

## 隔姜灸治疗肥胖症的理论探讨

★ 龙小娜 指导:储浩然 (1. 安徽中医学院 2006 级硕士研究生 合肥 230038; 2. 安徽中医学院第二附属医院 合肥 230038)

**摘要:**隔姜灸有药物及毫针所没有的优势,可有效地针对肥胖症的病机进行治疗,能补气温阳、清热祛痰除湿,从而解决发病的作用因素,不仅达到减肥的效果,而且通过平衡人体阴阳,可使人体有一个更健康的身体状态。从气虚、痰湿、内热等方面分析了肥胖的病机,并从艾灸及生姜的作用方面分析隔姜灸治疗肥胖症的机理。

**关键词:**肥胖症;隔姜灸;机理研究

**中图分类号:**R 245.8 **文献标识码:**B

近年来我们在临床上采用隔姜灸治疗肥胖症,取得较满意的效果,现将肥胖的病机及艾灸的机理分析如下。

### 1 肥胖的病机

中医认为,肥胖是因饮食不节、好逸少动所致,与情志变化、先天禀赋、年龄地域因素及脾胃功能有关。其发生多由于先天禀赋痰湿偏盛或气虚痰阻所致,为本虚标实之证。本虚以气虚为主,标实以痰湿、内热为主。

#### 1.1 肥胖与气虚

中医历来就有“肥人多气虚”之说。《景岳全书》谓:“何以肥人多气虚?盖人之形,骨为君也,肉为臣也。肥人者,柔盛于刚,阴盛于阳也。且血与肉成,总皆阴类,固肥人多有气虚证。”医家刘河间认为:“血实气虚则肥,气实血虚则瘦。”《沈金鳌·杂病源流犀烛》认为:“人之肥者气必虚。”指出气虚阳微,沉困怠惰可导致津液的生成、输布和排泄失常,津液停滞为痰,痰湿滋漫周身腠理而致肥胖。

#### 1.2 肥胖与痰湿

《丹溪心法·格致余论》谓:“肥白人多湿,肥白人多痰饮。”《医学法律》中提出:“肥人湿多。”清·张璐曰:“膏粱过厚之人,每多痰。”宋·杨仁斋《仁斋直指方论》曰:“肥人气虚生寒,寒生痰,湿生痰,故肥人多寒湿。”由于脾虚津液之运化输布停滞,郁而化痰,此过程常与湿浊并存,故通称为痰浊肥胖人脾虚,脾气不足,使脾运化失调,水湿停滞而致浮肿、乏力、腹胀、体力及运动耐力降低,肌肉减少,脂肪增加而产生脾虚湿阻证之肥胖。

#### 1.3 肥胖与内热

肥胖多由长期恣食肥甘厚味,壅阻脾胃,郁久酿成内热,热盛伤阴,而欲自饮,形成恶性循环。《圣济总录·卷第五十八》:“消瘴者,膏粱之疾也,肥美之过积为脾瘴,瘴病既成,乃为消中,皆单阳无阴,邪热偏胜故也。”说明痰浊膏脂内聚而

生内热,导致痰火裹结或湿热内蕴,伤耗阴液。《医门法律》曰:“肥而多嗜,醇酒厚味,孰为限量哉?久之食欲酿成内热,津液干涸……愈消愈渴,其膏粱愈无已,而中消之病遂成矣。”肥胖者胃热脾虚居多,胃热表现为消化功能亢进,食欲旺盛,多饮多食;脾虚表现为运化转输功能失职,水谷精微不能输布畅达,日久郁积体内而发为肥胖。

### 2 隔姜灸与肥胖

中医历来就有“灸治百病”之说,《灵枢·官能》指出:“针所不为,灸之所宜”,《医学入门》也有“药之不入,针之不到,必须灸之”的论述。隔姜灸作为艾灸的一部分,不仅发挥了艾灸的疗效,而且有其自己的特色。

