

中西医治疗功能性便秘的研究进展

金龙¹, 陈客侠¹, 徐晨晨¹, 李海玲^{2*}

¹新疆医科大学, 研究生学院, 新疆 乌鲁木齐

²乌鲁木齐市中医医院, 肛肠科, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2023年11月18日; 录用日期: 2023年12月12日; 发布日期: 2023年12月19日

摘要

功能性便秘是常见的消化道疾病, 排便次数减少、粪便量减少、粪便干结、排便费力为主要表现, 其存在病情持续时间长且极易反复发作的特点。据流行病学调查我国便秘发生率为4%~10%, 且发病率不断上升。便秘不仅能引起肠道及肛周疾病, 还可能诱发和加剧心脑血管疾病, 严重影响患者生活质量, 因此该病一直是临床治疗的重点。本文通过查阅近年来相关文献, 从中西医治疗进展对功能性便秘进行了阐述。

关键词

功能性便秘, 中医治疗, 西医治疗, 综述

Research Progress of Traditional Chinese and Western Medicine in the Treatment of Functional Constipation

Long Jin¹, Kexia Chen¹, Chenchen Xu¹, Hailing Li^{2*}

¹Graduate School, Xinjiang Medical University, Urumqi Xinjiang

²Proctology Department, Urumqi Traditional Chinese Medicine Hospital, Urumqi Xinjiang

Received: Nov. 18th, 2023; accepted: Dec. 12th, 2023; published: Dec. 19th, 2023

Abstract

Functional constipation is a common digestive tract disease, which is characterized by reduced defecation times, reduced fecal volume, dry stool and strenuous defecation. According to epidemi-

*通讯作者。

ological investigation, the incidence of constipation in China is 4% to 10%, and the incidence rate is in increasing. Constipation can not only cause intestinal and perianal diseases, but also induce and aggravate cardiovascular and cerebrovascular diseases, seriously affecting the quality of life of patients, so the disease has been the focus of clinical treatment. By consulting the relevant literature in recent years, this paper expounds the progress of traditional Chinese and western medicine in the treatment of functional constipation.

Keywords

Functional Constipation, Traditional Chinese Medicine Treatment, Western Medicine Treatment, Review

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

功能性便秘(Functional Constipation, FC)主要是以排便困难、排便次数减少或排便不尽感为临床表现,且不符合便秘型肠易激综合征的诊断标准的一组临床症候群[1]。可发生于任何年龄阶段,据流行病学研究,全球发病率约为14% [2],我国发病率为4%~10% [1]。功能性便秘的临床发病率较高,老年患者因用力排便甚至可诱发脑血管意外等事件[3],严重危害患者生活质量,本篇文章将综合阐述 FC 的中西医治疗方法,以期能对临床有所帮助。

2. 病因病机

2.1. 中医病因病机

功能性便秘归属于祖国医学便秘范畴,中医古籍中对便秘多有记载,“大便难”“脾约”“秘结”等。《黄帝内经》曰“大肠者,传导之官,变化出焉”、“魄门亦为五脏使,水谷不得久藏”,认为便秘的发生基本病机是大肠传导失常,与脾、肺、肝、肾、胃等脏腑功能失调相关。其基本病机为大肠传导失司;阳明燥热、气滞、寒邪、气血阴阳亏虚为病理因素;亦包括湿、瘀所致湿秘和瘀血秘[4]。

2.2. 西医发病机制

现代医学对功能性便秘的确切病因尚不十分明确,目前多数学者认为其发病可能与年龄、情志因素、遗传因素、胃肠道的动力异常、神经系统异常、肠道微生态失衡、胃肠激素异常以及生活环境因素等有关。便秘的发病机制主要与脑-肠轴异常、胃肠动力障碍、肠道微生态失衡、排便动力学异常等密切相关[5] [6] [7] [8] [9]。

3. 治疗

3.1. 中医辨证论治治疗

3.1.1. 中医内治

便秘的治疗以恢复大肠传导功能,保持大便通常为原则,其病位在大肠,并与肺、脾、胃、肝、肾等脏腑功能失调有关,便秘分虚实论治,实者当辨寒热,虚者当辨气、血、阴、阳。所以治疗上,中医

