

Acupuncture Point Bury Line Treatment of Simple Obesity Research Progress

Weijing Hu

Institute of Acupuncture Fractures, Hubei University of Chinese Medicine, Wuhan
Email: hwjbsu@163.com

Received: Mar. 4th, 2014; revised: Mar. 11th, 2014; accepted: Mar. 18th, 2014

Copyright © 2014 by author and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

As people's living standard gradually improves, the incidence of obesity shows a trend of rising year by year, and obesity has become a common disease in people's daily life. Obesity is the risk factor of diabetes, hypertension, hyperlipidemia, cardio-cerebrovascular disease, some cancers and sleep-breathing disorders, and other serious diseases that endanger human body health. How to lose weight has become a popular topic. Since 21st century, the acupuncture point bury line weight loss with its advantages of unique curative effect, safety, convenience and the non-toxic side effects, gradually gets the attention of the people, which is regarded as "green" weight loss therapy. So I conducted a related literature review of the domestic acupuncture point bury line in the treatment of simple obesity in four years.

Keywords

Acupuncture Point Bury Line, Simple Obesity, Review

穴位埋线治疗单纯性肥胖研究进展

胡蔚婧

湖北中医药大学针灸骨伤学院, 武汉
Email: hwjbsu@163.com

收稿日期: 2014年3月4日; 修回日期: 2014年3月11日; 录用日期: 2014年3月18日

摘要

随着人们生活水平的逐渐提高,肥胖的发病率呈现逐年上升的趋势,肥胖症已成为困扰人们日常生活的常见病。肥胖症是糖尿病、高血压、高脂血症、心脑血管病、某些肿瘤以及睡眠-呼吸紊乱等多种严重危害人体健康疾病的危险因子。如何减肥已成为一个流行的话题,自21世纪以来,穴位埋线减肥以其独特的疗效,安全方便无毒副作用的优势,逐渐受到人们的重视,被人们视为“绿色”的减肥疗法,因此本人就近四年来国内穴位埋线治疗单纯性肥胖的相关文献做了一个综述。

关键词

穴位埋线,单纯性肥胖,综述

1. 引言

穴位埋线是根据针灸学理论,通过针具和药线在穴位内产生刺激经络,平衡阴阳,调节气血,调整脏腑,达到治疗疾病的目的。

单纯性肥胖指没有明显的内分泌、代谢疾病病因可寻的体内脂肪堆积过多或分布异常,以肥胖为主要临床症状,可伴有代谢方面异常表现,其家族往往有肥胖病史。平常我们所见到的许多肥胖者,大多数属于这种肥胖。

2. 单纯性肥胖的发病机制

西医学认为与遗传、中枢神经系统异常、内分泌功能紊乱、代谢因素和营养因素不平衡等有关[1]。

中医学认为:单纯性肥胖症多因饮食不节、嗜食肥甘厚味,损伤脾胃,运化功能减弱,湿热内生,留于肌肤孔窍,导致肥胖;久坐伤气,气血运行不畅,脾胃呆滞,运化失司,水谷精微失于输布,化为膏脂和水湿,留滞于肌肤、经络、脏腑而致肥胖;七情因素对肥胖的影响也大,一则心宽体胖,一则肝郁脾虚。这些总的来说,是脏腑不协调导致的[2]。

3. 评估肥胖的标准

目前评估肥胖的简便而最常用的指标是体质指数(BMI), $BMI = \text{体重(kg)} / \text{身高}^2(\text{m}^2) = (\text{体质量指数} > 24 \text{ 为肥胖症})$,标准体质量计算公式:男性标准体质量(kg) = $[\text{身高(cm)} - 100] \times 0.9$;女性标准体质量(kg) = $[\text{身高(cm)} - 100] \times 0.85$ 。肥胖度 = $(\text{实际体质量} / \text{标准体质量}) \times 100\%$ 。一般认为:超过标准体质量 10% 称超重;超过标准体质量的 20%~30%(体质量指数为 25~30 kg/m^2)为 I 度肥胖;超过标准体质量的 31%~50%(体质量指数为 30~40 kg/m^2)为 II 度肥胖;超过标准体质量的 50%(体质量指数 40 kg/m^2 以上)为 III 度肥胖。2000 年国际肥胖特别工作组提出亚洲成年人 BMI 正常范围为 18.5~22.9; BMI ≥ 23 为超重; $23 < \text{BMI} \leq 25$ 为肥胖前期; $25 < \text{BMI} < 30$ 为 I 度肥胖; BMI ≥ 30 为 II 度肥胖[3]。

