

# 近 10 年针灸治疗围绝经期综合征研究概况

刘芳<sup>1</sup> 刘婧<sup>2</sup> 商越<sup>1</sup> 方剑乔<sup>1\*</sup>

(1. 浙江中医药大学, 浙江 杭州 310053; 2. 浙江中医药大学附属第三医院, 浙江 杭州 310005)

**摘要:**围绝经期综合征是妇科常见病、多发病。西医治疗主要以激素替代疗法为主,但具有一定的副作用。针灸治疗本病具有疗效好、操作简单、方法众多等优点,目前在临床应用广泛。对近 10 年来针灸治疗围绝经期综合征的临床文献报道进行了整理,反映了针灸治疗围绝经期综合征的临床现状,为临床科研提供参考依据。

**关键词:**围绝经期综合征; 针灸疗法; 概况

**中图分类号:** R 246.3 **文献标识码:** A **文章编号:** 1002-168X(2015)03-0123-03

**DOI:** 10.13424/j.cnki.jsctcm.2015.03.044

围绝经期综合征(Perimenopausal Syndrome, PMS)是指妇女绝经前后,由于卵巢功能衰退,雌激素分泌减少,下丘脑-垂体-卵巢轴平衡失调,而出现的内分泌失调和植物神经功能紊乱的一系列证候群<sup>[1]</sup>。主要表现为月经紊乱、潮热汗出、心悸、失眠、烦躁易怒、焦虑抑郁、疲倦乏力等,属中医“绝经前后诸症”范畴。目前西医主要采用激素替代疗法,但长期使用激素类药物有诱发乳腺癌、子宫内膜癌、子宫出血、乳房痛等副作用。针灸治疗本病方法众多、疗效显著、易被患者接受,具有良好的优越性和发展前景。本文检索了 2005 年~2014 年的相关文献,就近 10 年针灸治疗围绝经期综合征的概况综述如下。

## 1 单纯针刺疗法

单纯针刺疗法既可以运用一般的针刺方法,又可以运用传统针刺疗法,同时结合辨证配穴或补泻手法,以达到较好的临床疗效。针刺取穴主要有常规取穴,最常用的穴位为三阴交;其次为辨证取穴和随症取穴。商阿萍等<sup>[2]</sup>采用“以通为补”及辨证取穴的原则治疗 PMS 40 例,以祛瘀滞、通冲任、补肾气为主,总有效率 92.5%,疗效优于雌激素加周期性孕激素治疗组。杜革术<sup>[3]</sup>以补肾养阴、宁心安神为主同时配合补泻手法治疗 PMS,总有效率 96.67%,治疗后中医症状积分与治疗前比较,差异有统计学意义( $p < 0.05$ ),治疗后患者血清 E2 水平升高,FSH、LH 水平降低( $p < 0.05$ )。王小云等<sup>[4]</sup>运用腹针疗法治疗 PMS 抑郁症 30 例,与西

药黛力新组作对照,治疗后两组临床疗效比较无明显差异( $p > 0.05$ ),但腹针组不良反应发生率明显低于西药组( $p < 0.05$ ),且随访发现腹针组的临床疗效优于西药组( $p < 0.05$ )。金弘等<sup>[5]</sup>以针刺五脏俞为主,配合随症取穴及补泻手法治疗 PMS 20 例,也取得良好效果,研究发现针刺对植物神经功能紊乱起到良好的调节作用。

## 2 电针疗法

电针疗法是毫针和电生理效应的结合,着重于电针波形及频率的选择。电针选穴多以三阴交和关元穴为主,波形以连续波为主,频率 1~2 Hz,部分选择疏密波或密波,强度多以患者耐受为度。周军等<sup>[1]</sup>采用电针双侧三阴交穴治疗,选 2 Hz 和 100 Hz 交替的疏密波,刺激强度为 8~10 mA,刺激时间为 30 min,每周 3 次,1 个月为 1 个疗程,共治疗 3 个疗程,疗效优于口服尼尔雌醇组。李艺等<sup>[6]</sup>采用电针两组精简穴位的方法治疗 PMS 110 例,随机分为关元组(关元、三阴交)与内关组(内关、足三里)各 55 例。选连续波,频率为 2 Hz,强度以患者能耐受为度,均取得较好疗效。陈秀玲等<sup>[7]</sup>采用电针不同穴位组治疗 PMS,分别为关元组(关元、气海)、足三里组、三阴交组各 30 例,均选取连续波,频率 1 Hz,每日 1 次,10 次为一个疗程,共治疗 3 个疗程,三阴交组疗效明显优于其他两组( $p < 0.05$ )。何金森等<sup>[8]</sup>采用电针关元、三阴交穴,以调补冲任为施治原则治疗 PMS 33 例。选连续波,频率为 1 Hz,强度以患者能耐受为度,总有效

