

从体质辨识探讨“脏腑灸”防治慢性疲劳综合征

张昌云^{1,2} 于慧娟^{1,2} 赛梦辰² 张昕^{1,2} 谭奇纹^{1,2*}

(1. 山东中医药大学附属医院, 山东 济南 250011; 2. 山东中医药大学, 山东 济南 250011)

摘要:慢性疲劳综合征属于中医“虚劳”范畴,病位在五脏六腑,病机为五脏气化失常,阳气不振是关键。该病与中医体质有明显的相关性,通过中医体质辨识显示该病的常见体质类型为气虚质、阳虚质。足太阳膀胱经为十二经脉的核心,与五脏六腑相通,具有通行阳气的作用。背俞穴是足太阳膀胱经分布在背腰部的腧穴,是脏腑之气的出入所在。根据慢性疲劳综合征的病位病机、足太阳膀胱经及背俞穴的功能,结合艾灸的温补作用,从中医整体观念出发,提出了在两侧膀胱经用隔药铺姜灸的方法防治慢性疲劳综合征,因该治疗方法能同时激发五脏六腑之气,调整五脏六腑之功能故称为脏腑灸,在临床应用中疗效明显,并且舒适度及治疗间隔上易于患者接受。

关键词:中医体质辨识;慢性疲劳综合征;背俞穴;脏腑灸

中图分类号:R74 **文献标识码:** **文章编号:**2096-1340(2019)01-0107-03

DOI:10.13424/j.cnki.jsctcm.2019.01.032

慢性疲劳综合征(CFS)为一种临床定义的状态,以严重、持续性疲劳(至少半年以上)为主要表现,伴躯体疼痛、睡眠认知障碍等症状但无器质性和精神性疾病的综合征^[1]。由于其休息后不能缓解,症状反复发作,持续时间长,严重影响个人正常的生活及工作,并容易引发其他疾病。在现代社会的竞争激烈,生活工作压力巨大,导致慢性疲劳综合征的患者日益增多。李立华等^[2]通过对863例体检人群流行病学调查发现有661例(76.6%)患有慢性疲劳综合征,其中慢性疲劳综合征发生人群年龄阶段在30~40岁之间越来越多。但目前CFS发病机制不明,尚无确切对症药物治疗,据统计在欧美日只有5%的慢性疲劳综合征患者可能痊愈^[3]。因此增强对慢性疲劳综合征的认识并积极防治尤为重要。

1 慢性疲劳综合征的体质辨识

随着中医体质理论的发展,越来越多的研究资料提示疾病发生与患者的体质类型有着密切的联系。中医体质学认为体质是人体对某种致病因子的易感性及其病变类型的倾向性和愈后的决定因素^[4]。对于慢性疲劳综合征这一类没有明确病因、多系统病变的症状复杂综合征,导致临床证候要素多样,辨证分型观点不一,中医证候规范化一直未能达到共识。从其体质入手进行疾病易感性

的判断和诊疗,一方面能够识别与调控易患疲劳综合征人群,另一方面也能更好的进行个体化诊疗,对于预防该病的发生、控制其发展有着重要的意义。

随着对慢性疲劳综合征认识的加深及发病率的增高,越来越多的流行病学调查发现慢性疲劳综合征与中医体质有明显的相关性。骆斌等^[5]对100例慢性疲劳综合征患者的体质辨识,结果显示慢性疲劳综合征与气虚质、阳虚质、瘀血质、痰湿质密切相关。张振贤等^[6]分析了慢性疲劳综合征患者100例,研究表明气虚质、阴虚质、阳虚质和气郁质的人群易患慢性疲劳综合征。郝燕^[7]通过对142例患者体质辨识结果示气虚质有36例,阳虚质有31例,认为气虚质和阳虚质与慢性疲劳综合征的发生有较为密切的关系。刘庆等^[8]通过对220例慢性疲劳综合征患者体质辨识结果提示,慢性疲劳综合征患者的常见体质为气虚质、气郁质、阳虚质。

通过对中国知网2009年到目前11篇关于慢性疲劳综合征的体质辨识的文献检索均表明气虚质和阳虚质与慢性疲劳综合征密切相关,这对慢性疲劳综合征的干预治疗提供了方向与目标。

2 艾灸温补法治疗慢性疲劳综合征疗效确切

气虚质和阳虚质与慢性疲劳综合征的易感体

* 通讯作者:谭奇纹,主任医师、教授,博士生导师。E-mail:tan_qiwen@126.com