内治法是通过调整脏腑功能,补益气血阴阳,辨证论治,从而达到标本兼治的目的。张智彬等[10]通过便秘通合剂治疗气阴两虚证老年慢性功能性便秘患者观察其对“脑-肠-菌”轴的调节作用,发现可改善胃肠动力,减轻便秘症状,恢复自主排便。苏红利[11]等以健脾益肾、补肾填精、养血增液、润肠通便的治法自拟健脾益肾增液汤,通过观察 102 例高龄功能性便秘患者的临床疗效,发现可增强胃肠功能,改善肠道菌群稳定性,降低复发风险。综上所述,中医内治法对于便秘的治疗积累了丰富的临床经验,通过辨证论治根据患者的不同症状,提供不同的诊疗方案,使得脏腑功能得以恢复,大肠传导功能正常,同时中医药具有安全、不良反应少、无药物依赖性的优势。

3.1.2. 针灸治疗

针灸治疗便秘历史悠久,《灵枢》论述针刺取足三阴经治疗便秘。“腹满,大便不利”,取足少阴经;“腹满食不化,腹响响然”,取足太阴经;“心痛,腹胀,强强然”,取足太阴经,相关研究[12][13][14]表明,针刺不仅能够改善便秘相关症状,而且能提高患者生活质量,改善患者情绪,同时其远期疗效持久,无明显不良反应[15][16]。马坤等[17]采用 Cochrane 系统评价方法,对关于针灸治疗便秘的临床疗效的 25 篇文献,进行了 meta 分析,结果表明针灸的总有效率高于西药,可以明显改善患者排便困难等症状,差异有统计学意义($P < 0.05$)。靳琦[18]等通过针刺天枢、足三里和上巨虚等穴位的同时,尤为重视背俞穴的应用,观察治疗功能性便秘的疗效以及情绪障碍的影响,结果显示针刺不仅能改善便秘相关症状,而且可以改善其失眠和抑郁相关情绪障碍,明显改善患者的生活质量。总而言之,针灸在治疗功能性便秘方面具有简便、高效及安全的作用。

3.1.3. 穴位贴敷

穴位贴敷是一种以中医基础理论和经络学为基础,通过贴敷药物刺激穴位,发挥药效,改善脏腑功能,达到治疗便秘的目的。同时局部用药可避免出现胃肠道刺激,降低毒副作用,提高药物疗效。李晶[19]等通过观察治疗组三黄承气膏穴位贴敷(神阙穴、中脘穴),对照组予以乳果糖口服溶液联合双歧杆菌四联活菌片口服共 60 例患儿治疗功能性便秘。结果显示治疗组总有效率高于对照组($P < 0.05$)。陈娇娇[20]等 60 例老年气虚型便秘患者,治疗组予以补中益气汤联合益气通便膏穴位贴敷,对照组予以补中益气汤,连续治疗 10 天,随访一周。结果显示补中益气汤联合益气通便膏穴位贴敷治疗功能性便秘的临床疗效较显著,可改善患者便秘症状,提高其生活质量。

3.1.4. 推拿

推拿是通过刺激相关穴位促进消化道蠕动,并且引导下焦气机的正常运行,改善大肠传导功能,促进排便。李晶磊等[21]运用推拿治疗便秘,通过调理脾胃三焦、调畅气机,以促使脏腑气机升降,从而治疗慢性便秘。李宁[22]等通过 80 例老年功能性便秘患者,治疗组予以推拿治疗,对照组予以口服通乐颗粒治疗,疗程共四周,结果显示,腹部推拿可以更好的促进排便,可明显改善患者排便次数、排便时间、便后不适感等指标。通过研究表明,推拿治疗便秘的有效性高,能够改善患者的症状体征,且能够对肠道微生态起到一定的调节作用。

3.1.5. 其他中医疗法

近些年,随着生活节奏的变化,便秘患者逐年增加,祖国医学在治疗便秘方面的优势凸显,同时治疗方式多样化,除传统中医内治法、针灸、推拿等方法外,电针的配合使用[23]、耳穴贴[24]、脐疗[25]、艾灸[26]等应用于便秘治疗过程中,通过中医辨证论治,选择不同的治疗手段,以期改善患者脏腑功能,调和气血阴阳平衡,达到缓解便秘,减少其危害,提高患者生活质量的目的。

