

会议述要

全国第三届肥胖病学术交流会论文综述

上海市香山中医医院(上海200090) 焦东海 陈敏先 陈志文

主题词 肥胖/流行病学 肥胖/中医药疗法

全国第三届肥胖病研究学术交流会于1991年11月12日至16日在上海召开。这次大会共收到论文119篇,内容涉及到肥胖病的生理、流行病、儿童营养学、中医体质研究、辨证论治、单方治疗、食疗、针灸、气功等方面,现将与中医研究关系密切的论文概述如下。

一、流行病学调查

上海于1991年7月在两家工厂调查673名,肥胖病发病率占12.03%。1988年和1990年石家庄市城区分别调查儿童6,746名与12,540名,肥胖病发病率分别为3.60%与6.08%。相间2年肥胖症增加了68.90%,其中重度肥胖由7.0%增至12.7%。天津调查2,616名中小學生,肥胖病发病率占9.5%。包钢职工医院调查5岁以下肥胖儿童之智力运算与思维敏捷性,动手能力、辨别能力均不如非胖儿童。锦州市自1986至1991年6年间对9所小学生进行调查,发现每年肥胖病增加率在16.3~46.56%之间。广州军区新近调查45~80岁的军政干部534例,肥胖病患者率竟达53.7%,同时发现肥胖老年人的高血压、冠心病、糖尿病、胆石症、高血脂及骨关节病的发病率明显高于非肥胖者。沈阳市对2,050名老年人之调查,肥胖病患者率占28.24%,尤以60~65岁为最常见。上海调查了6,242例超重及肥胖者,发现女性占92%,36~40岁之患病率,占43%,其病因以产后多吃少动居多,占36%,其次与饮食及家族因素有关。有人对426例肥胖病人血清甘油三酯进行了调查,增高者占46.5%,增高程度与肥胖程度成正比。有人对数百例肥胖者的中医体质进行调查,肥胖者的体质特点为痰湿型,随着肥胖程度的加重,痰湿型体质的发生率亦增高。肥胖伴有高血压、高血脂、冠心病、中风者中,痰湿型体质明显多于非痰湿型体质。

二、临床观察

1. 辨证治疗:祖国医学认为,“肥人多痰”“肥人多湿”“肥人多痰,乃气虚也,虚则不能运行,故痰生

之”。肥胖症每多虚实相兼,本虚标实。基本定位为肝脾肾三脏,其本多为气虚,其标多为痰湿与瘀血。常用药物有黄芪、党参、生地、防己、白术、山楂、当归、首乌、草决明、夏枯草、泽泻、柴胡、荷叶、大腹皮、番泻叶、大黄等,有效率在70~89%之间。有人用人参、茯苓、香椽皮、草决明等配成胶囊,治疗肥胖病伴脂肪肝,其有效率为70.4%。

2. 成药单方:七消冲剂由地黄、乌梅、木瓜、白芍、北沙参等配制而成,减肥总有效率为88.5%,并且对高血脂、高血糖、月经不调及浮肿有效。天然消脂晶(主要成分为猴菇提取物和植物多糖)不仅能减肥降脂,而且可提高免疫力。中华玉露口服液(乌龙茶、山楂、决明子等)治疗高脂血症200例,比西药安妥明为优($P<0.05$)。有人用黄芩、泽泻、防己、黄芪等研粉提纯浓缩而成“轻健茶”,气味芳香,每包5克治疗肥胖型高脂血症54例,减肥效果优于对照组。北京中西医结合肥胖病研究治疗中心四年来治疗810例肥胖病,达到减肥不减体力之目的:肥胖病伴有食欲亢进者多用8701(黄芪、党参、补骨脂、苍术等),肥胖病伴痰湿中阻者多用8702(礞石、大黄、半夏、陈皮等),肥胖病伴腹胀便秘者多用8703(大黄、泽泻、苍术),每次服18克,每天2~3次,饭前服用,其有效率最高达89%。有人用月见草油胶囊治疗86例冠心病伴有高血脂及超体重者,治疗后血脂明显下降,3个月平均减重2~5公斤。我院用降脂减肥片(大黄醇提片)治疗肥胖病及其并发症516例,其减肥有效率为87%,平均减重4.6公斤,减重在10~22公斤者有80例。与西药芬氟拉明随机对比治疗100例,证明两者疗效相似($P>0.05$);与消脂美随机对比治疗100例,证明其有效率高于消脂美($P<0.05$)。1991年为期7天的上海市胖墩夏令营,在饮食与活动相同的条件下,137例加服降脂减肥片(治疗组),另135例不加服药(空白组),结果治疗组平均减轻体重2公斤,空白组减轻1公斤,两者相差显著($P<0.05$)。降脂减肥片不仅能减肥,而且能调理月经、

降高血脂、高血压等。

3. 针灸及耳针:耳针取穴神门、胃、大肠、内分泌、心、肺、三焦,其有效率为60~81.9%。耳压法(用王不留行籽、磁珠等压耳穴)取穴脾、神门、肺、肝、交感,有效率为88~90.5%。体针取穴天枢、丰隆、曲池、支沟、三阴交,有效率达68.7~89%。经观察表明,男性青壮年肥胖者如能坚持长疗程治疗,疗效佳。

