

针灸治疗便秘的文献分析及参考治疗方案

马飞翔¹ 甘君学²

(1.盐城市第三人民医院,江苏盐城 224002; 2.南京中医药大学第二临床医学院,江苏南京 210029)

摘要 对 1985 年到 2013 年针灸治疗便秘的文献进行分析发现,文献涉及的治疗方法有针刺、艾灸、针灸并用、电针、穴位注射等,用穴达 57 个之多,涉及十二条经脉的穴位及经外奇穴,但主要以膀胱经和胃经经穴为主。在综合文献疗效基础上,提出针灸治疗便秘的参考治疗方案。

关键词 便秘 针灸疗法 文献研究

中图分类号 R256.35

文献标识码 A

文章编号 1672-397X(2014)09-0058-02

便秘是临床常见病症,表现为排便困难、量少、质硬等症^[1]。流行病学资料显示:全球有 2%~28% 的人正受到便秘的困扰,我国发病率在 10%~15%,其中 60 岁以上的老年人占 18%~23%,且近年发病年龄有呈年轻化趋势^[2]。便秘不仅影响生活质量,而且已成为消化系统疾病、心脑血管疾病的重要诱发因素。针灸治疗便秘疗效确切。早在《灵枢·杂病》就有“腹满,大便不利……取足少阴”、“腹满食不化,腹响响然,不能大便取足太阴”、“心痛腹胀,嗝嗝然,大便不利,取足太阴”等记载,其后《针灸甲乙经》、《针灸大成》等针灸医籍都有相关记载,积累了丰富的治疗经验。杜氏^[3]查阅了 1978~2004 年《中国生物医学文献数据库》中所有针灸治疗消化系统疾病的文献,并人工选择其中临床研究类文献,初步界定出消化系统针灸等级病谱,其中便秘排第 7 位,频次为 75,属于一级病谱,表明针灸治疗便秘已被临床广泛应用。

1 针灸治疗便秘的文献分析

笔者通过文献检索,收集近 15 年来针灸治疗便秘有效报道 96 篇。通过对这些文献的用穴整理,统计出近 15 年来针灸临床治疗便秘用穴达 57 个,涉及除足少阳胆经、手太阳小肠经外的十二条经脉的穴位及经外奇穴。现笔者不揣陋昧,试对所检索文献的针灸治疗便秘特点分析如下。

1.1 治疗方法以针刺为主

96 篇文献中,治疗方法涉及单纯针刺、电针、艾灸、穴位注射、拔罐、穴位埋线等 9 种形式。但以单纯针刺(含芒针)报告最多(41 篇),其次为电针 33 篇、针药结合 19 篇、灸法 10 篇、耳穴治疗 9 篇、穴位埋线 5 篇、穴位注射 4 篇、穴位敷贴 3 篇。其中,有多篇文献报导同时运用上述 2 种以上治疗方法。具体而言,毫针常规针刺不拘时,随到随针,方便快捷,患者候诊时间短,相对痛苦少,更重要的是,针刺治疗便秘的确有效。

1.2 选穴以阳经穴为主 96 篇文献中,涉及的穴位多达 57 个:膀胱经 15 穴,胃经 8 穴,督脉 7 穴,脾经 5 穴,任脉 4 穴,大肠经、三焦经、肝经各 3 穴,肺经 2 穴,心包经、心经、肾经各 1 穴,奇穴 4 个。其中,阳经(含督脉)穴 36 个,阴经(含任脉)穴 17 个。提示针灸治疗便秘的选穴遵循阳经为主、阴经为辅、配合奇穴的原则。

