

ZB 88 减肥乐临床疗效观察

北京中西医结合肥胖病研究治疗中心 翁维良 康世芬 白 莉 王 怡

近年来,人们不断推出各种减肥方法,而节制饮食、减少每日供给的热量则为其中重要的方法之一。但是,这种方法的实施,常因为病人有强烈的饥饿感或影响病人的体力而告中断。为了寻找一种既能为病人愉快接受又行之有效的节制饮食的减肥方法,经过反复试验和筛选,我们研制出一种以天然植物组成的减肥食品——ZB 88 减肥乐(以下简称减肥乐)。现将临床观察结果报告如下。

一、病例和方法

1. 观察对象:本组 79 例均为住院及门诊病人。根据第二届全国中西医结合肥胖病研究学术会议制定的诊断标准,确诊为超重或单纯性肥胖病。79 例中,男性 14 例,女性 65 例。平均年龄为 37.85 岁,其中 20 岁以下 5 例,21~30 岁 17 例,31~40 岁 30 例,41 岁以上 27 例。

2. 观察方法:按诊断标准,选出实测体重、超体重百分率、体重指数、腹围为主要观察指标,部分病例还观察了胸围、臀围和左右手握力,部分病例尚进行了一疗程内连续观察。各项测量指标均由专人定时定器械进行测量。

3. 药物组成及服用方法:ZB 88 减肥乐由燕麦、大豆、苡米、山药等八味天然植物组成,研粉烘烤,制成粉、片、块均可。每日三餐代替正常饮食,每餐 10 克。餐间可随意加用蔬菜 500 克,水果 250~500 克,不限制饮水,疗程 1 周。

二、观察结果

1. 服药后反应:本组 79 例中,食欲良好,无服药反应者 77 例;服用初期出现恶心 2 例,但不影响继续观察。服用初期有饥饿感 5 例,厌食 1 例,大便通畅 1 次/日者 74 例,便秘 1

例,1 次/2 日 2 例,1 次/3 日 1 例,轻度腹泻(3 次/日)1 例。每日活动量均未受影响。

2. 实测体重变化:本组 79 例,治疗前实测体重平均为 72.06 公斤,治疗后降至 69.31 公斤,平均下降 2.75 ± 0.15 公斤(均差值 $\pm$ 标准误,下同)。治疗前后比较,有非常显著差异($P < 0.001$)。

治疗后实测体重 79 例均有不同程度的下降,其中降低 2 公斤以下 16 例(20.3%),降低 2~2.9 公斤 24 例(30.4%),降低 3~3.9 公斤 23 例(29.0%),降低 4 公斤以上 16 例(20.3%)。

我们曾对 37 例作连续体重变化观察,在服减肥乐 2~4 日内,每日体重平均降低 0.6 公斤左右,以后逐渐减少,第 7 天日平均降低 0.24 公斤。

3. 超体重百分率及体重指数变化:治疗前 79 例中,超过体重 $< 20\%$ 者 16 例、20~30% 者 22 例、31~50% 者 35 例、 $> 50\%$ 者 6 例;治疗后分别为 30 例、19 例、26 例、4 例。经统计学处理,治疗前后超体重百分率分布尚无显著性差异($P < 0.2$)。

治疗前 79 例中,体重指数一级(< 25) 14 例、二级(25~30) 51 例、三级(31~40) 14 例;治疗后体重指数有下降,分别为 28 例、44 例、7 例。经统计学处理,治疗前后体重指数分布有显著性差异($P < 0.05$)。

4. 腹围、胸围、臀围变化:治疗前 79 例平均腹围 98.32 厘米,治疗后减至 95.32 厘米,平均减少 3.00 ± 0.35 厘米($P < 0.001$)。治疗后腹围平均减少 < 2 厘米 22 例(27.8%), $2^+ \sim 3$ 厘米 9 例(11.4%), $3^+ \sim 4$ 厘米 14 例(17.7%), > 4 厘米 30 例(38.0%),无变化 4 例(5.1%)。