3.2. 西医治疗

3.2.1. 泻药

西医治疗功能性便秘的泻药主要分为四类：渗透类、刺激类、容积类、滑润类，其中因渗透泻药对肠道的损害及依赖性更小，为临床应用首选。代表药物有乳果糖、聚乙二醇电解质散等。Connolly P 等[27]实验证明乳果糖制剂比刺激性泻药更有效，被证明有效成分在肠道中具有更加持久携带力。Mínguez M 等[28]证明聚乙二醇含或不含电解质对无论成人还是儿童都具有极大的有效性和安全性，在长期或短期治疗中都可以运用。Hang Li 等[29]证实孕期女性服用聚乙二醇 4000 散并无明显副作用，且使用 2 周的有效率高于乳果糖。基于以上，临床治疗功能性便秘多选用聚乙二醇 4000 散，不可忽视的是服用聚乙二醇 4000 散存在过敏病例。除治疗便秘外，现代医学认可运用含有聚乙二醇成分的药物行结肠镜肠道准备[30]，Antón Gironés 等[31]对比肠道清洁准备药物，经皮内实验和口服刺激证实聚乙二醇存在立即过敏反应。

3.2.2. 促胃肠动力药

促进肠动力药机制主要是作用于肠神经末梢，刺激肠道兴奋，加强肠道蠕动，从而达到排便的目的。临床主要用于慢传输型便秘，以达到提高肠道动力和推动作用。常用药物：(1) 普芦卡必利：二氢苯并咪喃甲酰胺类化合物，它作为新一代的 5-HT₄ 受体激动剂，具有高选择性和高亲和力的有点。这种药物具有更优的耐受性和安全性，能够较强的促进胃肠运动，缩短结肠传输时间，改善便秘[32]；(2) 莫沙必利：它也是一种高选择性的 5-HT₄ 受体激动剂，这种药物通过激活胃肠壁胆碱能神经元，进一步促进乙酰胆碱的释放，从而使胃肠道平滑肌运动大大增强。仁宏宇等人发现莫沙必利对 FC 患者的排便次数、大便性状、胃肠传输时间具有积极的改善作用[33]。此外莫沙必利能通过对肠道环肌收缩和松弛的控制，促进肠蠕动，从而达到促进排便，缓解便秘症状的效果[34] [35]。

3.2.3. 促分泌药

促分泌药物属于近年来研制的新型便秘药物，目前主要分为氯离子通道激动剂及鸟苷酸环化酶-C 激动剂两种，代表药物为鲁比前列酮、利那洛肽等，其可以通过作用于肠道内不同的受体，改变肠道代谢物分泌状态，从而改变大便性状，达到治疗便秘的目的。如鲁比前列酮可作用于肠道内的氯离子通道蛋白 2 与囊性纤维化跨膜转导调控因子，改变肠道内氯离子、钠离子、与水分子的分布状态，促使体内水分向肠道内聚集，使大便湿润易于排出[36]。

3.2.4. 微生物制剂

微生态制剂主要是由益生菌制成，益生菌能改变肠道 pH 值，增强结肠蠕动以及改善肠黏膜屏障功能，同时，菌群还可通过释放肠道神经递质和肠道免疫反应物质来调节肠道运动[37]，进而发挥治疗便秘的作用。曹海峰[38]研究发现，胃肠道微生态环境与便秘紧密相关，通过微生态制剂对胃肠道微生态环境进行调整可以有效的治疗便秘。唐田[39]等通过研究植物乳杆菌 P9 对小鼠功能性便秘的作用及机制，结果显示植物乳杆菌 P9 具有良好的润肠通便作用，调节便秘患者的症状。