4. 肥胖的穴位埋线疗法

4.1. 局部取穴

赵明华等[4]采用脐周 9 穴埋线治疗单纯性肥胖,脐周 9 穴为中脘、下脘、天枢、大横、太乙、关元,因单纯性肥胖的形成与脾胃的运化功能密切相关,脐周 9 穴属腹部脾胃经和任脉,可调节脾胃的运化功能,平衡阴阳,疏通经络,从而达到减肥的效果,并且选穴局限,操作简便,患者便于接受,用生物蛋

白线埋线，2周埋线1次，治疗6次后总有效率为93.33%。

4.2. 辨证选穴

闫润虎等[5]观察穴位埋线疗法治疗单纯性肥胖症的远期疗效，选穴：1) 胃肠实热型选穴为：胃俞、内庭、曲池、中脘、天枢、上巨虚、下巨虚、大肠俞、合谷、足三里；2) 脾虚湿阻型选穴为：脾俞、阴陵泉、足三里、三阴交、中脘、水分、丰隆；3) 肝气郁结型选穴为：肝俞、太冲、期门、膻中、支沟、血海、三阴交；4) 脾肾阳虚型选穴：脾俞、肾俞、三阴交、气海、太溪、足三里、命门、关元。每次辨证选取5~10个体穴用羊肠线进行穴位埋线且随证加减，每2周埋线1次，3次为一个疗程，观察3个疗程(约120天)后检查肥胖指标，总有效率88.5%，1年后未见明显反弹。同时，笔者还通过研究发现埋线对血脂、血糖、胰岛素、瘦素等生化指标良性调节作用。

罗安利[6]采用穴位埋线治疗单纯性肥胖，取穴为：主穴：以胃经、脾经经穴为主，滑肉门、天枢、外陵、大巨、大横、足三里、丰隆，均取双侧，随症配穴：便秘加支沟、上巨虚；便溏加水分、阴陵泉；食欲亢进加上脘、脾俞、胃俞；月经不调加关元、归来、子宫、血海、地机；水肿加水分、水道、阴陵泉；腹部肥胖加上腹或下腹脾胃经上的经穴与阿是穴结合应用，如梁门、关门、太乙、大巨、水道；腰部肥胖加带脉。用羊肠线进行埋线，取穴数量：埋线一次普通患者取穴10~15穴，特别肥胖患者可取穴15~20穴。穴位埋线3次，每次之间间隔15天，选取治疗30例，总有效率为86.6%。

介思等[7]采用穴位埋线治疗单纯性肥胖，40例单纯性肥胖症患者依肥胖程度进行分级(轻度、中度、重度肥胖)，选穴均为：第一组仰卧位取穴：主穴：中脘、天枢、大横、水道、子宫、丰隆、阴陵泉、臂臑，配穴：脾虚证配气海、关元、足三里，湿热证配曲池、血海、太冲，第二组俯卧位取穴：主穴：肝俞、脾俞、胃俞、大肠俞、秩边、环跳、承扶、承山，配穴：脾虚证配肾俞、关元俞，湿热证配膈俞、委中，两组穴位交替使用，2周1次，共治8次，轻度肥胖18人总有效率为88.89%，中度肥胖15人总有效率为80.00%，重度肥胖7人总有效率为71.42%，所有人总有效率为82.50%。介思认为穴位埋线对人体是一个短期速效和长期续效的刺激，埋线时的针刺效应是一个短期速效的过程，特定医用羊肠线埋于穴位内，因其消化需要一定过程，当机体运动时，对穴位产生刺激作用，是一个长期续效的过程。

4.3. 腰腹群针选穴

冯斌等[8]采用腰腹群针治疗单纯性肥胖，腰腹群针是以腹部任脉、肾经、胃经、脾经、胆经5条经脉在腰腹部的穴位为主(以天枢、大横、中院、关元为重点；双侧腰部以取胆经的带脉、五枢、维道为主，腹腰部脂肪堆积处取穴)。腰群针以腰背部督脉、膀胱经第一、二侧线经穴为主(以肾俞、大肠俞为中心；在骶臀部脂肪堆积处取穴)。另在脂肪堆积无经穴处以肥为输作为阿是穴选用。腰腹部脂肪堆积处共选取经穴及阿是穴共20穴进行治疗。群针：即选取穴位多，达20穴以上，且针刺呈丛集状，穴位除取经穴，更注重无穴守经取局部的阿是穴，重经而轻穴，离穴不离经；对相应穴位使用2-0号羊肠线进行埋线，埋线较浅，不追求得气，每周治疗1次，10次后总有效率达86.67%。