\* 通讯作者:方剑乔(1961-),男,教授,博士生导师,研究方向:针刺镇痛与免疫调节相关的临床与实验研究。

率93.94%。

### 3 穴位埋线疗法

穴位埋线疗法是将羊肠线埋入腧穴,利用羊肠线对腧穴的持续刺激作用,激发经气、调和气血。常用穴位为背俞穴、三阴交、关元等,多为每周1次。金亚蓓等<sup>[9]</sup>采用背俞穴埋线治疗PMS45例,每周1次,4周1疗程,共治疗2个疗程,总有效率91.7%。刘红等<sup>[10]</sup>应用穴位埋线治疗PMS,结果表明穴位埋线能有效改善PMS患者临床症状,明显降低FSH、LH水平,显著升高E2水平,延缓甚至逆转卵巢功能的衰退。同样的疗法也被其他研究者采用,并获得显著效果<sup>[11-12]</sup>。

### 4 穴位贴敷疗法

穴位贴敷疗法是通过药物对穴位的刺激作用和皮肤组织对药物有效成分的吸收以治疗疾病的方法,该法具有疗效好、无创无痛、安全、简便易行的优点,易被患者接受,值得临床推广。赵愿愿等<sup>[13]</sup>运用自拟更年期膏穴位贴敷,隔日1次,30天为1疗程,治疗3个疗程也取得满意疗效。吕宁等<sup>[14]</sup>在子宫、血海、关元穴进行穴位贴敷,隔日1次,2周为1疗程,治疗3个疗程后,取得较好疗效,治疗过程发现疗效与病程长短、皮肤反应及辨证分型相关。

### 5 其他疗法

杨松柏等<sup>[15]</sup>采用耳针疗法治疗32例PMS失眠症患者,总有效率与交通心肾组、针刺跷脉组比较差异无统计学意义( $p>0.05$ ),然而在愈显率和睡眠率方面,耳穴刺激组显著高于交通心肾组、针刺跷脉组( $p<0.05$ )。姜荣荣等<sup>[16]</sup>采用刮痧疗法治疗本病,刮拭督脉和足太阳膀胱经背部循行部位,重点刮拭五脏背俞穴及阿是穴,每周1次,1个月为1疗程,共治疗3个疗程,总有效率90%。王渊等<sup>[17]</sup>采用多频道雷射治疗仪对所选穴位进行雷射光照刺激,每次30min,每日1次,4周为1疗程,治疗2个疗程后,取得较好疗效。刘菲等<sup>[18]</sup>选穴以肾俞、脾俞、心俞、百会、太溪、三阴交为主,配以神门、太冲,并在肾俞穴上进行帽状灸,疗效优于单纯针刺组。李乃荣等<sup>[19]</sup>采用梅花针治疗围绝经期失眠66例,采取全身取穴,重点叩打肾俞、腰骶部、脐周,治疗后血清E2上升( $p<0.01$ )、FSH下降( $p<0.01$ ),LH治疗前后比较差异无显著性。

