

中医外治法与心脏康复的研究进展

望丽君^{1,2}, 刘宏军¹

¹宜昌市中医医院心病科研究所, 湖北 宜昌

²三峡大学医学院, 湖北 宜昌

收稿日期: 2022年2月9日; 录用日期: 2022年3月9日; 发布日期: 2022年3月21日

摘要

随着中国心血管病死亡占比的上升, 心血管疾病越来越受到重视。心脏康复能够有效提高心血管疾病患者的生活质量、改善预后。中医在心脏康复方面前景可观, 中医外治法作为中医的一大特色, 在心脏康复方面也有其独特要点, 这篇文章就中医外治法在心脏康复方面的研究进展做一综述, 以期在临床上能提供理论依据。

关键词

中医外治法, 心脏康复, 心血管疾病, 冠心病

Research Progress of External Treatment and Cardiac Rehabilitation in Traditional Chinese Medicine

Lijun Wang^{1,2}, Hongjun Liu¹

¹Department of Heart Disease, Yichang Hospital of Traditional Chinese Medicine, Yichang Hubei

²Medical College, China Three Gorges University, Yichang Hubei

Received: Feb. 9th, 2022; accepted: Mar. 9th, 2022; published: Mar. 21st, 2022

Abstract

With the increase of the mortality rate of cardiovascular diseases in China, cardiovascular diseases have been paid more and more attention. Cardiac rehabilitation can effectively improve the quality of life and prognosis of patients with cardiovascular diseases. Traditional Chinese medicine has a promising prospect in cardiac rehabilitation, and external treatment of traditional Chinese medicine, as a major feature of traditional Chinese medicine, also has its unique points in

文章引用: 望丽君, 刘宏军. 中医外治法与心脏康复的研究进展[J]. 中医学, 2022, 11(2): 247-251.

DOI: 10.12677/tcm.2022.112037

cardiac rehabilitation. This paper summarizes the research progress of external treatment of traditional Chinese medicine in cardiac rehabilitation, in order to provide theoretical basis in clinical practice.

Keywords

External Treatment of Traditional Chinese Medicine, Cardiac Rehabilitation, Cardiovascular Disease, Coronary Heart Disease

Copyright © 2022 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. 背景

随着人们生活水平和科学技术的发展,中国心血管疾病日益凸显,目前,中国心血管疾病死亡占城乡居民总死亡原因的首位[1],这给人民的的生活和健康带来严重威胁,因此对于心血管疾病的预防与诊治越来越得到重视。心脏康复[2][3]是通过医学评价、运动、心脏危险因素控制、营养等干预使心血管疾病患者心功能得到一定改善,机体抵抗力得到一定提高,通过控制危险因素,减少患者再次发生心脏不良事件(猝死、心肌梗死)的风险,并通过运动、营养等的指导,使患者生活质量得到显著改善,预后水平提高。中医的心脏康复[4]是在中医整体观念和辨证论治体系的大框架下,以阴阳五行、脏腑经络、病因病机、气血津液学说等为基础,在强调整体康复的同时,主张辨证康复,形神统一。目前中医在心脏康复方面也取得了不错的进展[5],结合现代心脏康复理论,发挥着传统医学的特色。

2. 中医外治法内容

2.1. 针刺治疗

针刺是通过对穴位的精准刺激,形质刺通,激发经气感传,到达疏通经络、调和气血运行的作用,以治疗疾病。于子璇[6][7]等通过近五年的文献分析整理得出针刺内关穴治疗冠心病疗效明显,而这不仅在我国古典文献有所记载,在现代医学中也有一定的科学依据[8]。赵丽娜[9]等在观察冠心病无症状性心肌缺血患者使用背俞穴温针灸疗效时,也得出其疗效显著,对患者的心肌缺血、血流变以及血管内皮功能改善效果明显。林焕锋[10]等研究也证实了针刺对于急性冠脉综合征患者的生活质量。如此可见针刺对于心脏康复的效果已显而易见,且价格低廉,容易操作,值得推广。

2.2. 灸法

灸法是借助艾条燃烧的热力对人体肌表产生温热性刺激,利用经络腧穴的作用,以达病所,从而温通经脉以助气血运行。心血管疾病大多与气血痹阻相关,灸法能够达到治疗效果,同时提高生活质量。赵梦飞[11]等通过心肺运动试验来评估热敏灸疗法对于中老年 PCI 术后患者的预后情况,进行了三组临床对照试验,得出相对于单纯药物治疗,联合热敏灸疗法更能使中老年冠心病 PCI 术后患者的运动心肺功能、心理认知状态和生活质量得到改善。郑莹芊[12]等研究也表明灸法治疗冠心病心绞痛的临床疗效显著,能够明显改善患者症状,提高生活质量,安全性也较高。灸法在生活中比较容易操作,对于心脏康复的三期康复阶段即家庭康复来说,是一种集安全性、有效性、可操作性于一体的选择。

