

# 温阳益气针灸方治疗气虚质单纯性肥胖症临床观察

孙美凤 褚晶 陈嘉兴 姜慧莹

吉林职业技术学院 吉林 龙井 133400

**摘要：**目的：以气虚质单纯性肥胖症患者为研究对象，分析温阳益气针灸方治疗效果。方法：收集到我院就诊的气虚质单纯性肥胖症患者临床资料，基于特定时间段（2020 年 3 月-2021 年 3 月）对其进行选取（84 例），按照随机数表法分为对照组（42 例，常规针灸治疗）与观察组（42 例，温阳益气针灸方），比较两组患者治疗效果。结果：观察组临床疗效（95.24%）显著高于对照组（80.95%）（ $P<0.05$ ）；治疗后，观察组气虚质积分、腰围、体重及体质量指数（BMI）均显著低于对照组（ $P<0.05$ ）。结论：该研究具有可行性。

**关键词：**气虚质单纯性肥胖症；温阳益气针灸方；症状积分；腰围；体重

## Clinical observation of Wenyang Yiqi acupuncture prescription for the treatment of qi deficiency and simple obesity

Meifeng Sun, Jing Chu, Jiaying Chen, Huiying Jiang

Jilin Vocational and Technical College, Longjing, Jilin, 133400

**Abstract:** Objective: To analyze the therapeutic effect of Wenyang Yiqi Acupuncture and Moxibustion Formula on simple obesity patients with Qi deficiency. Methods: The clinical data of patients with simple obesity of qi deficiency nature treated in our hospital were collected, and 84 patients (84 cases) were selected based on a specific time period (March 2020 to March 2021). According to the random number table, they were divided into the control group (42 cases, treated with conventional acupuncture) and the observation group (42 cases, treated with acupuncture and moxibustion for warming yang and replenishing qi), and the therapeutic effects of the two groups were compared. Results: The clinical efficacy of the observation group (95.24%) was significantly higher than that of the control group (80.95%) ( $P<0.05$ ); After treatment, the scores of qi deficiency, waist circumference, body weight and body mass index (BMI) in the observation group were significantly lower than those in the control group ( $P<0.05$ ). Conclusion: The study is feasible.

**Keywords:** Simple obesity with qi deficiency; Acupuncture and moxibustion prescription for warming yang and replenishing qi; Symptom score; the waist; weight

肥胖属于临床上一种高发的营养代谢性疾病，是诱导心血管疾病、糖尿病、高血压等多种疾病的高风险因素。近几年来，随着人们生活质量的提高及饮食习惯的改变，肥胖症人数不断增多，严重影响患者身体健康，对其正常生活带来诸多不便[1]。因此，为了维护患者身体健康，需积极给予肥胖症患者有效治疗。考虑到肥胖症不仅与个人生活方式有关，还与个人体质密切相关，超 50%的肥胖症患者均属于阳虚或气虚体重[2]。对于该类患者，治疗时则侧重于减肥，常见减肥方式有火罐、针灸等。鉴于此，本研究截取我院在 2020.3-2021.3 期间收治的 84 例气虚质单纯性肥胖症患者，分析温阳益气针灸方治疗对其影响，现做如下报道：

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

本研究以 2020.3-2021.3 为病例选取时间，共纳入 84 例气虚质单纯性肥胖症患者，按照随机数表法分为观察组（ $n=42$ ）与对照组（ $n=42$ ）。对照组中男 22 例，占比 52.38%，女 20 例，占比 47.62%，年龄 22-56 岁，平均（ $39.42\pm 6.77$ ）岁。观察组中男 24 例，占比 57.14%，女 18 例，占比 42.86%，年龄 24-55 岁，平均（ $39.57\pm 6.43$ ）岁。两组一般资料对比均保持同质性（ $P>0.05$ ）。

#### 1.2 方法

对照组实施常规针刺疗法，取穴：中脘、双天枢、双大横、双脾俞、双带脉、双足三里、阴陵泉、气海等，对上述穴位局部皮肤进行常规消毒，使用 40-75mm 毫针沿穴位直刺，提插

捻转，得气后留针 30 分钟，每天 1 次。

观察组实施温阳益气针灸方，取穴与对照组一致，常规消毒，使用 40-75mm 毫针直刺，在气海穴、双足三里穴加温针灸，针柄套 2cm 艾柱点燃，得气后留针 30 分钟，每天 1 次。

上述两组患者均为 10 天 1 个疗程，第 1 个疗程结束后休息 3 天再进行第 2 疗程，连续治疗 2 个疗程，之后通过电话、邮件、微信等方式开展随访，为期 1 个月。

### 1.3 观察指标

(1) 临床疗效。显效：治疗后男性腰围下降至 85cm 内，女性下降至 80cm，体重降低至标准范围内；有效：治疗后体重下降 > 5kg，但并未达到标准范围；无效：治疗后体重无变化或下降幅度 < 3kg。(2) 气虚质平均积分。参照《中医体质分类与判定》评价，得分越高，症状越严重。(3) 腰围与体质质量 (BMI)。

### 1.4 统计学方法

本研究均采用 SPSS20.0 软件分析，无序分类资料以率 (%) 表示，并实施  $\chi^2$  检验；数值变量资料以均数 ± 标准差 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示，实施 t 检验，检验标准：P < 0.05。