1.3 膀胱经穴、胃经穴应用频率较高 在单纯使用针刺的相关文献中,应用频率较高的穴位主要有:天枢(45 篇次)、大肠俞(34 篇次)、支沟(31 篇次)、上巨虚(21 篇次)、足三里(18 篇次)、气海(12 篇次)、三焦俞(10 篇次)、脾俞(10 篇次)、腹结(9 篇次)等。在上述 9 个穴位中,膀胱经穴 3 个,胃经穴 3 个,脾经、三焦经、任脉经穴各 1 个。足阳明属胃络脾,循腹里;足阳明之正,入于腹里;足太阳循腰背。取上二经可调整腹内脏腑经气。这在一定程度上提示,针灸治疗便秘宜参合脏腑腹背相互调理原则,结合经络辨证,配合疗效特定的经验穴,以达治疗效果。

- [11] Wetzel B, Pavlovic D, Kuse R, et al. The effect of auricular acupuncture on fentanyl requirement during hip arthroplasty: a randomized controlled trial. Clin J Pain. 2011 Mar-Apr;27(3):262
- [12] 吴耀持. Treatment of Asthma at Asthma-relieving Earpoint and its Influence on FEV1 and PEF. 针灸推拿医学(英文版),2005,3(3):6
- [13] 王晓红,袁雅冬,王保法,等.耳穴贴压治疗睡眠呼吸暂停综合征的临床观察. 中国中西医结合杂志,2003,23

(10):747

(感谢江苏省中西医结合医院妇产科过群护师和吕佳护师给予的帮助!)

第一作者:宋娟(1976-),女,硕士,麻醉科主治医师,研究方向:心肺脑复苏。

通讯作者:茆庆洪,maoqinghong0902@163.com

收稿日期:2014-03-26

编辑:华 由 王沁凯

1.4 用穴多位于腹、下肢、腰背、上肢部 主治穴位主要分布在人体4个部位,依次为:腹部(86穴次)、下肢部(71穴次)、腰背部(50穴次)、上肢部(42穴次)。上述数据表明,针灸治疗便秘时,除考虑脏腑辨证外,也应注重局部取穴和循经取穴。如:腹部天枢穴、腹结穴等属于局部重点用穴,而足三里、上巨虚等属于循经或脏腑辨证重点用穴,支沟、列缺等则为经验用穴代表。这表明便秘的针灸治疗是一种整体调节性治疗,全身各部均可发挥一定的治疗作用。

1.5 其他针灸相关方法 针灸临床治疗便秘除了采用针刺方法外,其他针灸相关方法亦有涉及。

1.5.1 电针 所见文献中涉及电针的应用较频繁的穴位有足三里(近半文献报道所采用)、腹结、上巨虚、大肠俞、天枢、次髂6个。文献表明,电针有兴奋肠胃、促肠蠕动之力从而达到治疗效果。

1.5.2 芒针 便秘主要源于肠动力不足,结肠蠕动推进频率下降,有文献报道用3.5寸以上的芒针针刺天枢、大肠俞、次髂、三焦俞、气海俞等穴而达到超过常规治疗的疗效,并且相关研究也表明,深刺上述穴位安全有效^[4]。

1.5.3 针灸并用 文献报道的灸法应用基本未见单独应用者,多合并于毫针刺法之中。其常用穴位与电针、芒针常用穴位相当。主要有:足三里(11篇次)、天枢(8篇次)、大肠俞(6篇次)、气海(5篇次)等。

1.5.4 穴位埋线 所见文献中该法所用到的穴位有10个:腹部穴位3个,背俞穴3个,下肢穴位2个,局部穴位2个。常用穴位为中脘、天枢、腹结、足三里、大肠俞等。报道认为,将不同型号的羊肠线,有选择地埋入上述穴位,通过羊肠线对穴位的持续弱刺激作用(相当于持续留针),依靠刺激穴位引发经络的调节作用从而改变人体内分泌及体内的神经体液平衡而达到治疗目的。

1.5.5 穴位注射 文献报道所用注射穴位13个,应用频率较高的是:足三里、天枢4篇次,大肠俞3篇次,三阴交、支沟2篇次。

1.5.6 穴位贴敷 在笔者所检索到的文献中,穴位贴敷报道较多,但用穴基本为神阙穴。方法为运用大黄、决明子、厚朴等清热泻下、行气通便的药物调敷脐。该法效果尚可,方便而有效,值得推荐。