治疗前后35例测定胸围,治疗前平均为101.24厘米,治疗后为99.20厘米,平均减少 2.04 ± 0.22 厘米($P < 0.001$)。

治疗前后11例测量臀围,治疗前为103.36厘米,治疗后为101.36厘米,平均减少 2.00 ± 0.15 厘米($P < 0.001$)。

5. 握力变化:治疗前后有21例测量握力变化,治疗前左、右手握力分别为21.95、22.90公斤,治疗后分别为22.14、23.10公斤。治疗前后无明显差异。

三、典型病例

吴某,女,55岁。近十年因工作性质而活动减少,进食较多,且喜高脂肪食品,体重逐渐增加。四年前出现心绞痛,心电图有缺血性改变,活动明显受影响,上楼即出现气短胸闷。

查体:身高156厘米,体重65.5公斤,腹围94.5厘米,脉弦,苔薄腻。临床诊断为冠心病心绞痛(稳定型)、单纯性肥胖。超过标准体重30%,体重指数26.95,属二级。于1990年8月23日开始服用减肥乐,每日3次,每次10克。服用时细嚼慢咽,餐间加蔬菜500克,水果250~500克,治疗后体重逐渐下降,腹围亦随之减少。

患者减肥第一天稍有不适,有轻度乏力,第二天起不适消失,大便仍保持1次/日,体力不受影响。一周后,体重减少3公斤,体重指

数降为21.7,由二级降为一级。患者感到身轻,尤其上楼时胸闷气短现象消失,活动增加,间隔一周后继续治疗,经三个疗程治疗,体重恢复到标准体重。

四、讨论

1. 饮食控制为目前减肥的主要方法之一,为世界各国普遍采用,通过改善营养过剩,消耗体内脂肪而达到减肥目的。但这种方法常因为产生强烈的饥饿感而影响患者坚持使用。采用减肥乐减肥,虽然患者停用主食及脂肪,但基本消除饥饿感,副作用极少,患者乐于接受。服用后除进食适量蔬菜及水果外,不用其他药品及食品,临床应用于超重及单纯性肥胖病人79例,按规定方法使用,均收减肥效果。

2. 使用本方法减肥无明显副作用,部分患者于疗程开始的第1~2天感到不适,有轻度饥饿感,但能忍受,亦可在食用蔬菜、水果后消失,3天后反应自然消失。服用本品进行减肥,不影响体力,治疗前后左右手握力无明显差异,对体力劳动较重者,可每天加鸡蛋1~2个或豆制品50~100克。

3. 使用减肥乐一疗程后如欲继续减肥,应在减肥间隔期间应予以饮食护理指导,提供每天总热量计划,使患者合理进餐,合理选用食品,以保持体重的相对稳定,为下个疗程的进行作好准备。

• 新书出版消息 •

《周易与预测学》出版发行 该书是专论阴阳八卦著作。内容包括卦理概要、64卦的排列、卦象、卦位、爻象与爻数、爻位、预测方法、八卦的运算方法等。该书由花山出版社出版,每册7.80元(含邮资)。欲购者请汇款至:河北省滦平县周营子新华书店,联系人:王卫新,邮政编码:068253。与上书内容相似的还有《周易全解》9.88元,《周易讲座》5.00元,《易卦通解》6.24元,《易经新解》5.07元,《河洛精蕴》7.74元,《河图洛书解析》10.79元,《太极图详解》11.31元。

《中国医海汇精》征求合作者 古今中医论著虽多,然其精华内容一直缺乏全面系统的有效整理,故全国有关院校部分中医专家、学者一道准备编写一套

《中国医海汇精》丛书,其宗旨是最大限度地将古今中外现存中医著作中对现代中医理论、临床有一定指导价值的精辟论述分门别类,进行汇编。为尽快更多地收集古今中医精论,特向海内外中医同仁寻求合作,有志此道者请与承德医学院中医系《汇精》编写组王珣联系。邮政编码:067000

中国针灸独穴疗法 吉林省中医中药研究院主编,吉林科学技术出版社出版。全书约800千字,分上下两篇。上篇为现代针灸独穴疗法,详细介绍内、外、妇、儿等临床各科共312种疾病的独穴疗法;下篇为古代针灸独穴疗法,系统地整理了古代主要医籍中的独穴疗法。其目录、病名、取穴等主要内容均用中、英、日三种文字对照编写。故具有实用性强、应用广泛及查阅方便等特点。