3.2.5. 生物反馈治疗

生物反馈治疗指通过使用仪器设备采集患者排便前后的生理活动，放松盆底肌肉，尤其是肛门外括约肌，同时协调地向直肠和肛管施加足够的腹部推进力来促进患者排便，以达到对肌群功能的协调和治疗的目的[1]。研究发现应用生物反馈治疗对排便障碍的治疗有效率在达 30%~70%之间[40] [41]，Simón Miguel A 等[42]通过记录功能性便秘老年患者在排便用力期间(模拟排便)和挤压期间(自愿收缩)的肛门外括约肌的肌电图活动，研究发现通过生物反馈治疗可以改善排便障碍，以达到治疗便秘的效果。张华娟

等[43]通过对 42 例功能性排便障碍患者采用生物反馈治疗, 在治疗 1、3、6 个月时进行便秘症状及大便秘性状变化量化评分, 结果显示治疗后 1、3、6 个月总有效率为 73.8%、78.6%、71.4%, 结果表明生物反馈治疗功能性排便障碍安全有效。Emmanuel 等[44]通过对 22 例功能性便秘患者予以生物反馈治疗, 结果显示 14 例患者便秘症状得到改善, 13 例结肠传输试验检查恢复正常。

4. 小结与展望

近年来, 便秘患病率的不断增长, 中西医治疗功能性便秘的方式不断更新。目前西医治疗更多倾向于到泻药以及促为动力药, 但这类药物长期使用易使肠道形成依赖, 且药物剂量会逐渐增加, 同时会干扰小肠功能等。对于老年人, 导泻药的大量使用容易导致电解质紊乱, 维生素缺乏和脱水也是使用泻药容易引起的副作用, 甚至可能加重便秘。中医通过整体观念, 辨证论治, 采取不同的理法方药, 以达到标本兼治、简便易行及成本低的优势, 但因辩证差异, 临床应用缺乏统一的标准, 且治疗周期较长, 因此采用中西医结合的治疗或许可以成为临床防治该病的有效手段, 但是针对不同的人群、不同体质将如何搭配使用中医及西医的治疗方法, 以期发挥最佳的疗效, 这将会是日后临床研究的着眼点。

参考文献

- [1] 中华医学会消化病学分会胃肠动力学组, 功能性胃肠病协作组. 中国慢性便秘专家共识意见(2019, 广州) [J]. 中华消化杂志, 2019, 39(9): 577-598.
- [2] Black, C.J. and Ford, A.C. (2018) Chronic Idiopathic Constipation in Adults: Epidemiology, Pathophysiology, Diagnosis and Clinical Management. *The Medical Journal of Australia*, **209**, 86-91. <https://doi.org/10.5694/mja18.00241>
- [3] 庄羽骁, 胡颖. 功能性便秘的治疗进展[J]. 国际消化病杂志, 2019, 39(4): 256-259.
- [4] 张声生, 沈洪, 张露, 等. 便秘中医诊疗专家共识意见(2017) [J]. 中医杂志, 2017, 58(15): 1345-1350.
- [5] Meng, X., Zhang, G., Cao, H., et al. (2020) Gut Dysbacteriosis and Intestinal Disease: Mechanism and Treatment. *Journal of Applied Microbiology*, **129**, 787-805. <https://doi.org/10.1111/jam.14661>
- [6] 万雯, 李军祥, 孙中美, 等. 基于肠道微生态治疗功能性便秘的中西医研究进展[J]. 世界科学技术-中医药现代化, 2020, 22(3): 749-754.
- [7] 陈凯旋, 张龙江, 李鹏超. 温肾健脾通便汤联合百笑灸治疗脾肾阳虚型老年慢性功能性便秘的疗效评价及对血清肠神经递质表达的影响[J]. 中华中医药杂志, 2022, 37(4): 2404-2408.
- [8] 刘友迎, 龚国忠, 代莉, 等. 功能性便秘患者肠道菌群与病情的关系分析[J]. 中国中西医结合消化杂志, 2021, 29(8): 580-583.
- [9] Vilanova-Sanchez, A. and Levitt, M.A. (2020) Surgical Interventions for Functional Constipation: An Update. *European Journal of Pediatric Surgery*, **30**, 413-419. <https://doi.org/10.1055/s-0040-1716729>
- [10] 张智彬, 刘芳, 王邦林, 等. 便塞通合剂对气阴两虚证老年慢性功能性便秘患者的临床疗效[J]. 中成药, 2023, 45(4): 1132-1136.
- [11] 苏红利, 王丽, 周华, 等. 健脾益肾增液汤联合常规治疗对高龄慢性功能性便秘患者的临床疗效[J]. 中成药, 2023, 45(6): 1849-1853.
- [12] Wang, L., Xu, M., Zheng, Q., et al. (2020) The Effectiveness of Acupuncture in Management of Functional Constipation: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, **2020**, Article ID: 6137450.
- [13] Zheng, H., Chen, Q., Chen, M., et al. (2019) Nonpharmacological Conservative Treatments for Chronic Functional Constipation: A Systematic Review and Network Meta-Analysis. *Neurogastroenterology & Motility*, **31**, e13441. <https://doi.org/10.1111/nmo.13441>
- [14] Liu, Z.S., Yan, S.Y., Wu, J.N., et al. (2016) Acupuncture for Chronic Severe Functional Constipation: A Randomized Trial. *Annals of Internal Medicine*, **165**, 761-769. <https://doi.org/10.7326/M15-3118>
- [15] 刘书坤, 马增斌, 林磊, 等. 基于五脏元真通畅理论治疗老年功能性便秘的针灸临床探索[J]. 中国中医基础医学杂志, 2022, 28(11): 1841-1844.
- [16] 咎燕, 熊坚, 阮敏敏, 等. 基于 CiteSpace 针灸治疗功能性便秘研究状况和趋势可视化分析[J]. 中国民族民间医

