

会议纪要

肥胖病研究进展

——全国第四届肥胖病研究学术会议纪要

翁维良* 贾葆鹏* 王 怡*

主题词 肥胖/中医药疗法 会议

全国第四届肥胖病研究学术会议于1994年10月在北京举行。大会论文内容反映了近几年我国肥胖病研究中的主要进展,现分述如下:

1 流行病学与预防

北京中西医结合学会高寿征认为,防治超重和肥胖的意义,是提高生命质量的需要,一级预防防治自己肥胖是加以研究的关键。第四军医大学胡绍文指出,单纯性肥胖在我国是一种社会性慢性病,发病率在儿童为4~9.5%,青春期21%,成年期18~32%,老年期达28%。必须重视肥胖病的危害性与对老龄化人口的危险性。要充分研究肥胖病的发病因素,加强预防肥胖。关键在于长期的社会保健教育和早期发现、改良饮食习惯、增强体力运动,从产前、婴儿期、儿童期开始进行家庭、学校、社会的综合防治措施。天津医学院高玉琪研究了肥胖病与脂代谢的关系。人体脂肪细胞数目和大小是肥胖的决定因素。肥胖人脂质与脂蛋白多有异常变化。肥胖人脂肪分布类型与并发症的发生关系密切。腹腔内脂肪面积与甘油三酯、胆固醇成正相关。北京市中医研究所危北海提出对肥胖病诊断可分为辨病和辨证两方面。辨病包括发病原因、发病年龄及病理变化、症状、实验检查等方面。辨证分脾虚湿阻、胃热湿阻、肝郁气滞、脾肾两虚、阴虚内热等五型,并提出了单纯性肥胖病的疗效标准。

北京中西医结合肥胖症研究中心王文远等对3496例进行调查,其中肥胖381例,占10.9%;原因以不运动贪睡最多(68.8%),饮食不合理其次(54.3%);肥胖年龄组以35~55岁为多(74%),产后肥胖占女性肥胖67.3%。北京医院陈瑛观察了单纯肥胖病47例的并发症,其中并发胆石症66%,血脂增高51%,脂肪肝40%,高血压病38%,糖尿病26%,冠心病17%,与迟家敏的报告有所不同。北京东直门医院发现单纯性肥

胖可引起肺功能障碍,且与肥胖程度有关。天津医学院报告肥胖病人有骨代谢异常。第四军医大学西京医院研究66例肥胖病患者,均有血脂及心包膜脂肪厚度增加,且与体重是正相关。北京医院观察显示肥胖患者血清锌、镁、铜增高。王育才等报告1251名青年人体脂在11~13%,肥胖发生率(体重法)男性27.4%,女性22.0%。用BFA-100测定370名老年人脂肪,男性为24.3±7.85%,女性为35.4±6.68%。老年女性肥胖发生率高达61.8%。福建内分泌研究所对福州、厦门、泉州、仙游37158例人群调查,单纯性肥胖2964例,患病率7.97%,男:女=1:22。其中轻度64.87%,中度25.03%,重度10%。浙医一院余永谱调查杭州3015例职工,脂肪肝患病率为5.21%,男性7.06%,女性3.23%,超重组患病率比非超重组高6.32倍。锦州何润清等指出小学生肥胖从1986~1992年的检出率逐年增高,应引起重视并及早防治。辽宁朝阳市刘永生于1992年7月调查4个幼儿园1638例儿童,单纯性肥胖患病率为6%,65%以上为轻度肥胖。唐山张建峰调查3600例,肥胖检出率14.43%,男女无显著差异。天津儿童医院观察报告,儿童肥胖超重血脂越高。上海瑞金医院调查127例肥胖儿,高胆固醇血症12例,高甘油三酯血症24例,而甘油三酯水平与肥胖度有相关性。大连郭华对小儿肥胖评定标准作了探讨,认为皮脂厚度可反映全身脂肪多少,选择上臂围测定简便易行。首都医学院王惠琴建议男性学龄儿童体积指数[BMI=体重(kg)÷身高(m)],超过18、女性学龄儿童超过17.5可定为肥胖,而低于15均可定为消瘦。南京军区总医院报告肥胖儿有脂质代谢紊乱。济南市中心医院研究表明肥胖儿胰岛细胞功能的改变,不是原因而是结果,且血清生长激素偏低,甲状腺功能偏低。

北医三院仰庆惠等提出肥胖治疗,应将患者由“肥胖功能态”调节到“正常功能态”,并使之得以长期维持。并将肥胖功能态分为四型,据600例分析大约各占50%、30%、10%和10%,应采用综合治疗措施。锦州卫校钱爱云探讨了小儿单纯肥胖干预对策。认为应从新生儿期开始进行,干预主要为科学饮食、合理喂养与营