#### 2.1 艾灸的作用

艾属温性,其味芳香,善通十二经脉,具有理气血、逐寒湿、温经、止血、安胎等作用,可广泛用于临床寒、热、虚、实诸证。艾灸起作用与以下五点有关:(1)局部刺激:局部的温热刺激,使局部皮肤充血,毛细血管扩张。可增强局部的血液循环与淋巴循环,加强局部的皮肤组织代谢能力,促进病理产物消散吸收;(2)经络的调节:《内经》指出“阴平阳秘,精神乃治;阴阳离决,精气乃绝”,“气血不和,百病乃变化而生”。认为一切疾病均由阴阳、气血不和所致,艾灸通过激发经气,因势利导,将人体病理状态下的阴阳气血关系复归平衡;(3)免疫功能的调节:艾灸对人体免疫功能的调节具有双向性,即免疫力低下者可以使之升高,免疫机能过亢者可以使之降低;(4)药物本身的药理作用:清代吴仪洛在《本草从新》中说:“艾叶苦辛,生温熟热,纯阳之性,能回垂绝之亡阳,通十二经,走三阴,理气血,逐寒湿,暖子宫,止诸血,温中开郁,调经安胎,……以之艾火,能透诸经而除百病。”正是因为有了艾叶,才有艾灸疗法;(5)综合作用:艾灸作用于人体主要表现的是一种综合作用,是每种因素相互影响、相互补充、

共同发挥的整体治疗作用。因此我们认为:灸法的作用是由艾灸燃烧时的物理因子和药化因子,与腧穴的特殊作用、经络的特殊途径相结合,而产生的一种“综合效应”。经络腧穴对机体的调节是灸法作用的内因,艾灸时艾的燃烧和所隔药物是灸法作用的外因,两者缺一不可<sup>[1]</sup>。现代研究证实艾灸有抗氧化清除自由基及降低血糖、血脂的作用<sup>[2,3]</sup>。赵琛等以“灸补脾胃之主方”治疗肥胖症在临床取得了较好的效果<sup>[4]</sup>。

## 2.2 艾灸对肥胖病机的治疗

肥胖以虚为本,与痰湿、内热关系密切。《医学入门》说:“虚者灸之使火气以助元气也;实者灸之使实部随火气而发散也;寒者灸之使其气复温也;热者灸之引郁热外发,火就燥之义也。”艾灸具有“温通”与“温补”双重功效,通过疏通经络,从而达到降脂减肥之作用。

**2.2.1 补虚助阳** 清代陈士铎《石室秘录》论气虚多痰之肥治法,认为:“肥人多痰,乃气虚也。虚则气不能运行,故痰生之,则治痰焉可独治痰哉?必须补其气,而当兼补命门之火;盖火能生土,而土自生气,气足而痰自消,不治痰正所以治痰也。”对肥胖病的病因和治疗的方法,提出了温养命门气自足,补火生土痰自消的论点。《本草纲目》有言:“艾叶……纯阳也。可以取太阳真火,可以回垂绝元阳……灸之则透诸经而治百种病邪,起沉苛之人为康泰,其功亦大矣。”《丹溪心法》云:“虚者灸之,使火气以助元气也。”说明艾叶本身的纯阳之体及燃烧时的温热效应,可补火生气,令痰自消,机体恢复平衡,肥胖亦消。

**2.2.2 祛痰除湿** 痰湿为阴邪,须得阳气鼓动方可化解。古人曰:“湿为阴邪,非温不化”,《金匱要略》提出“病痰饮者,当以温药和之”的治疗方法,《石室秘录·肥治法》亦认为治痰须补气兼消痰,并补命火,使气足而痰消。艾灸疗法,以其温阳利水、健脾化湿、理气化痰的功效,达到驱除痰湿、调和气血的目的。

**2.2.3 热因热用** 热证用灸,同气相求,引热邪外出。《灸赋》:“……实热用灸,郁热能疗;表热可灸,发汗宜谋;里热可灸,引导称优。”《医学入门》亦云:“热者灸之,可引郁热之气外发,火就燥之意也。”朱丹溪也认为:“热病得火而解者犹暑极反凉,犹火郁发之意也。”指出热证包括实热与虚热,而灸法有攻有补,并把灸法用于热证的作用归纳为“泄热排下”、“散火祛痰”、“养阴清热”三个方面。对胃热型肥胖病人,艾灸可泄热排下、散火祛痰;对阴虚内热型肥胖病人,艾灸可养阴清热,皆能起到很好的治疗效果。