## 2 结果

### 2.1 临床疗效

观察组临床疗效 (95.24%) 显著高于对照组 (80.95%) (P < 0.05)，详见表 1：

表 1 临床疗效对比[n(%)]

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
观察组	42	23(54.76)	17(40.48)	2(4.76)	40(95.24)
对照组	42	15(35.71)	19(45.24)	8(19.05)	34(80.95)
$\chi^2$	/	/	/	/	4.086
P	/	/	/	/	0.043

### 2.2 气虚质平均积分

治疗后，观察组气虚质平均积分显著低于对照组 (P < 0.05)，详见表 2：

表 2 气虚质平均积分对比[ $\bar{x} \pm s$ , 分]

组别	例数	治疗前	治疗后
观察组	42	55.17 ± 6.43	42.10 ± 3.59
对照组	42	55.20 ± 6.41	46.07 ± 4.15
t	/	0.021	4.689
P	/	0.491	0.000

## 3 讨论

肥胖主要是由于人体脂肪异常分布或过多的脂肪堆积所致，可导致患者体重持续上升，严重影响其日常生活活动，且经多项研究指出，肥胖与冠心病、胆囊疾病、高血压等多种疾病均具有密切相关，危害到了人体健康，引起社会各界的广泛重视[4]。

有学者研究认为，肥胖的发生与人的体质之间也具有一定相关性，体质是指人在后天获得的形态结构，融合了生理功能及心理功能，气虚质作为常见体质之一，对于肥胖症的发生、好转、治疗等均具有重要影响[5]。中医学中关于气虚质单纯性肥胖症早有定论，认为寒湿生痰、气虚生寒与肥胖的发生具有极大关系，脾胃之气不足，导致气虚，津液运输失常，排泄障碍，导致痰饮水湿，气虚质单纯性肥胖症以气虚为本，以水湿内停为标。因此，临床建议在对这类患者进行治疗时需坚持补益脾胃之气的原则[6]。针灸作为中医传统治疗方式，在多种疾病治疗中均发挥了不错的效果。温阳益气针灸方作为针灸经典方，取穴时以脾胃经穴为主，脾胃是气机升降之枢纽，分别主升、主降；中脘是任脉、手太阳与少阳、足阳明之会，胃之募穴，多被用于治脾胃肠腑病，可和胃健脾、降逆利水；气海属任脉，育之原穴，针刺具有益气助阳、调经固经功效；天枢属是大肠之募穴，针刺具有理气止痛、活血散瘀、清利湿热功效；足三里是“足阳明胃经”的主要穴位之一，可燥化脾湿、生发胃气；大横属足太阴脾经，足太阴、阴维之会，可运转脾经水湿、调理肠胃[7]；脾俞、阴陵泉均属于脾经合穴，可清利湿热、健脾利湿，常被用于治疗脾胃疾患；带脉属足少阳、带脉之会，可运湿化痰、通调脾胃之气。上述诸穴合用共奏清利湿热、温阳益气之功。对足三里、气海实施温针灸，采取针刺与艾灸相结合的方式，通过艾绒燃烧的热力与药力增强温阳益气作用，能很好地改善内分泌失调。本研究显示，观察组临床疗效 (95.24%) 显著高于对照组 (80.95%) (P < 0.05)；治疗后，观察组气虚质平均积分显著低于对照组 (P < 0.05)。提示实施温阳益气针灸方治疗可明显改善患者的气虚症状。经分析：温阳益气针灸方能够增强交感-肾上腺髓质、下丘脑-垂体-肾上腺皮质轴功能，促进机体产热，消耗多余脂肪组织；同时对下丘脑饱食中枢形成抑制，抑制食欲，减少摄入热量，降低胃基础活动，调整功能状态，达到减肥的目的[8]。本研究也显示，治疗后，观察组腰围、体重与 BMI 均显著低于对照组 (P < 0.05)。提示温阳益气针灸方能够实现良好的减重效果。

综上所述，采用温阳益气针灸方治疗气虚质单纯性肥胖症患者，可明显改善患者体征，具有较高的临床应用价值。

### 参考文献：

[1] 徐秀君. 温阳益气针灸方治疗气虚质单纯性肥胖症临床观察[J]. 双足与保健, 2018, 27(6): 183-184.

- [2] 刘兵.温阳益气针灸方治疗气虚质单纯性肥胖症的临床效果[J].中医临床研究,2019,11(35):54-56.
- [3] 李赛赛.温阳益气针灸方治疗气虚质肥胖症临床观察[J].中国民间疗法,2018,26(1):18-19.
- [4] 潘龙.温阳益气针灸方治疗肥胖症患者的效果观察[J].中国继续医学教育,2019,11(29):143-145.
- [5] 林如意,张光彩,叶锐.温阳益气针灸方对单纯性肥胖症血脂代谢功能的影响[J].中国美容医学,2019,28(2):140-143.
- [6] 段国相.探讨穴位埋线辅助温针灸治疗单纯性肥胖症的效果及患者 BMI 与 FAT 的变化 [J]. 中国农村卫生,2020,12(16):27.
- [7] 周媛,牛淑芳,潘小丹.穴位埋线辅助温针灸治疗单纯性肥胖症的效果及患者 BMI 与 FAT 的变化研究[J].中国美容医学,2019,28(3):139-142.
- [8] 陈麒阳.温针灸对痰湿内阻型单纯性肥胖病患者内脏脂肪的影响[J].中国民间疗法,2019,27(13):4-5.