### 6 综合疗法

综合疗法均为上述针刺、耳穴贴压、穴位埋线、中药等疗法的综合运用。文莘等<sup>[20]</sup>采用艾灸背俞穴联合电针治疗围绝经期睡眠障碍30例,总

有效率86.7%。相永梅等<sup>[21]</sup>采用电针结合耳穴压豆治疗绝经前后诸症52例,发现远期疗效较近期疗效增加,疗效优于单纯电针组。洒玉萍等<sup>[22]</sup>采用耳穴贴压结合心理疏导方法治疗PMS31例,并配合随症取穴,取得良好效果。张娜等<sup>[23]</sup>采用温针灸为主结合耳穴贴压治疗脾肾阳虚型更年期综合征患者38例,观察发现:3个月可能是单纯更年期综合征患者的最佳治疗时间。林兵宾等<sup>[24]</sup>采用温针灸配合走罐疗法治疗本病,走罐取督脉、膀胱经在背部的腧穴及华佗夹脊穴,疗效优于口服坤泰胶囊组。雷秀虹<sup>[25]</sup>采用针刺配合背俞穴走罐治疗PMS40例,针刺以百会、关元、肝俞、肾俞、三阴交、太溪为主穴,随症加减,走罐从大椎穴自上而下,由内向外沿两侧背俞穴循环,直到背部皮肤出现潮红并出现明显的瘀斑为止,总有效率92.5%。姜波等<sup>[26]</sup>采用中药配合丹参注射液穴位注射治疗PMS40例,得到较好的疗效。此外,还有其他研究者采用多种疗法综合治疗本病,并都取得良好的效果<sup>[27-29]</sup>。

### 7 小结与展望

围绝经期综合征属中医“绝经前后诸症”范畴,《素问·上古天真论》曰:“七七任脉虚,太冲脉衰少,天癸竭,地道不通,故形坏而无子也。”妇女在绝经期前后,肾气渐衰,冲任虚损,天癸渐竭,肾阴亏虚或肾阳不足致气血阴阳平衡失调,影响到心、肝、脾脏,引发诸多症状的出现。据报道,约75%的妇女出现本病,其中多数可自行缓解,约10%~25%的妇女症状严重,影响工作和生活<sup>[30]</sup>。目前,围绝经期综合征的发病机制尚未完全阐明,现代医学治疗本病主要采用激素替代疗法,但存在子宫出血、乳房胀痛、白带多、头痛等副作用,且长期应用有增加子宫内膜癌、乳腺癌等危险,临床难以推广或长期坚持使用。针灸治疗本病方法多样、疗效好、简便低廉,易被患者接受,已广泛应用于临床。根据患者肾气虚衰、精血不足、冲任亏虚的特点,针灸治法多以益肾宁心、调和冲任、疏肝健脾、畅达情志为主,选穴多以足太阳膀胱经、任脉、足太阴脾经、督脉为主,并配合辨证取穴和随症取穴。随着医学技术的发展,针灸治疗并不局限于传统的治疗方法,新的治疗方法如电针、雷射针刺法、穴位注射、穴位埋线等疗法,已广泛应用于临床,并取得较好疗效。相比较而言,每种疗法都有各自的优点和局限性:单纯针刺疗法操作简便,是针灸疗法中最主要的刺激法,针刺时通过不同的行针手法、腧穴配伍以达到更好的效

果,但围绝经期综合征是全身性的疾病,有时单用一种疗法效果不显著,需结合其他疗法提高疗效;电针疗法是在毫针的基础上施加脉冲电流,通过给穴位以持续性的刺激,增加得气感,可代替手工行针节省人力,但临床上不同施术者采用的波形及频率不一,疗效评定缺乏可比性;穴位埋线疗法通过羊肠线对穴位的持续性刺激,可收到较好的临床疗效,且治疗周期多为每周一次,较为方便,但往往也因刺激量太大,部分病人不易接受;穴位贴敷疗法是通过皮肤对药物的吸收起到疗效,不仅起到了刺激穴位的效果,还发挥了药物的作用,操作也比较简便,但在药物的选取方面选择颇多,临床不易统一,且部分病人可能出现皮肤过敏现象;其他针刺疗法治疗本病经过临床检验也具有较好的临床疗效,在临床应用广泛。不同研究者根据个人特长运用不同疗法治疗本病均可取得满意疗效,说明针刺治疗本病具有一定的优越性,值得临床推广。

