

引用:刘凌志,赵瑞成. 赵瑞成运用针药结合治疗脾虚湿阻型单纯性肥胖经验[J]. 湖南中医杂志,2020,36(4):22-23.

赵瑞成运用针药结合 治疗脾虚湿阻型单纯性肥胖经验

刘凌志¹,赵瑞成²

(1. 湖南中医药大学,湖南 长沙,410208;

2. 湖南省中医药研究院附属医院,湖南 长沙,410006)

[摘要] 介绍赵瑞成教授治疗脾虚湿阻型单纯性肥胖的经验。赵教授基于中医辨证论治理念,结合多年临床经验,认为单纯性肥胖以脾虚湿阻型多见,总属本虚标实之候,病位在脾,治疗上多以健脾燥湿为主,随症加减,方用胃苓汤加减配合针灸治疗,多获良效。并附验案1则,以资临床借鉴。

[关键词] 单纯性肥胖;脾虚湿阻型;针药结合;名医经验;赵瑞成

[中图分类号] R259.892 **[文献标识码]** A **DOI:** 10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2020.04.008

单纯性肥胖是临床常见的代谢性疾病,是以人体脂肪堆积过多为特点,且无代谢障碍性疾病与内分泌紊乱现象,占肥胖症总人数的95%以上^[1]。随着经济发展水平的提高,可能主要受遗传因素及不良生活方式的影响,近几年来单纯性肥胖出现迅猛的增长趋势^[2]。赵瑞成主任医师从事内科、针灸科临床研究三十余年,在单纯性肥胖的治疗方面经验丰富,形成了一套独特的中医特色治法。单纯性肥胖虽病因病机复杂,但以脾虚湿阻型最为常见,笔者(第一作者)有幸从师学习,现将赵师临床运用针药结合治疗脾虚湿阻型单纯性肥胖的经验介绍如下。

1 病因病机

中医学对肥胖的记载最早见于《黄帝内经》,其有“广腋、广项、多脂、厚皮”之貌,有“肥贵人”“肥人”“肥白人”之名,并提出肥胖与脏腑功能、饮食习惯、先天禀赋等密切相关。《素问》云:“盖人之肥瘦,由血气虚实使之然也,气为阳而主轻微,血为阴而主形体……故血实气虚则肥,气实血虚则瘦。”脾胃乃气血生化之源,故脾之运化功能失调,水湿停滞,膏脂内蕴,而致肥胖。《仁斋直指方》曰:“肥人气虚生寒,寒生湿,湿生痰……故肥人多寒湿。”肥人阳气不足,阴寒内生,运化不足,水湿内停,而致津液停留积聚,逐渐蕴结成痰湿^[3]。《脾胃论》有

云:“脾胃俱旺,则能食而肥,脾胃俱虚,则不能食而瘦或少食而肥,虽肥而四肢不举。”可见脾脏虚损,运化失常,而致水湿停聚,是肥胖的重要病机。

赵师总结历代医家经验并结合临床,认为脾虚湿阻型单纯性肥胖总属本虚标实之候,病位主要在脾。常因患者平素饮食无节,久坐喜卧,起居无度,久则耗气伤脾,脾失健运,水谷精微输布失司,聚而化湿,而发肥胖。但临床上单纯脾虚少见,由于个人先天禀赋、体质、社会环境等差异,多夹杂其他脏腑兼症,且以胃、肝、肾多见,故治疗上应以健脾燥湿为主,需注意兼顾他症。

2 治则治法

2.1 用药经验 赵师治疗脾虚湿阻型单纯性肥胖常以胃苓汤加减治疗。处方:陈皮10g,炒白术10g,苍术5g,茯苓30g,佩兰10g,砂仁5g,厚朴10g,猪苓10g,荷叶10g,泽泻10g,甘草5g。方中以陈皮为君药,《本草经疏》载其“苦温能凿脾家之湿,使滞气运行,诸证自疗矣”,故本方乃取其理气健脾燥湿之功;炒白术、苍术、茯苓皆可补气健脾、祛湿利水,共为臣药;佐以佩兰、砂仁、厚朴行气燥湿,猪苓、泽泻利水渗湿,荷叶升阳化湿,现代研究表明其有良好的降脂作用^[4];甘草作为使药,取其健脾补中、调和诸药之效。综观全方,诸药相伍共奏健脾理气、燥湿利水之功。赵师以此为基础

第一作者:刘凌志,男,2017级硕士研究生,研究方向:针灸推拿防治脑病

通讯作者:赵瑞成,男,主任医师,教授,硕士研究生导师,研究方向:中医药防治脑病,E-mail:Zrc20070822@163.com

方,临床上随症加减。若患者清阳不升,见头晕昏沉,则常予升麻、柴胡、黄芪等补气升阳;若患者内有虚寒,见喜温畏凉、食后腹泻等,多加辛温之品,如草豆蔻、萆澄茄、吴茱萸等;若患者兼有情绪低落、烦闷不适等,常以香附、郁金、玫瑰花等行气解郁。