4.4. 靳三针选穴

黄海涛等[9]采用靳三针之肥三针(带脉、中脘、足三里)和脂三针(内关、足三里、三阴交)，选用0号医用羊肠线进行埋线治疗，双侧取穴。因足三里乃足阳明胃经的合穴、下合穴，具有健脾化湿之功，配胃的募穴、八会穴之腑会中脘穴，可理中焦气机，调升降，增强脾胃运化之功；肥胖患者，尤其是腹部肥大的患者，多与带脉的约束功能失调有关，故选取带脉穴用以治疗肥胖者之腰腹肥大；三阴交为足三阴经之交会穴，可以加强肝、脾、肾的功能，达到调节水液代谢的目的；内关为八脉交会穴，通于阴维

脉，并与之合于胃、心、胸，具有宽胸理气和胃的作用，可健脾化湿消脂，诸穴合用起到调理脏腑、除湿化痰、减肥消脂的作用，从而达到治疗肥胖症的目的。15 d埋线1次，5次为1个疗程，共治疗1个疗程后总有效率为92.1%。

4.5. 俞募配穴选穴

林玉敏[10]等采用俞募配穴治疗单纯性肥胖，选用背俞穴中的胃俞、三焦俞和大肠俞以调理肠胃及三焦之气，同时配合胃之募穴中脘、三焦之募穴石门及大肠俞之募穴天枢，一来根据近治作用以减少肥胖患者堆积于腹部的脂肪，二来俞募配合达到调理肠胃和三焦的功能，以协调脏腑、平衡阴阳、疏通经络、调和气血，使体内多余的脂肪逐渐消失，减肥效果显著。将4-0号医用羊肠对相应穴位进行埋线治疗，同时可配合饮食疗法，每2周埋线1次，4次后总有效率为总有效率为90.0%。

4.6. 整体选穴

骆明军等[11]采用脾经、胃经选穴治疗单纯性肥胖，取穴为：中脘、水分、滑肉门、天枢、气海、水道、大横、上巨虚、丰隆穴。其认为中脘为胃之募穴，能调理脾胃，抑制食欲亢进；天枢、上巨虚、丰隆均为足阳明胃经要穴，能疏导阳明经气，通调肠胃，促进肠道蠕动，加强大便排泄，大横属足太阴脾经穴，可调理肠胃，畅通腑气，协助上述三穴促进大便排泄；水分、水道二穴能疏通水道，调节津液代谢，促进代谢产物排出；滑肉门能燃烧脂肪，消除脂肪；气海穴能益气助阳，调节全身自主神经功能，提高交感神经兴奋性，促进能量消耗，减少热量堆积。每30天用羊肠线埋线1次，1次为1个疗程，共治3个疗程，总有效率达76.6%。

徐阳[12]采用穴位埋线治疗单纯性肥胖症，埋线穴位为：穴组1：天枢(双)、大肠俞(双)、足三里(双)、气海、水分、局部胖点。穴组2：中脘、胃俞(双)、丰隆(双)、带脉(双)、关元、局部胖点。其中局部胖点指四肢脂肪近躯干端脂肪明显堆积处，每次选4~6处。以上2组穴位交替使用。10 d/次，疗程1个月，3个疗程后结束后总有效率达77.33%。徐阳认为该病应健运脾胃，化痰除湿。中脘乃胃募、腑会，天枢为大肠募穴与大肠俞、脾俞共凑通利肠腑，降脂消浊之功。足三里、带脉等化痰利湿，气海、关元补虚，鼓动气机，共凑去湿之效。

5. 穴位埋线的机理

埋线减肥的机理主要是调整人体的代谢功能和内分泌功能。穴位埋线之所以能减肥，原因主要有下面几点：1) 埋线疗法将羊肠线埋植于穴位，可以持续刺激穴位15天左右，直至线体被完全吸收，相当于一直接受针刺留针治疗15天，且随着人体的活动，线体产生相对运动，犹如行针，可加强对穴位的刺激作用。2) 羊肠线作为一种异体蛋白，埋入穴位后可诱导人体产生变态反应，使淋巴组织致敏，配合抗体、巨噬细胞来破坏分解、液化羊肠线，使之分解为多肽、氨基酸等，羊肠线在体内软化、分解、液化吸收，对穴位、神经以及整个机体产生一种综合作用，使组织器官的活动能力加强，血液循环及淋巴回流加快，局部新陈代谢能力增强，可进一步促进脂肪的分解，提高疗效[13]。