- 药, 2022, 31(7): 62-71.
- [17] 马坤, 庞博, 张明妍, 李晶, 卢艳. 针灸治疗功能性便秘 Meta 分析[J]. 河南中医, 2019, 39(4): 616-624.
- [18] 靳琦, 郑慧敏, 殷萱, 等. 针刺对功能性便秘患者临床疗效及情绪障碍的影响[J]. 世界科学技术-中医药现代化, 2022, 24(6): 2203-2209.
- [19] 李晶, 杨亚峰, 王晓燕. 三黄承气膏穴位贴敷治疗小儿功能性便秘的疗效观察[J]. 中医药导报, 2023, 29(6): 98-100, 105.
- [20] 陈娇娇, 陈炜雄, 柯舒雅, 等. 补中益气汤联合益气通便膏穴位贴敷改善老年气虚型功能性便秘的临床研究[J]. 现代消化及介入诊疗, 2022, 27(3): 326-329.
- [21] 李晶磊, 谢丹丹, 沈潜, 等. 基于“脏腑气机升降”理论探讨振腹推拿治疗慢性功能性便秘[J]. 环球中医药, 2021, 14(12): 2157-2160.
- [22] 李宁, 刘欢, 王腾宇, 等. 腹部推拿治疗老年功能性便秘的疗效[J]. 中国老年学杂志, 2023, 43(13): 3135-3138.
- [23] 李宁, 刘欢, 齐宝玉, 等. 宣肠方联合电针治疗老年功能性便秘(脾虚湿蕴证)的疗效[J]. 中国老年学杂志, 2022, 42(22): 5469-5473.
- [24] 谢卜超, 许彦伟, 郭喜军. 耳穴压豆联合穴位贴敷治疗肝郁气滞型功能性便秘的临床研究[J]. 河北中医药学报, 2021, 36(2): 37-39.
- [25] 朱晓芳, 禹瑞, 聂山文, 等. 改良版脐灸对老年功能性便秘患者肠动力、胃肠神经递质及肠道菌群的影响[J]. 安徽中医药大学学报, 2022, 41(6): 59-64.
- [26] 彭薪颖, 夏平, 王文华, 等. 隔药饼灸对慢传输型便秘患者体内促炎-抗炎系统的影响[J]. 中国中西医结合消化杂志, 2020, 28(5): 378-382.
- [27] Connolly, P., Hughes, I.W. and Ryan, G. (1975) Comparison of “Duphalac” and “Irritant” Laxatives during and after Treatment of Chronic Constipation: A Preliminary Study. *Current Medical Research and Opinion*, **2**, 620-625. <https://doi.org/10.1185/03007997409111873>
- [28] Mínguez, M., López Higuera, A. and Júdez, J. (2016) Use of Polyethylene Glycol in Functional Constipation and Fecal Impaction. *Revista Espanola De Enfermedades Digestivas*, **108**, 790- 806. <https://doi.org/10.17235/reed.2016.4571/2016>
- [29] Li, H., Zhang, P. and Xue, Y. (2020) A Comparison of the Safety and Efficacy of Polyethylene Glycol 4000 and Lactulose for the Treatment of Constipation in Pregnant Women: A Randomized Controlled Clinical Study. *Annals of Palliative Medicine*, **9**, 3785-3792. <https://doi.org/10.21037/apm-20-1674>
- [30] 张耀伟. 聚乙二醇散不同药物联用方案治疗功能性便秘的效果比较[J]. 河南医学研究, 2021, 30(2): 305-307.
- [31] Antón Gironés, M., Roan Roan, J., de la Hoz, B. and Sánchez Cano, M. (2008) Immediate Allergic Reactions by Polyethylene Glycol 4000: Two Cases. *Allergologia et Immunopathologia*, **36**, 110-112. <https://doi.org/10.1157/13120396>
