛痰、抗炎、抗过敏，能保护发炎的咽喉和气管黏膜，蝉蜕有抗过敏作用。诸药合用，能起到滋阴润肺、止咳祛痰之功效。