

· 综 述 ·

儿童单纯性肥胖症中医药治疗概况

肖 红 赵卫国 王 响 杨凤爱

(哈励逊国际和平医院,河北省衡水市人民中路2号,053000)

[关键词] 儿童单纯性肥胖症;中医药治疗;综述

儿童单纯性肥胖症,是指由于热量摄入远远大于消耗与利用,造成脂肪在体内积聚过多,进而导致体重超常的病症。目前公认超过标准体重的10%为超重,超过20%~29%为轻度肥胖,超过30%~49%为中度肥胖,超过50%为重度肥胖^[1]。20世纪80年代和90年代我国开展的两次流行病学研究表明,单纯性肥胖症已成为中国儿童严重的健康问题^[2]。现就儿童单纯性肥胖症的中医药研究现状作一综述。

1 对肥胖症病因病机的认识

中医对肥胖症的认识散见于历代文献中,今人在总结古人理论观点的基础上亦各有侧重。综合起来该病的病因主要是先天禀赋、饮食不节(饮食偏嗜、饮食过度)、好静恶动、脏腑功能失调、七情所伤等。病机主要有脾虚、肾虚、肝郁、胃热等,与痰、湿、瘀密切相关。脾主运化,具有消化饮食、化生、吸收和转输水谷精微的生理功能,若脾失运化,水谷肥甘之物无以化生气血精微,而转变为痰湿脂质积聚体内,导致肥胖^[3]。肾藏真元之气,是人体生命活动的根本。若肾气亏虚,气化失常,肾阳不能温煦脾土,必引起精微物质的转化和贮存失去平衡,导致肥胖的发生^[4]。又肾气不足,不能正常化气行水,通调水道而湿浊内聚,溢于肌肤加重肥胖^[5]。肝主疏泄,调畅气机,助脾运化,若肝气郁滞,则气机升降失常,脾失健运,从而导致肥胖,且气滞血瘀,痰瘀交阻使肥胖进一步加重。胃主受纳腐熟水谷,若胃热炽盛,机能亢进,则消谷善饥,饮食过量,而导致肥胖发生。

2 治疗研究

2.1 辨证论治

汪受传^[6]主编的《中医儿科学》将儿童单纯性肥胖症分为4型:脾虚湿阻型,选用平胃散加减(苍术、厚朴、陈皮、干姜、炙甘草、白术、茯苓、山楂);胃热湿阻型,采用泻黄散加味(防风、藿香、栀子、石膏、薏苡仁、泽泻、

荷叶、夏枯草、厚朴);脾肾两虚型,选取六君子汤合五子衍宗丸加减(陈皮、半夏、茯苓、党参、炙甘草、白术、菟丝子、覆盆子、车前子、仙茅);阴虚内热型,用杞菊地黄丸加味(枸杞子、菊花、生地黄、山茱萸、山药、泽泻、牡丹皮、制何首乌)。熊磊^[7]认为,儿童单纯性肥胖症主要分肺脾气虚和痰湿内阻两个证型,前者选用防风通圣散合防己黄芪汤(防风、荆芥、薄荷、当归、白芍、川芎、白术、栀子、大黄、防己、黄芪、制何首乌、山楂、泽泻、茵陈、决明子、葛根等)治疗,后者则选用温胆汤合平胃散、泽泻汤(半夏、陈皮、茯苓、枳壳、竹茹、青皮、厚朴、苍术、白术、泽泻、槟榔、大黄、焦山楂、白芥子等)治疗。万力生^[5]归纳为脾虚湿阻型,方用二陈汤(半夏、橘红、茯苓、甘草)合温胆汤(半夏、竹茹、枳实、橘皮、茯苓、生姜、甘草);阳虚水泛型,方用五皮饮(大腹皮、桑白皮、茯苓皮、生姜皮、陈皮);肠胃燥热型,方用调胃承气汤(大黄、芒硝、甘草)或单味大黄长期服用;肝胆湿热型,方用龙胆泻肝汤(龙胆草、黄芩、栀子、泽泻、车前子、柴胡、当归、生地黄、甘草)。