* 中国中医研究院西苑医院,北京市海淀区(100091)

收稿日期:1994-11-08

养,并加以行为矫正、心理修复、运动锻炼、保持良好习惯。北京友谊医院高慧英等认为小儿肥胖防治关键在于提高认识其危害性。限制食量、增加运动、限制长时间看电视等。张淑英提出要在妊娠期预防肥胖症及巨大儿。

2 临床研究

2.1 辨证论治:目前对肥胖病的中医分型尚未能完全统一。浙江省立医院将肥胖病分为湿阻气滞、肝郁气滞、脾虚痰湿、脾肾两虚四型。治疗上主张用祛痰化湿、利水、健脾、疏泄、消导、通腑、温阳法。武汉铁路中心医院分析了121例肥胖合并月经不调病人,认为从中医理论上可分为脾虚湿阻、胃热脾虚、气滞血瘀、脾肾阳虚、痰浊内蕴五型。深圳陈红峰认为女性肥胖人有阴阳失调证候,处在阳衰的亚临床状态。广西中医学院陈翰芝探讨了肥胖的病因病机,并将其分为胃热脾滞、脾虚湿阻、脾肾阳虚、肝气郁结四型。广州市中医院余建忠主张将周易参数理论用肥胖证治疗。262医院骆斌研究了肥胖人痰湿体型与白细胞抗原关联,结果表明,痰湿体质可能存在遗传性,具有HLA-B₂的人其肥胖可能性为没有该抗原人的3.8倍。中国中医研究院西苑医院提出“肥人多痰”的新观点,对肥胖血瘀证的病因病机,肥胖人体质兼挟,中医辨证,治疗肥胖病的活血化瘀方剂与药物等方面作了深入的阐述。

华北油田总医院张宽智观察58例肥胖病人,发现与肝郁气滞有关。采用疏肝消脂汤(柴胡、枳实、当归、香附、郁金、泽泻、丹参、生山楂、荷叶、水蛭、大黄)并随证加减,减肥总效率84.5%。内蒙古中蒙医院张志民用减肥煎(荷叶、何首乌)治疗43例肥胖,总有效率81.93%。解放军85医院用减肥灵IV胶囊(党参、柴胡、荷叶、大黄、黑白丑等),治疗30例肥胖,显效26.66%,有效43.33%,并对201例肥胖病作了辨证分析。郑州市管城红十字会医院耿度华等对393例肥胖病用减肥灵(黄芪、漏芦、荷叶、山茱萸、牛蒡子、五味子、泽泻、制南星、葶苈子)浓缩煎剂治疗5天,体重减轻0.5kg以上者占95.85%。安徽中医学院韩明向报告轻身降脂乐治疗单纯性肥胖120例,显效40%,有效54%。天雁减肥茶组107例,显效34%,有效55%。总有效率分别为94%和92%。解放军305医院千莲弼对500例肥胖,青少年用防风通圣散、防己黄芪汤,中老年加茯苓、柴胡、草决明煎服,取得较好效果。佳木斯医学院用此法治疗肥胖病63例,25%体重有不同轻度减轻。福建医学院附院陈美爱等用减肥合剂(四逆散、茯苓皮、海桐皮、泽泻等)。治疗90例肥胖,总有效率84.3%。北京肥胖症研究治疗中心侯维昆、贾葆鹏等报告用乌花木