2.3. 穴位贴敷

穴位贴敷是在中医整体观念的指导下,以经络学说为理论基础,通过药物吸收和穴位刺激的双重作用,来防治疾病的一种外治方法。“三伏贴”便是其中一种。修晟尧[13]试验得出通过穴位贴敷对不稳定性心绞痛患者进行心脏康复治疗,可辅助改善患者的临床症状,其安全性可行性都得到临床及统计学的验证。牛新萍[14]等通过研究穴位贴敷联合体外反搏应用于慢性心力衰竭心脏康复治疗的过程发现,穴位贴敷可明显改善患者心功能,提高患者运动及日常生活能力,且疗效确切。和灸法类似,穴位贴敷在明确穴位选择后更容易操作,值得在心脏康复中运用。

2.4. 耳穴压豆

耳穴压豆是将药豆准确地粘贴于耳穴处,给予适度的揉、按、捏、压,以刺激耳穴,达到治疗目的的一种中医外治疗法。杨月[15]等通过研究证明西医基础治疗联合耳穴压籽对心血瘀阻型冠心病不稳定型心绞痛患者具有显著的临床疗效,并能改善生活质量,这与心脏康复所要达到的目的相一致。杨洋[16]等通过试验证明耳穴压豆联合穴位按摩对高血压伴失眠患者疗效确切,不仅起到降压效果,更帮助患者改善睡眠症状,同时,技术简单、价格低廉,在疗效确切的情况下,不失为心脏康复的良好选择。

2.5. 穴位注射

穴位注射疗法是将某些中西药物注射液注入人体的治疗穴位,从而防治疾病的方法。韩欣丽[17]通过药物组、针药结合组、穴位注射组等的对比,证明内关穴位注射香丹注射液预处理对急性心肌缺血大鼠的心肌具有保护作用,针药组疗效最佳,侧面反映了穴位注射对于大鼠急性心肌缺血的作用,余红琴[18]通过穴位注射治疗冠心病心绞痛,有效率达90%。这也说明了穴位注射的用于心脏康复的可行性。

2.6. 拔罐

拔罐是指以罐为工具,采取燃烧排除罐内空气或者真空拔罐器,造成负压,使之吸附于腧穴或应拔部位的体表,产生刺激,使被拔部位的皮肤充血、淤血,以达到防治疾病的目的。邹生燕[19]等将刺络拔罐应用于慢性稳定性心绞痛气虚血瘀型患者,其干预组有效率达到93.33%,为拔罐用于心血管疾病提供一定的临床证据,庞玉思[20]通过针刺组和拔罐组在心血瘀阻型冠心病心绞痛患者治疗上对比,选取心经、心包经的背俞穴施以刺络拔罐治疗,对心绞痛症状、中医证候的改善更有疗效,这也正体现了中医治疗的多种多样和其辨证论治的观念。因此,对于心脏康复涉及的一系列心血管疾病,通过辨证论治,选取最合适的外治方法能够得到更好的疗效。

2.7. 离子导入疗法

直流电离子导入疗法是根据直流电场内同性电荷相斥,异性电荷相吸的原理,使药物离子通过完整的皮肤或粘膜导入人体。离子导入疗法突出点在于形成的“离子堆”,作用于人体的时间长,可以达到持续长效的目的。王春红[21]通过研究对照证明了离子导入疗法能够改善冠心病心绞痛患者的症状,其有效率达到91.76%。中药离子导入疗法起效快、时滞小、药效强,其渗透性有时比被动扩散透皮吸收大几十倍甚至上百倍[22]。周晓莉[23]等通过丹参多酚酸盐注射液联合中药离子导入、体针治疗冠心病心绞痛效果显著,也佐证了离子导入疗法用于心血管疾病的可行性。离子导入疗法是传统中医与现代技术相结合的一大创新,更为传统医学的发展开阔思路,为心脏康复提供更多方案的选择和考虑。