2.2 专病专方

袁静等^[8]用草菊饮(番泻叶20g,决明子20g,菊花10g,荷叶15g,陈皮10g,山楂10g)联合膳食纤维素治疗儿童单纯性肥胖症64例,结果显效29例,有效3例,无效4例,总有效率93.75%。李淑霞^[9]用温胆汤加减(半夏、竹茹、枳实、茯苓各6g,黄连3g,大黄3~6g,陈皮9g,生姜3片,大枣2枚。气虚乏力者去黄连、竹茹,加连翘6g,黄芪12g,党参、白术各6g;苔腻湿重者加瓜蒌、苍术、厚朴各6g)治疗儿童单纯性肥胖症30例,10天为1个疗程,间歇5天开始下1个疗程,其中2例不能坚持服用中药,体重无明显改变,其余28例在坚持服用中药2~3个疗程后,体重均有不同程度减轻,最低减轻3kg,最多减轻8kg,配合体育锻炼及合理饮食,半年内体重无反弹。孙升云等^[10]以活血利湿、减肥降脂为主,用山荷降脂丸(山楂、荷叶、泽泻、大黄等)治疗儿童单纯性肥胖症128例,疗程为1~3个月,并随访1年。结果显效67例,有效42例,无效19例,总有效率

通讯作者:肖红, (0318) 2661779。

85.13%。乐芹等^[11]用荷泽口服液(荷叶、山楂、泽泻、苍术、薏苡仁、枳实、知母、决明子)治疗儿童单纯性肥胖症64例,2个月后观察,其中显效29例,有效31例,无效4例,总有效率93.75%;并能较好地改善患儿头昏、乏力、气促、食欲亢进、腹胀、便秘、易饥、多汗等症状,对怕热亦有一定的改善。易献春等^[12]采用中药减肥煎剂(苍术10g,厚朴10g,大黄3g,丹参30g,山楂30g,陈皮15g,益母草15g,茯苓30g,山药5g,薏苡仁25g,玉米须30g)治疗3例儿童单纯性肥胖症,2个月后,痊愈1例,显效3例,有效2例,无效1例,总有效率为97%。邱志济等^[13]自拟小儿减肥散(木香、砂仁、炒枳壳、炒白术、皂荚、荔枝核、莪术)治疗少年肥胖症160例,60天为1个疗程,4个疗程临床症状全部消失128例,6个疗程临床症状基本消失32例。郝宏文等^[14]以清热化痰、运脾降浊为主要治则,方用:胆南星、虎杖、决明子、生山楂、莪术、陈皮,治疗儿童单纯性肥胖症,亦取得了较好的临床效果。

2.3 单味药

沈学敏等^[15]用降脂片(每片含大黄生药1g,上海市香山中医医院制剂室提供)治疗儿童单纯性肥胖症45例,每次3~5片,每天2~3次,餐前半小时口服,保持每天大便2~3次,据此调整服用剂量。3个月为1个疗程。结果显效13例,有效27例,无效5例,总有效率为88.9%。

2.4 针灸推拿

体针取穴以足阳明胃经和足太阴脾经穴为主,选用具有健脾益肾、化痰除湿、理气活血功效的穴位,如天枢、大巨、水道、归来、大横、水分、梁丘、阴陵泉、足三里、丰隆、三阴交、内庭等,辨证取穴,虚证者一般常采用补法,灸法,实证采用泻法,留针30分钟,隔日1次,15次为1个疗程^[5]。耳压贴压主穴:内分泌、神门,配穴:大肠、口、胃、肺、三焦,将王不留行用胶布贴于上述耳穴,压之产生酸、麻、胀感,每次1个主穴配1~2个配穴,每周换1次,10次为1个疗程,两耳交替使用^[7]。周莅莅等^[16]采用芒针结合耳穴按压治疗儿童与成人单纯性肥胖53例,选用29~31号芒针,取穴为梁门透归来、梁丘透脾关,每次留针30分钟,隔日1次,10次为1个疗程。耳穴按压取饥点、神门、胃、内分泌为主穴。与32例单纯耳穴按压组对照,结果芒针加耳穴按压组总有效率为94.3%,单纯耳穴按压组总有效率为78%,两组间总有效率差异有统计学意义。黄皖生等^[17]将60例确诊为儿童单纯性肥胖症患者采用双盲法分为对照组、耳穴贴压配合按摩组(简称治疗组)各

