

基于中医体质辨识理论对阳虚型体质高级干部应用火龙罐综合灸的临床研究

徐晓燕 刘菲菲 金央

“十四五”时期,高级干部的保健工作是医院医疗保障的重要工作之一^[1],如何充分发挥中医特色的干部保健是对当下中医医护人员提出的进一步挑战。通过临床实践研究,我科对干部保健工作创立了一套有针对性的、有中医特色的工作模式——以中医体质辨识为核心,辨证施护为指导,应用不同护理适宜技术。研究发现正局级以上干部在9种体质中以阳虚型为多^[2]。火龙罐综合灸疗法作为使用特殊灸具的一种灸法,其罐体与人的寒湿形成五行生克^[3],是一项具有温、通、调、补四大功效的中医护理技术,对阳虚型体质干部保健能起到较好效果。现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取2019年11月至2021年2月在杭州市中医院干部保健中心体检并经中医体质辨识为阳虚型体质的干部62例,其中男性37例、女性25例;年龄45~69岁,平均年龄(52.37±4.54)岁。阳虚型体质标准参照《中医体质分类及其判定》中的评估标准^[4];纳入标准包括:①经两名主治中医师辨识为阳虚型体质;②《中医体质分类与判定表》评分,阳虚质转化分≥40分;③愿意接受中医药保健指导及火龙罐综合灸等治疗者;④患者知情同意,本研究经医院伦理委员会审批通过。并剔除:①患有严重心理精神疾病者;②对艾条或精油成分有过敏史者;③背部皮肤有破损者;④有严重原发疾病或合并严重并发症者;⑤未完成干预随访者。按照随机数字表法分为试验组和对照组,各31例。试

验组中男性18例、女性13例;平均(51.44±4.68)岁;体重指数(21.86±2.48)kg/m²;对照组中男性19例、女性12例;平均(52.53±5.08)岁;体重指数(22.05±2.59)kg/m²。两组比较,差异均无统计学意义(P 均>0.05)。

1.2 方法 对照组采用常规的中医药保健指导:

① 调理保健原则:补肾温阳、益火之源。② 饮食调养:宜多食用温补脾阳、温肾阳为主之品,如腰果、核桃、羊肉、鹿肉、生姜等,可服食药膳:当归生姜羊肉汤、莲子补骨脂猪腰汤、枸杞子杜仲鹿肉汤等。③ 起居调摄:阳光充沛时适当进行室外运动。④ 运动健身:八段锦、五禽戏、卧功等。⑤ 穴位按摩:气海、足三里、涌泉等。⑥ 情志调摄:持有积极、乐观、向上的心态,主动多与他人叙谈,保持正性情绪,避免不良情绪,建议多听激扬、高昂、豪迈的音乐。

试验组在常规中医药保健指导的基础上结合火龙罐综合灸,由经过统一培训并考核优秀的中医专科护士进行操作。操作方法:① 物品准备:治疗盘、火龙罐(大号)、定制艾柱、艾灸专用点火器、精油、治疗毛巾数条、纱布。② 环境准备:治疗室温度控制在22℃~28℃。③ 选用大小合适的艾柱置入罐底,点燃艾柱,完全点燃后备用。④ 取俯卧位,躺于治疗床上,暴露背部施罐部位,按上焦、中焦、下焦部位顺序及督脉、膀胱经走向施罐,其他部位铺上干净毛巾保暖。⑤ 在背部涂上精油,检查罐口温度合适后开始施罐,根据不同的部位及穴位特点选用不同手法如揉、推、按、熨、烫、点、摇、震等施罐,至局部皮肤略微发红时停止操作,最后清洁皮肤。在操作过程中要注意保暖,适时观察局部皮肤情况及全身反应。每周1次,每次45 min,4周为1个疗程,共干预3个疗程。

1.3 评价指标 干预后根据《中医体质分类与判定

DOI: 10.13558/j.cnki.issn1672-3686.2022.009.026

基金项目:杭州市级重点学科基金(2020SJZDXK07)

作者单位:310007 浙江杭州,杭州市中医院干部保健科

通讯作者:金央, Email: 260918052@qq.com

表》计算阳虚体质质量表转化分^[4],比较两组总有效率的差异。评价标准分为:显效:表现消失或者基本消失,阳虚体质转化分下降 $\geq 90\%$;有效:表现有明显改善,转化分下降 $70\% \sim 89\%$;好转:表现有所好转,转化分下降 $30\% \sim 69\%$;无效:表现无明显改善,甚至加重,转化分下降 $< 30\%$ ^[5]。