#### 参考文献

- [1] 周军,秦正玉,李伟莉,等.电针三阴交治疗围绝经期综合征临床观察[J].中国针灸,2006,26(9):617-620.
- [2] 商阿萍,潘广博.“以通为补”针刺治疗围绝经期综合征40例[J].河北中医,2008,30(5):512-513.
- [3] 杜革术.补肾宁心针法治疗心肾不交型围绝经期综合征的临床研究[J].中国中医药科技,2011,18(6):464-465.
- [4] 王小云,黎霄羽,邓霁静,等.腹针与西药治疗更年期妇女抑郁症疗效对比研究[J].中国针灸,2010,30(11):913-917.
- [5] 金弘,刘婷婷,王荣.针刺五脏俞治疗围绝经期综合征临床观察[J].中国针灸,2007,27(8):572-574.
- [6] 李艺,夏勇,刘世敏,等.电针对围绝经期综合征患者Kupperman评分的效应[J].上海针灸杂志,2009,28(10):559-561.
- [7] 陈秀玲,徐凯,秦小红.电针治疗女性围绝经期失眠症疗效观察[J].上海针灸杂志,2011,30(6):366-367.
- [8] 何金森,廖建钦,安晓英,等.电针治疗围绝经期综合征的临床效应分析[J].上海针灸杂志,2005,24(12):3-5.
- [9] 金亚蓓,项洪艳,郑利芳.背腧穴埋线对围绝经期抑郁焦虑妇女HAMD评分和血清性激素的影响[J].中华中医药学刊,2013,31(6):1322-1324.
- [10] 刘红,杨大男.穴位埋线治疗围绝经期综合征86例临床观察[J].上海针灸杂志,2007,26(2):5-7.
- [11] 杨代勇,杨大男.微创穴位埋线法治疗围绝经期综合征86例临床观察[J].山东中医杂志,2007,26(8):545-547.
- [12] 蒙珊,杜艳,陈文.穴位埋线治疗围绝经期综合征60例临床观察[J].江苏中医药,2007,39(6):49-50.
- [13] 赵愿愿,曾莉.更年膏穴位贴敷治疗围绝经期综合征30例的疗效观察[J].贵阳中医学院学报,2011,33(6):150-152.
- [14] 吕宁,曾莉.穴位贴敷治疗围绝经期综合征35例的体会[J].贵阳中医学院学报,2011,33(3):79-80.
- [15] 杨松柏,梅志刚,蔡三金,等.不同穴位组合对女性更年期失眠症的疗效比较:随机对照研究[J].中国针灸,2014(1):3-8.
- [16] 姜荣荣,徐桂华,安红丽,等.刮痧治疗围绝经期综合征疗效观察[J].中国针灸,2012,32(12):1121-1123.
- [17] 王渊,潘家怡,刘智斌,等.雷射针刺治疗肝肾阴虚型围绝经期综合征临床研究[J].四川中医,2013,31(10):120-124.
- [18] 刘菲,赵军.帽炷灸肾俞穴为主治疗女性更年期综合征40例[J].针灸临床杂志,2012,28(01):52-53.
- [19] 李乃荣,李晓清,宋会霞,等.梅花针治疗妇女围绝经期失眠及其对内分泌激素的影响[J].中国中西医结合杂志,2006,26(3):274-275.
- [20] 文幸,米建平.艾灸背俞穴联合电针治疗围绝经期睡眠障碍临床观察[J].新中医,2013,45(5):129-131.
- [21] 相永梅,侯志鹏,王健,等.电针结合耳穴压豆治疗绝经前后诸症[J].辽宁中医杂志,2013,40(8):1534-1536.
- [22] 洒玉萍,朱培艳.耳穴贴压结合心理疏导治疗围绝经期综合征31例临床观察[J].江苏中医药,2008,40(6):53-54.
- [23] 张娜,刘志诚,徐斌.温针灸为主治疗脾肾阳虚型更年期综合征的疗效分析[J].针灸临床杂志,2013,29(3):1-5.
- [24] 林兵宾,戴朝富,邱昌民,等.温针配走罐治疗围绝经期综合征疗效观察[J].上海针灸杂志,2014,33(2):137-139.
- [25] 雷秀虹.针刺配合背俞穴走罐治疗围绝经期综合征疗效观察[J].中国临床研究,2012,25(6):609-610.
- [26] 姜波,赫文彩.中药配合穴位注射治疗围绝经期综合征60例[J].云南中医中药杂志,2011,32(4):30.
- [27] 刘登红.针灸配合心理疗法治疗围绝经期综合征疗效观察[J].上海针灸杂志,2009,28(7):373-374.
- [28] 洪艳丽,何贵翔,吴飞,等.针药结合治疗绝经过渡期失眠的随机对照研究[J].辽宁中医杂志,2012,39(3):519-521.
- [29] 钟宏量,蒙珊,杜艳.中药内服加耳穴贴压治疗肾阴虚型围绝经期综合征疗效观察[J].广西中医药,2009,32(1):13-14.
- [30] 林菁.针刺治疗女性更年期综合征的临床观察[J].新疆医学,2006,36(6):77-79.

(收稿日期:2014-09-04 编辑:巩振东)