30例。其中脾胃俱旺型30例,肝郁气滞型20例,脾虚湿盛型10例。治疗组处理:(1)推脊5~7遍,揉按两侧肾俞、脾俞各50次;(2)顺时针方向摩腹100次,后用两手指自患儿剑突处沿两肋下分推50次;(3)推按后承山100次;(4)取单侧耳穴,脾胃俱旺型选择饥点、大肠、小肠、胃、心、交感;肝郁气滞型选择口、肝、胆、神门、皮质下、内分泌;脾虚湿盛型选择脾、饥点、胃、膀胱、肾、三焦、肺、皮质下。每日按压3~5次,每次约5分钟,3天更换1次,双侧耳穴交替使用。对照组儿童仅作自然对照,不作任何处理。3个月后观察疗效,结果治疗组总有效率为86.67%,对照组为6.67%。朱升朝等^[18]除按照上述方法外,增设单纯手法按摩组采用上述耳穴贴压配合按摩组(1)~(4)的方法,总有效率:按摩耳压组88%,手法按摩组75%,对照组6.2%,且每两组间差异均有统计学意义。李洪玲等^[19]应用循经推拿结合行为矫正疗法治疗30例单纯性肥胖的儿童,并以30例作对照。治疗组在患者身上循背部夹脊穴和足阳明胃经上穴位进行按摩,并对胃俞、脾俞、肾俞、上脘、中脘、下脘等重点穴位进行刺激,每日治疗30分钟;并参考蒋竞雄报道的方法^[20]进行行为矫正。对照组仅给予行为、饮食、运动指导。30日为1个疗程,疗程结束6个月随访,观察疗效。治疗后实验组30例肥胖儿童体重均有下降,且下降幅度与入院时体质量及BMI值明显相关($P < 0.05$);对照组30例肥胖儿童1个月后BMI值明显高于实验组($P < 0.01$);实验组治疗结束6个月后随访体质量明显低于治疗前($P < 0.01$),而与出院时体质量无明显差异($P > 0.05$)。邵先桃等^[21]将68例儿童单纯性肥胖症患者随机分为3组,治疗组30例,对照组18例,空白组20例。推拿手法分3步:(1)脾300次(补),胃100次(泻),大肠200次(泻),揉板门100次,小肠100次(泻),运内八卦50次;(2)开璇玑10次,摩腹3~5分钟,揉摩中脘2分钟,揉脐及天枢100次,按揉水分、气海、天枢、滑肉门、外陵等具有公认减肥效果的脐周八穴,每穴半分钟;(3)捏脊3~5遍,按揉脾俞、胃俞、足三里,每穴半分钟;揉龟尾100次,推上七节骨100次,擦腰骶部(以局部皮肤轻度充血为度)。治疗组第1步使用葱姜水为介质,2步中摩腹和擦腰骶部用减肥按摩膏(以半夏、桂枝、决明子、大黄、茯苓、泽泻、丹参、川芎、紫草、花椒、冰片等)为介质,每次治疗40分钟,隔日1次,15次为1个疗程,休息1周后进行下一个疗程,3个疗程后统计疗效。对照组第1步亦使用葱姜水为介质,第2步第3步用强生婴儿润肤油为介质。空白组仅给予饮食、运动指导。结果治疗组总有效率86.67%,对照组77.78%,空白组50%,且每两组间差

异均有统计学意义。于嫦琴等^[22]利用自制的光灸减肥仪进行穴位照射,治疗10例单纯性肥胖儿童,取中脘、巨阙、足三里(双)、内分泌、交感、天枢、大横、气海、关元、丰隆(双)、三阴交(双),每次选体穴3~5个,每穴照射2~3分钟,每日1次,3个月为1个疗程。同时与10例耳穴压籽法治疗的单纯性肥胖儿童进行对照。结果,光灸组与耳压组均有明显减肥效果,但光灸疗法疗效明显优于耳压疗法。

3 结语

肥胖症是一个病因复杂的病症,其发病既有先天的遗传因素,又有后天的饮食因素,还与情绪、运动等有关。预防和治疗往往需要全面的综合疗法,包括饮食管理、增加运动及体格锻炼、行为疗法、心理干预或配合针灸、推拿、理疗、药物等疗法。儿童正处于生长发育阶段,在减肥的同时不能妨害儿童的生长发育,所以现行的多种减肥法如禁食、西药、手术、加大锻炼强度等均不适合用于儿童,而且还应注意儿童的接受度。中医药治疗儿童单纯性肥胖症确有良效,具有副作用较小、反弹率较低的优点,但又存在起效较慢、疗程较长的不足之处,中药剂型改革方面也处于薄弱环节。今后应结合儿童稚阴稚阳的体质特点,遵循“减肥不厌食,减肥不腹泻,减体重不减力”的原则,在保障小儿身心健康和正常发育的前提下,发展儿童易于接受的无痛、无创伤、无毒副作用、易食用的方药和方法。