2.2 针灸经验 赵师运用针灸治疗脾虚湿阻型单纯性肥胖时取穴主要以脾经、胃经为主,次及肝经、肾经、带脉等。主穴:中脘、天枢、大横、带脉、气海、关元、章门、脾俞、胃俞、足三里、阴陵泉、三阴交、丰隆。依部位配穴:面部肥胖加颊车、承浆等;上肢肥胖加臂臑、尺泽等;腹部肥胖加梁门、腹结等;背部肥胖加膈俞、肝俞等;臀部肥胖加环跳、承扶等;下肢肥胖加血海、承山等。兼症配穴:失眠加神门、安眠等;泄泻加上巨虚、下巨虚等;畏寒加肺俞、大椎等;头晕加百会、膏肓等。其中腹部穴位较多,赵师认为其可起到调畅中焦气机、益气健脾、升清降浊的作用,同时腹部也是脂肪容易堆积的部位,通过针刺可加快局部脂肪代谢,从而达到减肥的目的。中脘以升清为主,足三里以降浊为要,二穴配伍,相辅相成,有健脾祛湿之功。带脉穴为足少阳胆经与带脉的交会穴,带脉有“总束诸脉”之功,因此针刺带脉穴可调畅经络,约束诸经,控制腰腹部的体形。阴陵泉、丰隆穴既可健脾又可祛湿;气海、关元乃保健要穴,有健脾补气、培本固元的作用;天枢属胃经又为大肠经募穴,具有良好的双向调理肠胃功能作用;章门与脾俞、胃俞与中脘乃取俞募配穴之法,增强健脾祛湿之功;三阴交是足三阴经的交会穴,激发其经气可取得健脾益气、疏肝行气、培补元气的作用。赵师临床常配合予以温针灸或疏密波电针波形,以增强针刺疗效。温针灸能透热甚至直达脏腑,具有温通与温补双重功效,通过疏通经络、健脾化湿达到降脂减肥之作用^[5]。经研究表明,疏密波形能改善组织局部供血供氧,促进血液循环,从而提高代谢水平。同时疏密波形能较好地调节植物神经功能,起到抑制食欲的作用^[6]。

3 典型病案

刘某,女,32岁,2019年4月17日就诊。自诉近1年来体质量增长近16 kg,现身高163 cm,体质量75 kg,体质量指数(BMI)为28.2,查甲状腺功能、彩超等大致正常,诊断为单纯性肥胖。饮食、生活习惯与往年相似,平素体虚,常感

疲劳乏力、肢体沉重、懒言少动,偶头晕昏沉感,易汗出,易食后泄泻,易腹胀,纳不佳,夜寐不安,多梦,大便质稀,小便可。舌淡红、舌体胖大有齿痕,苔薄白,脉细滑。辨证:脾虚湿阻证;治法:健脾益气,祛湿降脂。处方:陈皮10 g,苍术5 g,厚朴10 g,茯苓30 g,猪苓10 g,荷叶10 g,泽兰10 g,炒白术10 g,黄芪30 g,党参10 g,升麻5 g,佩兰10 g,砂仁5 g,甘草5 g。7剂,每天1剂,水煎,早晚温服。配合普通针刺健脾化湿。取穴:气海、关元、脾俞、胃俞、中脘、下脘、天枢、大横、带脉、足三里、丰隆、阴陵泉、三阴交;电针、疏密波、中等强度刺激,每天1次。二诊:患者诉体质量较前减轻1.6 kg,疲劳乏力、食后泄泻等情况较前减轻,近来工作压力较大,仍夜寐不安,予上方加酸枣仁30 g、磁石30 g、龙骨30 g、郁金10 g、玫瑰花10 g。7剂。配合普通针刺(原处方加神门、通里、安眠)治疗。三诊:半个月后患者复诊,诉体质量减至71.5 kg,纳寐可,疲劳乏力等情况改善,中药仍守前方,去酸枣仁、磁石、龙骨,无新发症状则续服2个月,配合初诊针刺处方。患者共治疗3个月后,体质量降至58 kg,BMI为21.8,精神佳,无疲劳乏力感,无腹胀泄泻,纳寐可,二便调。

按语:该例患者素体脾虚,故见乏力懒言;运化失司,水谷精微输布障碍,聚湿生痰,痰浊中阻,清阳不升,则见头晕;痰湿阻络,则肢体沉重;湿邪内停,下利肠道,则见便溏;湿困脾土,致脾阳不振,运化不利,湿阻更甚,变生膏脂而发肥胖。本病病位在脾,属本虚标实,辨证为脾虚湿阻型单纯性肥胖,治疗以健脾燥湿为主,患者伴有头晕昏沉感,故兼补气升阳之法。因此初诊时在基础方上加党参、黄芪、升麻,既得健脾补气之功,又取升举清阳之效。二诊时考虑患者情绪烦闷、夜寐欠佳,故加酸枣仁、磁石、龙骨安神助眠,加郁金、玫瑰花疏肝解郁。全方标本兼顾,补虚泻实,随症化裁,使患者脾胃健运,清阳得升,津液输布,膏脂减少。

参考文献

- [1] 李春生. 现代肥胖病学[M]. 北京:科学技术文献出版社, 2004:14.
- [2] 陈贻珊,张一民,孔振兴,等. 我国儿童青少年超重、肥胖流行现状调查[J]. 中华疾病控制杂志,2017,21(9):866-869,878.
- [3] 金琴. 健脾化湿方治疗脾虚湿阻型肥胖症的临床研究[D]. 杭州:浙江中医药大学,2017:10.
- [4] 柴金珍,蒋丽,韦经强,等. 荷叶降脂、抗氧化作用研究进展[J]. 食品研究与开发,2016,37(8):209-212.
- [5] 林师彬. 温针灸治疗脾虚湿阻型单纯性肥胖症的临床研究[D]. 广州:广州中医药大学,2012:48-50.
- [6] 林美惠. 不同电针波形治疗单纯性肥胖症的疗效对比观察[D]. 广州:广州中医药大学,2010:47-48.

(收稿日期:2019-11-08)