2.8. 中药封包疗法

中药封包疗法是通过将治疗包中配好的中药经过加热,敷于患病部位,使药效透过皮肤作用到体内,

达到活血化瘀、舒经活络的作用。陈蓓蓓[24]等通过中药封包联合耳穴压豆来改善 PCI 术后患者的不良情绪和睡眠质量, 疗效显著, 与心脏康复的理论相契合, 为中药封包用于心脏康复提供临床证据。张大创[25]通过中药封包治疗冠心病心绞痛, 其有效率达 90%, 这说明中药封包对于冠心病是有确切疗效的, 那么, 相应的, 运用于心脏康复也能使心绞痛病人缓解症状、改善预后, 是心脏康复治疗的一种可选方式。

2.9. 传统功法

冠心病患者应重视科学运动, 来提高心肌缺氧耐受力, 预防和减轻心脏动脉损害, 达到心脏康复的目的[26], 中国传统功法包括八段锦、太极拳、五禽戏等[27], 一方面它符合西医的运动处方内容, 另一方面, 结合中医整体观念, 通过功法达到全身气机调节、血行通畅的目的, 实现心脏康复。高嘉良[28]等通过大量文献研究统计得出, 太极拳和八段锦在慢性疾病康复、提高患者认知能力、改善平衡和有氧能力方面是有益的, 在心脏康复方面更有确切疗效, 同时张小朵[29]等研究发现太极拳联合八段锦制定运动处方更能达到“双心”同治的效果, 更提现了传统功法历久弥新的优点。

2.10. 推拿按摩

推拿又称“按摩”, 是以中医的脏腑理论与经络学说为基础, 再结合西医的解剖学, 参考临床上的诊断, 以手法作用于人体体表的特定部位以调节全身气机、舒经活络。刘鹏[30]通过试验研究发现通阳散结推拿手法能够对冠心病患者心功能的改善起到积极作用, 预后良好, 且无需耗材, 操作简便, 安全有效, 这无疑充实了心脏康复的中医治疗方式。周华龙[31]通过试验, 发现推拿用于部分心血管疾病都有良好的作用, 可以减轻症状、改善预后, 同时, 它是一种易于被病人接受, 发展前景可观的治疗方法, 运用于心脏康复, 潜力巨大。

3. 小结

由于心血管疾病的致死率逐年提高, 人们生活水平的提高和自我健康管理意识的觉醒, 使心脏康复得到迅猛的发展, 中医作为我国传统医学, 是我国的瑰宝, 自古便分有治未病、治已病和养生, 这与心脏康复的理念相契合, 我们已经看到中医药在心脏康复的运用愈来愈多, 而中医外治法作为一种使用安全、操作简单、材料物美价廉的治疗手段, 同样也在心脏康复中起到越来越多的作用, 虽然, 目前中医外治法的作用原理尚未完全明确, 有些治疗方法遗失民间, 未能得到良好传承, 但我们不能忽视祖辈留下的巨大精神财富, 在心脏康复蓬勃发展的大背景下, 更要抓住时机, 发展中医外治法, 发挥祖国医学特色, 为治疗提供多方面选择。

参考文献

- [1] 《中国心血管健康与疾病报告 2020》正式出版[J]. 中国心血管杂志, 2021, 26(3): 276.
- [2] 中国康复医学会心血管病专业委员会, 胡大一. 中国心脏康复与二级预防指南 2018 精要[J]. 中华内科杂志, 2018, 57(11): 802-810.
- [3] Bachmann, J.M., Duncan, M.S., Shah, A.S., et al. (2018) Association of Cardiac Rehabilitation with Decreased Hospitalizations and Mortality after Ventricular Assist Device Implantation. *JACC: Heart Fail*, 6, 130-139. <https://doi.org/10.1016/j.jchf.2017.11.002>
- [4] 中医外治技术在心脏康复中应用的专家建议[J]. 中西医结合心脑血管病杂志, 2017, 15(1): 53-58.
- [5] Khan, I.U., 杜廷海, 张露苗. 心脏康复中药处方的特色分析[J]. 中医临床研究, 2022, 23(5): 46-47.
- [6] 高树中, 杨俊. 针灸治疗学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2012: 8.
- [7] 于子璇, 陈伶俐, 李金香, 张书萌, 刘佳, 江雨洁, 李杰. 针灸内关穴治疗冠心病的临床研究进展[J]. 中国中医