参考文献

- [1]包美珍.儿童肥胖病诊断与治疗中的若干问题.临床儿科杂志,2003,21(5): 315~ 316.
- [2]唐志刚.儿童单纯性肥胖症研究现状与进展.中华实用医药杂志,2003,3(21): 198~ 1983.
- [3]王永炎.中医内科学.上海:上海科学技术出版社,1997: 337.
- [4]林应华.实脾轻身饮治疗单纯性肥胖症的临床研究.中国中西医结合脾胃杂志,1999,7(2): 110~ 111.
- [5]万力生.剖析儿童单纯性肥胖症的致肥因素及对策.天津中医药,2003,20(6): 15~ 17.
- [6]汪受传.中医儿科学.北京:中国医药科技出版社,1999: 735~ 736.
- [7]熊磊.儿童单纯性肥胖治疗之我见.云南中医学院学报,1997,20(2): 33.
- [8]袁静,郭华.草菊饮及膳食纤维素联合治疗儿童单纯性肥胖临床研究.天津中医药,2005,22(3): 205~ 206.
- [9]李淑霞.温胆汤加减治疗儿童单纯性肥胖症.江西中医药,2003,34(8): 25.
- [10]孙升云,杨钦河,姚英民,等.祛湿活血法治疗小儿单纯性肥胖症128例临床观察.新中医,2002,34(1): 56.
- [11]乐芹,王大宪,夏新红,等.菏泽口服液治疗单纯性肥胖症

- 患儿的临床观察.中国中西医结合杂志,2002,22(5): 384~ 385.
- [12]易献春,刘平.减肥煎剂治疗儿童单纯性肥胖症临床研究.江西中医药,2002,33(4): 27.
- [13]邱志济,邱江峰,邱江东.自拟小儿减肥散治疗少年肥胖症160例.辽宁中医杂志,2000,27(1): 19.
- [14]郝宏文,王素梅.从痰热蕴阻探讨儿童单纯性肥胖症的治疗.北京中医药大学学报(中医临床版),2006,13(1): 23~ 24.
- [15]沈学敏,焦东海,金惠铭.降脂片治疗儿童单纯性肥胖病的临床与实验研究.陕西中医学院学报,2001,24(4): 48~ 49.
- [16]周莅莅,王宛彭,刘洪恩.芒针结合耳穴按压治疗肥胖症.吉林中医药,1996,(5): 26.
- [17]黄皖生,吴敬斌,黎永兴,等.耳穴贴压按摩并用治疗儿童单纯性肥胖症的研究.中医药学刊,2004,22(4): 626~ 627.
- [18]朱升朝,于利群,宋培娟.按摩治疗幼儿单纯性肥胖症的研究.按摩与导引,2000,16(1): 9~ 12.
- [19]李洪玲,刘安民,吴金良,等.中医循经推拿和行为矫正治疗儿童单纯性肥胖症.中国临床康复,2003,7(15): 2237.
- [20]蒋竞维,丁宗一.行为疗法在肥胖儿童中的应用.中国心理卫生杂志,1997,11(4): 252.
- [21]邵先桃,熊磊.减肥按摩膏治疗儿童单纯性肥胖症的临床研究.云南中医学院学报,2006,29(6): 29~ 32.
- [22]于嫦琴,赵树华,赵学良,等.光灸治疗儿童单纯性肥胖症的临床观察.中国中西医结合杂志,1998,18(6): 348~ 350.

(收稿日期: 2007- 10- 10)

[编辑: 李 巍]

《国家职业保健技能社区实用全书》征订

本书是将国家职业劳动技能中与人体相关的保健技能和中医特色治疗方法相结合,集预防治疗、保健康复为一体的社区、乡村、家庭、个人医学全书。

本书上篇主要介绍健康与保健的基本概念、人体生理解剖学认识和中医脏腑经络穴位知识;中篇主要介绍按摩疗法、足部按摩疗法、保健刮痧疗法、营养与饮食疗法、心理咨询疗法、养老护理方法以及康复理疗和体育锻炼运动等方法的范畴、作用原理、基本手法、操作程序、适应范围和禁忌症,使这些与中医疗法相关的劳动技能,更加标准化和规范化;下篇主要针对基层、社区常见的动脉硬化、高血压病、冠心病、糖尿病、老年痴呆、中风后遗症、神经衰弱、慢性支气管炎、慢性肾功能不全、肿瘤恢复期等10种病症以及头痛、肩痛、颈痛、腰腿痛、膝关节痛、足跟痛、失眠、食欲不振、疲劳、便秘、腹泻、肥胖男子性功能减退、痛经、雀斑等15种亚健康人群证候,从发生的病因病机、临床表现以及综合的保健康复方法等方面,进行了详细的论述和说明,对每一种病症给出了多种治疗方案,容易操作和掌握。本书内容丰富,图文并茂,通俗易懂,体现了简单方便、价廉效验、操作性强和安全无副作用的优点,实为社区、乡村的医学专家、保健行家、基层服务人员和家庭保健的必备医书。2007年1月出版,邮购价: 67元。

欲购者请汇款至:北京东直门南小街16号中医杂志医海林音像书店图书部,邮编: 100700 电话: 010- 64035632