- [32] Winter, H.S., Di Lorenzo, C., Benninga, M.A., et al. (2013) Oral Prucalopride in Children with Functional Constipation. *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, **57**, 197-203. <https://doi.org/10.1097/MPG.0b013e318292f9ea>
- [33] 任宏宇, 罗和生, 陈继红, 等. 莫沙必利治疗功能性便秘的随机双盲对照研究[J]. 中华消化杂志, 2005, 25(10): 614-616.
- [34] 闫晓春, 吴洪, 唐学贵. 莫沙必利联合中药贴敷神阙穴治疗老年人功能性便秘疗效及对血清 NO 和 SP 水平的影响[J]. 河北医学, 2020(6): 941-946.
- [35] 马后莲, 马建霞, 郑松柏, 等. 乳果糖与莫沙必利治疗老年患者慢性功能性便秘及伴随症状的前瞻性随机对照研究[J]. 中华老年多器官疾病杂志, 2022, 21(6): 424-427
- [36] 姜亚, 林琳. 肠道促分泌药治疗慢性便秘的临床进展[J]. 胃肠病学, 2020, 25(3): 176-179.
- [37] 邵亮, 陈晓敏, 徐广顺, 等. 益生菌治疗功能性便秘疗效及其对肠黏膜脑肠肽的影响[J]. 山西医药杂志, 2023, 52(1): 56-58.
- [38] 曹海峰. 微生态制剂治疗在慢性便秘患者中的应用效果[J]. 现代诊断与治疗, 2019, 30(9): 1467-1468.
- [39] 唐田, 沈真如, 石璐, 等. 植物乳杆菌 P9 对小鼠功能性便秘的作用及机制[J]. 食品科学, 2023, 44(9): 123-130.
- [40] 陈学芝, 巩静, 曹景润, 等. 灌肠联合生物反馈治疗老年患者功能性便秘的效果分析[J]. 齐鲁护理杂志, 2022, 28(23): 65-67.
- [41] Dai, L., Zhong, L.L. and Ji, G. (2019) Irritable Bowel Syndrome and Functional Constipation Management with Inte-

grative Medicine: A Systematic Review. *World Journal of Clinical Cases*, **7**, 3486-3504.
<https://doi.org/10.12998/wjcc.v7.i21.3486>

- [42] Simón M.A., Bueno, A.M., Otero, P., *et al.* (2019) A Randomized Controlled Trial on the Effects of Electromyographic Biofeedback on Quality of Life and Bowel Symptoms in Elderly Women with Dyssynergic Defecation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **16**, Article 3247. <https://doi.org/10.3390/ijerph16183247>
- [43] 张华娟, 布小玲. 生物反馈治疗功能性排便障碍的效果评价[J]. 东南大学学报, 2014, 33(4): 497-500.
- [44] Emmanuel, A.V. and Kamm, M.A. (2001) Response to a Behavioural Treatment, Biofeedback, in Constipated Patients Is Associated with Improved Gut Transit and Autonomic Innervation. *Gut*, **49**, 214-249.
<https://doi.org/10.1136/gut.49.2.214>