- 急症, 2021, 30(5): 921-923+935.
- [8] 汤园园. 电针“内关”穴对急性心肌缺血大鼠下丘脑-垂体-肾上腺轴影响的研究[D]: [硕士学位论文]. 武汉: 湖北中医药大学, 2012.
- [9] 赵丽娜, 刘东辉, 于培俊. 背俞穴温针灸在冠心病无症状性心肌缺血患者中的应用[J]. 四川中医, 2020, 38(12): 207-210.
- [10] 林焕锋, 苏慧, 史振羽, 余伟清. 针灸治疗急性冠脉综合征的临床研究[J]. 内蒙古中医药, 2020, 39(1): 98-100.
- [11] 赵梦飞. 心脏康复联合热敏灸疗法对中老年冠心病 PCI 术后患者运动心肺功能、心理认知状态和生活质量的研究[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京中医药大学, 2018.
- [12] 郑莹芊, 彭廷云. 隔药饼灸干预阳虚水泛型冠心病心绞痛 40 例效果观察[J]. 湖南中医杂志, 2021, 37(4): 98-100.
- [13] 修晟尧. 扶阳穴位贴敷疗法对不稳定性心绞痛患者心功能改善临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 北京: 北京中医药大学, 2020.
- [14] 牛新萍, 姚福梅. 穴位贴敷联合体外反搏在慢性心力衰竭心脏康复中的应用研究[J]. 现代中西医结合杂志, 2020, 29(26): 2865-2868+2875.
- [15] 杨月, 杨倩, 张敏. 耳穴压籽对心血瘀阻型冠心病不稳定型心绞痛的疗效观察[J]. 中医药学报, 2017, 45(1): 80-83.
- [16] 杨洋, 邹龙华. 耳穴压豆联合穴位按摩在高血压伴失眠患者中的应用效果[J]. 光明中医, 2021, 36(4): 602-604.
- [17] 韩欣丽. 内关穴位注射香丹注射液预处理对大鼠急性心肌缺血 ICAM-1 及 NF- κ B 的影响[D]: [硕士学位论文]. 成都: 成都中医药大学, 2012.
- [18] 余红琴. 丹参酮 IIA 磺酸钠内关穴位注射治疗冠心病心绞痛 50 例临床观察[C]//中华中医药学会. 中华中医药学会全科医学分会成立大会暨 2016 年学术年会论文集, 2016: 3.
- [19] 邹生燕, 马凤荣. 刺络拔罐在慢性稳定性心绞痛气虚血瘀型患者护理中的应用[J]. 河北中医, 2017, 39(9): 1387-1390.
- [20] 庞玉思. 刺血拔罐对心血瘀阻型冠心病心绞痛的临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州中医药大学, 2016.
- [21] 王春红. 中药离子导入法治疗冠心病稳定性心绞痛临床观察[D]: [硕士学位论文]. 保定: 河北大学, 2010.
- [22] 吴闽枫. 直流电离子导入的治疗技术和方法简介[J]. 医疗与电子技术, 2014(5): 86.
- [23] 周晓莉. 中药离子导入、体针联合丹参多酚酸盐注射液治疗冠心病心绞痛的效果观察[J]. 中国疗养医学, 2019, 28(7): 728-729.
- [24] 陈蓓蓓, 林瑞妍, 李欢, 马秀芳, 李燕云, 高颖. 中药封包联合耳穴压豆对 PCI 术后患者睡眠质量的影响[J]. 国际护理学杂志, 2018, 37(15): 2154-2157.
- [25] 张大创, 李根, 邢洁, 陈鹏毅. 中药封包热敷虚里穴治疗冠心病心绞痛疗效观察[J]. 中国中医急症, 2008, 17(7): 906-907.
- [26] 王建茹, 刘天惟. 心脏康复的发展现状及前景[J]. 医学信息, 2021, 34(11): 47-49.
- [27] 赵梓彤, 董波. 中医传统功法与心脏康复研究进展[J]. 中西医结合心脑血管病杂志, 2019, 17(4): 536-537.
- [28] 高嘉良, 陈光, 李海霞, 王阶, 李军. 以太极拳为主的中医传统运动在心脏康复中的作用[J]. 中医杂志, 2021, 62(3): 199-204.
- [29] 张小朵. 太极球联合八段锦运动对急性心肌梗死 PCI 术后患者心脏康复作用的临床研究[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州中医药大学, 2017.
- [30] 张燕, 黄昌男, 白雪娇, 胡晔, 刘鹏. 通阳散结推拿法对冠心病患者心功能影响的研究[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(97): 193.
- [31] 周华龙, 曹庆湘. 推拿治疗心血管部分疾病的临床应用与研究[J]. 按摩与导引, 2005, 21(5): 3-5.