6. 讨论

由上可知，穴位埋线治疗单纯性肥胖应用较广且疗效显著，在取穴方面，结合上述9篇穴位埋线治疗单纯性肥胖的相关文献以及王磊等关于穴位埋线治疗单纯性肥胖症选穴规律的文献分析可知：尽管穴位埋线的选穴方法多种多样，但总的来说，脾经、胃经、任脉是最常被选穴的经脉，天枢、中脘、丰隆、大横、气海、关元、水分、足三里是常被选用的穴位[14]。

穴位埋线和针灸都是通过对穴位的刺激来达到减肥的功效,那穴位埋线和针灸减肥的取穴是否一样?通过查找并分析相关资料可知:脾经、胃经、任脉是最常被选穴的经脉,三阴交、足三里、天枢、丰隆、中脘、关元是最常被选用的针灸治疗肥胖的穴位[15],并且分析穴位埋线和针灸治疗肥胖的相关文章,可以知道穴位埋线与针灸在治疗单纯性肥胖方面取穴基本相同,但一些肌肉浅薄部位、肌腱之间及刺激感较强的穴位,埋线较少使用,而针灸使用较频繁,例如:内庭、太冲。

穴位埋线是不是完全无不良反应呢?通过临床观察,我们发现有些病人会有如下不良反应:疼痛、感染、结节、出血、发热等。为减少不良反应的发生,术者应注意以下几点,1) 针具和线体应一次性使用,持针器、操作环境、皮肤应严格消毒,并注意无菌操作;2) 询问患者是否瘢痕体质,如果为瘢痕体质应谨慎使用埋线疗法;3) 埋线部位以肌肉丰厚、皮下脂肪较多处为主,尽量避开肌肉脂肪薄的部位以及血管神经丰富处;4) 埋线后注意休息,嘱咐患者埋线部位注意保持洁净,不要沾染污水,不要食用辛辣刺激食物。

参考文献 (References)

- [1] 陈灏珠 (2001) 实用内科学(11版). 人民卫生出版社, 北京, 860.
- [2] 陈利 (2013) 特定主穴、配穴穴位埋线法治疗单纯性肥胖症 30 例. *中医研究*, **7**, 68-69.
- [3] 夏清华, 李瑞琦 (2012) 针灸治疗肥胖近四年国内研究进展. *中国医药指南*, **15**, 99-100.
- [4] 赵明华, 钱虹 (2013) 脐周 9 穴埋线治疗单纯性肥胖 60 例临床观察. *新中医*, **45**, 134-136.
- [5] 闫润虎, 白洁, 张怡, 等 (2010) 穴位埋线疗法治疗单纯性肥胖症远期疗效观察. *中国美容医学*, **3**, 422-423.
- [6] 罗安利 (2013) 穴位埋线治疗单纯性肥胖 30 例. *中国中医药科技*, **3**, 256.
- [7] 介思, 石慧 (2011) 穴位埋线治疗肥胖症 40 例临床观察. *中国临床研究*, **5**, 14-15.
- [8] 冯斌, 熊芳丽 (2012) 腰腹群针埋线法治疗单纯肥胖临床观察. *中国临床研究*, **20**, 32-33.
- [9] 黄海涛, 郑盛惠 (2012) 靳三针微创埋线治疗单纯性肥胖症 38 例临床观察. *中医药导报*, **3**, 52-53.
- [10] 林玉敏, 江钢辉, 陈武杰, 等 (2013) 俞募配穴埋线配合饮食控制治疗单纯性肥胖 50 例. *辽宁中医杂志*, **10**, 2122-2123.
- [11] 骆明军, 徐丽, 周和平, 等 (2010) 穴位埋线疗法治疗单纯性肥胖 124 例. *上海针灸杂志*, **2**, 113-114.
- [12] 徐阳 (2012) 穴位埋线疗法治疗单纯性肥胖症. *中国中医药*, **14**, 63.
- [13] 潘焕焕, 赵绛波, 姜建芳 (2013) 穴位埋线配合拔罐治疗单纯性肥胖 60 例. *光明中医*, **5**, 970.
- [14] 王磊, 王伟明, 于天源 (2013) 穴位埋线治疗单纯性肥胖症选穴规律的文献分析. *针灸临床杂志*, **3**, 61-62.
- [15] 赵强, 冯伟 (2011) 针灸治疗单纯性肥胖取穴规律的临床研究. *天津中医药大学学报*, **2**, 95-97.