总有效率=(显效+有效+好转)例数/总例数 $\times 100\%$

在操作过程中,试验组要注意因温度过高、操作不当等发生皮肤烫伤、疼痛等不良事件。如发生不良反应,依据病情判断是否中止。

1.4 统计学方法 采用SPSS 20.0统计学软件进行数据分析。计数资料比较采用 χ^2 检验。设 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组临床疗效比较见表1

表1 两组临床疗效情况比较

组别	n	显效/例	有效/例	好转/例	无效/例	总有效率/例(%)
试验组	31	1	15	12	3	28(90.32)*
对照组	31	0	8	13	10	21(67.74)

注:*,与对照组比较, $P < 0.05$ 。

由表1可见,试验组总有效率高于对照组,差异有统计学意义($\chi^2=4.77, P < 0.05$)。

2.2 安全性评价 研究过程中试验组未发生如温度过高等引起皮肤烫伤、疼痛等不良事件。

3 讨论

干部保健工作不仅要体现在西医的精准医疗,也要与中医药的辨证论治相结合,更需与科学化、个性化和治未病的保健理念相结合。中医体质学说认为,中医体质与疾病的发生具有一定关联性,很多疾病发生在于其基础体质如何,体质状态决定是否发病与发病的严重性^[6]。有关研究表明阳虚体质较普遍多见于中老年人^[3]。阳虚是指机体阳气不足或虚损,失于温煦,身体机能减退以形寒肢冷为主要特征的一种体质状态^[7]。阳虚质的形成,既有先天不足的因素也有后天失养的因素,因寒邪伤阳引起的阳虚质与后天有关,包括干部个人的生活习性、饮食习惯、情志因素、用药不当、所处的社会环境等因素。

火龙罐含阴阳、配五行、走四像、合六气、阴阳太极图金银相嵌,人体之寒湿与该罐体形成五行之生克,用该罐施灸即火龙罐综合灸,属灸疗的一种,以中医整体自然疗法理论作为基础,集“推拿-刮

痧-艾灸”为一体的中医适宜技术。在罐内镶嵌相应的艾柱,艾柱燃烧后在罐内生成纯阳之火。火龙罐综合灸作用机理可能与以下有关:火龙罐综合灸具有“温、通、调、补”四大特点,其施治按上焦、中焦、下焦部位顺序及督脉、膀胱经,因督脉为阳脉之海、助阳之会,足太阳膀胱经为脏腑经气汇聚之所,为人体最大的排毒通道,对准施灸部位背部经络及其穴位,进一步调动人体之阳气,起到提升阳气、散寒除湿、化瘀通络之功效,使“阴平阳秘,精神乃治”,进而进一步改善阳虚体质干部的症状。本次研究结果显示,采用火龙罐综合灸的阳虚型体质的干部的临床总有效率高于常规中医药保健者($P < 0.05$),表明火龙罐综合灸对阳虚体质干部保健效果明显,且操作简单,过程中未发生如温度过高等引起皮肤烫伤、疼痛等不良事件。相比于传统艾灸,火龙罐综合灸更为安全、可靠,既不会对皮肤造成伤害,更不会产生过多污染,是一种适合现代养生理疗、适合干部保健的中医适宜技术。

综上所述,以中医体质辨识为核心,辨证施护为指导,在常规的中医药保健指导的基础上应用火龙罐综合灸对阳虚体质干部保健效果明显,其操作简单,将刮痧、艾灸、推拿巧妙地结合起来,适合临床运用推广,体现了中医治未病理念,展示了中医药简、便、验、廉的特点。但本次研究仍有不足之处,非大样本量研究,未采取盲法,将在后续的研究中持续改进。

参考文献

- 杨玲,宋春明.新时期保健干部健康危险因素评估及管理策略[J].中国医药科学,2020,10(16):238-241.
- 茹江丽,李静,李旭.亚健康人群阳虚体质研究进展[J].北京中医药,2021,40(2):214-216.
- 韦利花,杜善淑,许裕红,等.火龙罐综合灸干预对改善阳虚型体质老年人畏寒程度的效果研究[J].按摩与康复医学,2021,12(14):3-5,8.
- 王琦.中医体质分类及其判定[M].广州:广东科技出版社,2012:201-205.
- 郑筱萸.中药新药临床研究指导原则[S].北京:中国中医药科技出版社.2002.
- 林毅鹏,宋国新,黄守清.阳虚质和气虚质中年人更易出现心肺耐力水平偏低[J].按摩与康复医学,2018,9(6):33-35.
- 冯妮.三伏督灸调理亚健康人群阳虚体质的临床研究[D].湖北:湖北中医药大学,2020.

(收稿日期 2022-06-05)

(本文编辑 高金莲)