1.5.7 皮内针 若干文献表明,应用皮内针法治疗便秘既有效又便捷,常用穴位为左侧腹结穴等。文献认为,运用该法对虚、实证便秘均有良效。

1.5.8 耳穴贴压 诸多文献表明,耳穴贴压治疗便秘有效。所选的多是对病治疗的穴位。综观文献,以便秘点、大肠、直肠、脾、皮质下、胃、三焦为常用。可见,在选耳穴时多依据病症而定,并结合中医脏腑辨证。

1.5.9 针药结合 针刺和药物相结合是针灸治疗各类病症较佳选择,针刺可促进药物发挥更好的药理作用,药物可提升针灸的治疗效应,故在便秘时针药结合亦是常用方法之一。文献表明,针灸配合中药、西药、中成药都有较好疗效。

2 参考治疗方案

笔者依据对上述文献的统计与分析结果,拟出针灸治疗

便秘的优化组合处方如下:

2.1 针刺 第1组:天枢(深刺+电针或艾灸),足三里,气海,大横(深刺+电针),上巨虚(艾灸或电针),百会,照海;第2组:大肠俞(深刺+电针或艾灸),三焦俞(深刺),次髂(深刺+电针或艾灸),会阳或尾骨端局部丘疹等反应点(点刺放血),支沟。电针频率为2/100Hz,强度以患者能耐受为度。每日1次,5次为1个疗程,1个疗程后休息1d进入下一个疗程。

2.2 其他 腹结(皮内针,冬季4天1次,夏季2天1次);脾俞,肾俞,肝俞(3穴磁疗贴敷,3天1次);便秘点,大肠,直肠,脾,三焦(5耳穴贴压,3天1次)。

3 结语

综上所述,针灸治疗便秘治法多样,疗效确切,优势明显,取得了一定的进展,但仍存在一些需进一步探讨和解决的问题。笔者认为:现有对便秘的针灸临床研究缺乏统一的诊断、疗效评定标准,客观观察指标应用较少,大样本病例报道不多,更无多中心前瞻性研究和作用机理的研究,取穴、针刺方法繁杂。因此,今后的研究应严格遵循循证医学的科学研究方法,开展多中心、大样本、统一标准的前瞻性研究,加强随机对照,提高临床设计的科学性和严谨性,借助现代医学的检测手段来客观评价临床疗效,以增强研究的可信度和科学性。其次,应该深化取穴规律、针刺规律等技术规范化的研究,加强针灸治疗便秘的作用机理研究,为针灸治疗便秘提供科学的实验依据和理论基础,使针灸治疗便秘的研究上升到新的水平。

总体而言,便秘与饮食、职业、遗传、药物、文化程度、地理分布、居住区域、婚姻、性格、精神心理状态等诸多因素有关,随着人们生活节奏的加快及体育锻炼的减少,便秘患者日益增加,给临床工作带来了挑战。通便新药虽研发较快,但其副作用、潜在危险性、过高的药费及长期应用带来的大肠黑变病等,使临床运用受到一定限制;而非药物疗法,尤其是针灸治疗便秘症疗效肯定,越来越受到重视,并将有极好的临床前途。

4 参考文献

- [1] 刘汶,张声生,李乾构.慢性功能性便秘研究进展.中国中西医结合消化杂志,2003,11(6):382
- [2] 魏艳静,卞红磊,赵发.便秘的国内流行病学研究进展.疾病控制杂志,2004,8(5):449
- [3] 杜元灏.消化系统针灸病谱的研究.针灸临床杂志,2006,22(3):1
- [4] 刘志顺,郑成哲,张维,等.深刺天枢治疗老年性便秘近期观察.中国针灸,2004,24(3):155

第一作者:马飞翔(1983-),男,医学硕士,主治医师,研究方向为脑血管疾病及骨关节疾病的康复治疗。
feixiang_ma@126.com

收稿日期:2014-03-26

编辑:华 由 王沁凯