4. 气功:有人用减肥抗衰气功(由敦实仓康功、疏导经络功、消积吐纳功、培元养真功及收功四部分组成)治疗肥胖症取得了较好疗效。有人采用回春功治疗28例肥胖病,有效率为75%,2个月平均减轻3.3公斤,腹围缩小5厘米。

5. 外治法:有人用大宝减肥霜外敷腹部、臀部肥胖者240例,以6周为一疗程,腹部皮下脂肪减少有效率为71%,臀部为65%。有人用丹参等中药作成霜剂涂抹47例,有效率为97.8%,其中有3例在治疗几天后大便量增多,继续用药2周后消失。有人采用山楂、黄芩等研制成减肥霜治疗63例肥胖病患者,以4周为一疗程,腹围平均缩小 6.45 ± 3.19 厘米,体重平均减少 2.64 ± 1.12 公斤。有人报道用电磁健美器配合碧妮健腹霜治疗腹部肥胖者100次,15次为一疗程,用药5~7次后可见效果。有人报道用频谱治疗仪配合苗条霜进行腹部减肥120例,以10天为一疗程,经对比观察后发现应用频谱仪加苗条霜的疗效明显优于单纯使用苗条霜。有人采用康复牌健美灵外敷腹部共治疗119例,10次为一疗程,其有效率为98.5%。治疗前采用红外线照射腹部并用手按摩,然后再用健美灵配合治疗则疗效更为理想。

6. 饮食疗法:现代医学认为,肥胖病的实质是饮食不当,营养过剩,摄入热量多于人体消耗量而以脂肪形式贮存体内形成肥胖。有人提出如何把中医的饮食与西医的饮食疗法相结合?通过对肥胖幼儿的膳食调查后发现,肥胖幼儿膳食中铜含量高,铁和钾含量低于对照组,因此建议肥胖幼儿的膳食应掌握以高蛋白(优质蛋白质)、低热量、低脂肪、低糖为原则,多食含微量元素铁、钾较丰富的食物,如大豆及其制品、大麦、牛肉、鸡肉、奶糕等,以促进患儿的正常发育。

三、基础研究

有人对肥胖病患者的肺功能进行检测分析,提示有小气道病变,可能为呼吸肌间脂肪组织过多沉积,使呼吸肌的肌力降低所致。有人对肥胖病伴冠心病者的心功能进行观察,其心搏出量、心搏指数、每分心输出量、心脏指数等均明显降低。对这类患者采取适

当减肥,以减轻心脏负荷,改善心功能,有益于提高冠心病的治疗效果。对肥胖型糖尿病伴脂肪肝者作载脂蛋白B(Apo-B)的含量分析,提示这类患者的Apo-B增高与脂肪肝和动脉硬化有密切关系。另有人观察到,单纯性肥胖病患者腹部脂肪分布呈高腰臀比值(WHR)者,其易患冠心病的生化基础是高密度脂蛋白-胆固醇(HDL-ch)的降低。对单纯性肥胖病患者作桡尺骨远端骨矿含量测定,结果示肥胖病者确有骨代谢改变,特别是女性青壮年患者骨矿含量降低。

亦有专业人员对针刺和药物的治疗机理进行了探讨。例如有人报道针灸能抑制食欲,减少吸收,促进能量代谢,增加能量消耗而减肥,其机理是通过神经及体液调节而实现的。伴有水肿的肥胖病患者,针刺后对血浆渗透压与醛固酮具有良好的调整作用。电针刺刺激家兔下丘脑外侧区发现,针刺能显著抑制胃功能亢进,作用时间可长达38小时,并发现电针通过胃部受体而发挥其抗胆碱效应,达到抑制食欲、消除饥饿感的作用。对降脂减肥片的研究表明,该药能抑制大鼠体重增加,延长胃排空时间,加速肠内容物的运动,抑制肠的吸收,并发现脂肪细胞内有脱脂现象。

四、小结

从流行病学调查方面可知,肥胖病之发病率在逐年上升,特别是儿童与老年的发病率增加更为明显。儿童患肥胖病不仅影响体力,而且影响智力发育;老年患肥胖病则易并发冠心病等。提示我们防治肥胖必须从儿童期开始,老年人要科学安排饮食,加强身心锻炼。

近两年来在肥胖病临床治疗方法方面也有了許多新进展,进一步认清了辨证论治的规律,出现了许多新配方(包括中西医结合配方),特别是1991年在上海出现了采用外敷中药减肥的新高潮,在许多内服药中含有中药大黄。

另外针灸、耳针、气功减肥与中西医结合的饮食疗法也有进一步提高。1991年在上海开展了夏令营综合减肥,收到了令人满意的结果。关于针灸减肥的机理研究,腹部脂肪分布与胆固醇间的关系,肥胖人心肺功能变化,肥胖与糖尿病、冠心病、脂肪肝和Apo-B的关系,肥胖病患者骨矿物质及微量元素方面的变化,肥胖儿童甲状腺激素变化,肥胖病患者与高胰岛素血症关系等作了新的研究。但目前临床有关肥胖病的诊断标准及疗效评定标准尚不统一,临床疗效大样本的随机对比研究及重复验证资料尚不多,机理研究还有待进一步深入。