苗条胶囊(海藻、昆布、木瓜、茯苓、山楂、薏苡、乌龙茶等),每日3次,每次3~4粒,6周为一疗程,治疗107例肥胖,总有效率90.6%。上海第一人民医院张镜人等用白术、陈皮、半夏、丹参等,治疗90例肥胖,总有效率72%,体重平均下降1.71kg。上海香山中医院沈学敏、焦东海用大黄治疗452例单纯性肥胖总有效率88%,平均体重减轻4.6kg,腹围减小4.5cm,且对月经失调亦有效果。北京积水潭医院用强身降脂合剂及冲剂(黄芪、茯苓、牵牛子、郁李仁、黄精、生山楂、草决明)治疗单纯性肥胖51例,合剂体重减轻1.25kg,冲剂减轻2.75kg。401医院王昭用健美丸(黄芪、首乌、防风、苍术、川军、泽泻、仙灵脾、黄精、禹余粮)治疗肥胖病70例,30天为一疗程,有效率77.17%,且随治疗时间延长,疗效提高。天津医学院附院曲竹秋等用酸泻肝木法(柴胡、白芍、乌梅、茯苓、荷叶、泽泻等)加减,治疗100例单纯性肥胖,体重均有不同程度降低,下降10kg以上50例。中国中医研究院西苑医院刘维佳等用轻减2号(决明子、荷叶等)治疗肥胖病45例,对轻、中、重度肥胖有降低体重、减小腹围作用。北京731医院用降脂1号胶囊(党参、黄芪、云苓、泽泻、桂枝、决明子、山楂、半夏、防己、陈皮、杏仁、大腹皮、枳实、大黄等)治疗23例肥胖病,总有效率73.92%。第二军医大学长征医院用减肥降脂片治疗323例肥胖,有效率84%。海军总医院钱彦方对40例单纯性肥胖痰湿体质者,用轻健胶囊(荷叶、生蒲黄、防己、冬瓜皮、黄芪、生大黄、香附等),平均体重减轻3.7kg,总有效率75%,且有降低胆固醇作用。

2.2 外治法:近年来,国内对外治减肥作了大量工作。上海方桂珍采用导平减肥仪间歇电刺激气海、关元、三阴交,然后用天然健美灵热敷、按摩,治疗20例腹型肥胖,10天后脐上腹围平均减少3.87cm。美国张平用冲击按摩综合疗法治疗单纯性肥胖2000例,内服降脂减肥液(党参、黄芪、茯苓、首乌、补骨脂、番泻叶、乌梅、丹参、枸杞等),外用减肥健美霜(枸杞、丹参、番泻叶、首乌、茯苓、黄芪),总有效率94.75%。中国中医研究院西苑医院王怡等报告,活血消脂乳(丹参、蒲黄等)对腹部按摩有消脂减肥作用,有效率为80%。上海余清认为,减肥仪与特定穴位结合应用效果比较好。北京张素云使用推拿运经仪加中药离子透入减肥,128例中除8例无效外,均有效果。

2.3 针灸:针灸、耳针减肥有较好的效果,应用颇广。南京中医学院刘志诚等用针灸治疗单纯性肥胖1134例,分为胃肠实热(655例)、肝郁气滞(147例)、脾虚湿阻(113例)、心脾两虚(67例)、肝肾阴虚(53例)、脾肾

两虚(41例)、肺脾两虚(31例)、心脾气虚(28例)进行辨证论治,体重由 $73.98 \pm 10.22\text{kg}$ 降为 $49.52 \pm 10.27\text{kg}$,认为针灸减肥机制可能是增强交感-肾上腺素和下丘脑-垂体-肾上腺两个系统的机能。谢丑平对抗精神病药所致肥胖 42 例用针灸治疗,取关元、水道、天枢、中脘、阴陵泉、三阴交、水分穴,经 10~60 天治疗后,均有不同程度的疗效。解放军 292 医院对单纯性肥胖 74 例用针灸治疗,耳手足阳明、太阴经腧穴为主,总有效率 87.84%。南京孙凤岷认为针刺不仅抑制摄食,且可使植物神经平衡指数,多巴胺、去甲肾上腺素明显回升。沈阳市胸科医院用王不留耳压治疗肥胖 134 例,1 个月后体重下降 $1.6 \sim 16.4\text{kg}$ 。北京积水潭医院耳穴压点治疗 60 例肥胖,总有效率 90.5%。303 医院耳穴贴压口、胃、饥点、肺、内分泌、三焦、兴奋点、额,治疗肥胖 124 例,疗程 30~60 天,体重平均降低 2.4kg,腹围减少 3.5cm。佳木斯医学院用头皮针调整任督二脉而达到减肥效果。

2.4 气功:北京中西医结合医院愈悠兰对 42 例单纯性肥胖,用健美减肥气功法治疗,体重平均下降 2.57kg,腹围减少 4.36cm。北京韩旭对气功减肥观察表明,减肥幅度 $1.5 \sim 10\text{kg}$ 。认为气功减肥可以自然的减食或不食主食,且能保持正常的工作。对中度以上肥胖,亦可采用分段节食减肥的方法,练气功时的腹式呼吸,使腹部温度升高,膈肌活动增加,胃肠运动增加,从而能加速腹部脂肪的消耗。上海北站医院用气功回春法减肥,练功 3 个月 47 例体重平均下降 3.3kg,腹围平均缩小 5cm。解放军 303 医院练功同时配合迪斯科舞蹈治疗肥胖 320 例,疗程 6 天,平均体重减轻 1.95kg,腹围减少 4.5cm。