## 2.3 生姜的作用

生姜为姜科植物姜的新鲜根茎,其为药用已经有悠久的历史,其性味辛温,具有解表散寒,温中止呕,行水解毒,化痰止咳之功效。现代研究证明生姜有降低血糖、血脂的作用<sup>[5,6]</sup>,且有报道生姜水提取物对大鼠胰脂酶活性和食后甘油三酯升高以及摄取高脂饮食小鼠子宫旁脂肪组织重量增加具有明显抑制作用,从而改善高脂饮食诱发的肥胖,促进高脂饮食小鼠粪便中脂质排泄<sup>[7]</sup>。

## 2.4 隔姜灸的优点

隔姜灸在临床上被广泛使用,源于有其他治疗方法所没有的优点,在某些病症上能发挥独特的疗效:(1)取材方便,操作简单,无副作用,容易普及;(2)隔姜灸时温度升高呈渐进式,易于被患者接收;(3)艾灸的局部加温,有利于药物及高分子化合物透过角质层,而为人吸收;生姜性辛温,含有挥发油和姜辣素,能对表皮细胞产生刺激,增加细胞膜的通透性,皮肤腺体开口也因姜辣素的刺激而增大,有利于大分子的药物和脂溶性的药物吸收<sup>[1,8]</sup>。(4)隔姜灸时艾燃烧发出的红外辐射强度,从光谱曲线看,与人体穴位非常接近,辐射峰几乎一致(均在7.5 μm附近),能起到很好的治疗作用<sup>[9]</sup>。

## 3 结语

隔姜灸有药物及毫针所没有的优势,可针对肥胖症的病机进行有效治疗,能补气温阳、清热祛痰除湿,从而解决发病的作用因素,不仅达到减肥的效果,而且通过平衡人体阴阳,可使人体有一个更健康的身体状态。临床上我们通过对部分肥胖患者采用隔姜灸治疗取得了较好的疗效,表明采用隔姜灸治疗肥胖症具有可行性,但目前尚没有开展采用隔姜灸治疗肥胖症的大样本、多中心的研究观察。我们通过检索发现,采用隔姜灸治疗肥胖症的文献很少,若在临床开展隔姜灸治疗相关适宜病症能取得独特的、显著的效果,被大家所认可,必然会引起针对其作用机理的深入研究,从而促进针灸乃至中医理论的研究发展。最后,在治疗肥胖病时,如何控制灸法,其刺激的强度、刺激时间的长短,及穴位的选择对其疗效起着重大的影响,需进一步研究。

## 参考文献

- [1] 沈钦荣,毛水泉. 灸疗的作用机理概述[J]. 中国中医药科技, 2001,8(6):395-386.
- [2] Chiba A, Nakanishi H, Chichibu S. 间接灸的温度和抗自由基作用[J]. 国外医学. 中医中药分册, 1998,20(5):11-12.
- [3] 吴中朝,王玲玲,刘跃光. 艾灸降血脂作用研究[J]. 南京中医药大学学报, 1996(5):41.
- [4] 赵琛,张旭萍,施茵,等. 灸补脾胃之主方治疗单纯性肥胖病32例临床观察[J]. 辽宁中医杂志, 2006,33(8):1016-1017.
- [5] Akhiani SP, Vishwakarma SL, Goyal RK. Anti-diabetic activity of Zingiber officinale in streptozotocin-induced type diabetic rats[J]. JP-harm Pharmacol, 2004,56(1):101-105.
- [6] Bhandari U, Sharma JN, zafar R. The protective action of ethanolic ginger (Zingiber officinale) extract in Cholesterol fed rabbits[J]. Journal of Ethnopharmacology, 1998,61(2):167-171.
- [7] 杨志刚,张燕萍. 生姜油对营养性肥胖大鼠减肥降脂作用的研究[J]. 食品科学, 2007,20(12):117.
- [8] Cao D, Kitamura T, Todo H, et al. pretreatment effects of moxibustion on the skin permeation of FITC-dextran[J]. International Journal of Pharmaceutics, 2008,16,354(1):117-125.
- [9] 沈学勇,丁光宏,褚君浩,等. 传统艾灸与替代物灸和人体穴位红外辐射光谱比较[J]. 红外与毫米波学报, 2003,22(2):123-126.

(收稿日期:2008-07-01)