2.5 综合治疗:北京张淑宇采用饮食控制,心理治疗与行为矫正、运动、中药等综合减肥措施,利用暑期夏令营形式治疗 505 名中重度 8~16 岁少儿肥胖,10 天治疗班,体重减轻 $3 \sim 10\text{kg}$ 。保定中医院用中药结合体疗,治疗 5 例单纯性肥胖,3 个月平均体重下降 $10 \sim 15\text{kg}$ 。西安铁路中心医院用耳针,小剂量甲状腺片加防风通圣丸或大黄柴胡汤、防己黄芪汤、桂枝茯苓丸等治疗肥胖病 28 例,体重由 $78.90 \pm 10.13\text{kg}$ 降为 $69.94 \pm 10.66\text{kg}$ ($P < 0.05$)。青海医学院中医采用芬氟拉明配合针灸治疗单纯性肥胖 35 例,总有效率 85.71%。北京八大处医院用中医辨证,中药、针灸、耳针、饮食控制、自我按摩等综合措施治疗肥胖 110 例,全部有效。哈尔滨中西医结合医院用中药(柴胡、泽泻、黄连、番泻叶、生大黄、生地、夏枯草、草决明)结合脂肪抽吸术治疗肥胖 42 例,取得显著效果。辽宁朝阳中心医院用中

药配合口服苯丙胺治疗肥胖,18 例中 15 例有效。上海瑞金医院在用芬氟拉明同时加服降脂口服液(25% 生大黄水浸剂)治疗单纯性肥胖 40 例,总有效率 92.5%。两者合用可减少芬氟拉明用量 $1/3 \sim 1/2$ 。

3 实验研究

有关减肥的实验研究报告较少。中国中医研究院西苑医院刘维佳等报告,30%轻减 2 号(草决明、荷叶等)对小白鼠有抑制体重增长作用,且与剂量有关;10%煎剂组对体重虽有抑制,但统计学处理差异不明显。轻减 2 号对高血脂症动物有降低其胆固醇及甘油三酯作用。上海市香山中医院焦东海等实验证明,大黄灌胃 2 周后,大鼠体重明显减轻,与摄食减少,排便增多有关。大鼠体内脂肪分布也有变化,腹壁脂肪厚度不变,但腹腔内脂肪沉积明显减少。心肝、肾脏重量无明显变化。腹腔内脂肪细胞轮廓模糊,染色变浅、边界不清,有局灶性溶解现象发生。表明可能有溶解或抑制脂肪细胞内脂肪合成作用。

4 小结

我国肥胖发病率有逐年增高之趋势,防治肥胖工作取得了一定进展。结合本次会议所反映的情况,今后应考虑以下几点:(1)加强肥胖病预防研究。有计划地抽样调查,分析肥胖原因,提出行之有效的预防措施;长期观察,尤其要注意预防肥胖要从妊娠、婴儿时期开始。(2)提高肥胖诊断治疗水平。对中医辨证进行深入研究,修订肥胖病诊断标准,逐步推广应用。临床研究应有严格的科研设计。(3)研制出疗效好、副作用小的减肥有效药物。(4)应采取综合措施,因人而异,制订长期计划,巩固疗效。(5)研制有效、价廉的,能被广大肥胖患者接受的减肥食品。(6)加强肥胖病与肥胖病治疗药物的作用机制研究,提高防治肥胖病的科学性。

中医杂志社科技服务中心

北京市丰台区卫生局医疗防治中心联合举办

“杨氏经络疗法”培训班

杨氏经络疗法,是一种独特新颖的手法诊断、治疗方法。采用全新的经络诊断方法,即根据体表软组织形状发生变化的情况而查其经络状态,分析身体状况及健康发展趋势。临床治疗摆脱了传统手法一法治病、一症的原则。学员将系统学习怎样通过一套手法,在不依靠药物和其他治疗方法的情况下,调动和利用机体自动调节功能,排除体内的风寒、痰湿、瘀血。此法对心脏病、高血压、胃肠病、哮喘、前列腺增生等常见病和部分疑难症有较高的疗效。

此法简便易学,能较快掌握,学习后均能达到治疗常见病水平。考试合格,由中医杂志社科技服务中心和北京市丰台区卫生局医疗防治中心联合颁发结业证书。每期 14 天,讲课与实习同时进行。每月一期。学费(含资料费):公费 400 元;自费 300 元。安排食宿,费用自理。

报名地址:北京丰台区郑常庄 306 号防治中心,邮编:100039;电话:6886329 转 3152;联系人:赵守仪