

金亚蓓运用齐氏脐针治疗青少年身高增长缓慢的临床体会

姚莎娜¹ 郑利芳² 金亚蓓²

1. 浙江中医院大学第二临床医学院 杭州 310053 2. 浙江省中西医结合医院

摘要: [目的] 总结浙江省名中医金亚蓓教授运用齐氏脐针治疗青少年身高增长缓慢的临床经验与体会。[方法] 通过临床跟诊、整理、回顾、分析的方式,从病因病机、辨证论治和特色选穴等方面总结金师运用脐针治疗青少年身高增长缓慢的临床经验,并附验案两则。[结果] 金师认为,青少年身高增长缓慢内在核心病机为“脾虚不运,五脏不坚”,与“肾虚不充,骨髓化生乏源”“肝失疏泄,横克脾土”关系密切。临床常将患者分为脾肾两虚型和肝郁脾虚型两类,脾肾两虚型患者的脐针治疗以“震位、巽位、离位、坤位”为主方,肝郁脾虚型则以“左升四针”为主,治疗过程中注重调畅情志,随证调整针方。文末所举验案中,其一患者属脾肾两虚型,用脐针益气健脾、补肾培元为治,兼顾患者负面情绪,辅以疏肝、祛邪、固脱,邪去正复后改为“左升四针”助阳升发而使身高得长;其二患者属肝郁脾虚型,系学业压力重大、肝失疏泄、横克脾土所致,以“左升四针”疏肝解郁、升发阳气,辅以宣肺理气,最终五脏调和而身高自长。[结论] 金师运用齐氏脐针治疗青少年身高增长缓慢,严谨辨证,分型论治,关注患者心理状态,注重调畅情志,临床特色鲜明,治疗效果显著,其经验值得推广学习。

关键词: 脐针; 青少年; 身高增长缓慢; 脾肾两虚; 肝郁脾虚; 名医经验; 医案; 金亚蓓

中图分类号: R245.9 **文献标志码:** A **文章编号:** 1005-5509(2024)07-0823-05

DOI: 10.16466/j.issn1005-5509.2024.07.011

Professor JIN Yabei's Clinical Experience in Treating Slowing Height Growth in Adolescents with QI Yong's Navel Acupuncture YAO Sha'na¹, ZHENG Lifang², JIN Yabei² 1. The Second Clinical Medical School of Zhejiang Chinese Medical University, Hangzhou(310053), China; 2. Zhejiang Integrated Traditional and Western Medicine Hospital

Abstract: [Objective] To summarize the famous traditional Chinese medicine(TCM) doctor Professor JIN Yabei's clinical experience in treating slowing height growth in adolescents with QI Yong's Navel Acupuncture. [Methods] Through clinical follow-up, sorting, reviewing and analyzing the medical records of Professor JIN in the diagnosis and treatment of slowing height growth in adolescents with Navel Acupuncture, the clinical experience of Professor JIN was summarized and presented from several aspects such as etiology and pathogenesis, syndrome differentiation and treatment, and characteristics of acupoint use, and two test cases were attached. [Results] Professor JIN believes that the intrinsic core pathogenesis of this disease is “spleen can't govern transportation and the weakness in five Zang-organs”, which is closely related to “the weakness of kidney and the lacking origin of bone marrow” “liver fails to govern free flow of Qi and liver insulting spleen”. Patients are divided into two types: spleen and kidney deficiency syndrome and liver stagnation and spleen deficiency syndrome. Spleen and kidney deficiency syndrome usually uses QI Yong's Navel Acupuncture with “Zhen, Xun, Li and Kun”, while liver stagnation and spleen deficiency syndrome takes “rising four needles on the left side”. In the course of treatment, Professor JIN keeps close tabs on the adjustment of emotions, and adjusts the acupuncture prescription flexibly according to the syndromes. In the cases cited, the spleen and kidney deficiency syndrome was treated with invigorating Qi and strengthening the spleen, tonifying the kidney and nurturing vital Qi, to balance negative emotions, supplemented by soothing the liver, expelling pathogen and stemming desertion. After the pathogens were gone, it was changed to “rising four needles on the left side” to help the Yang Qi rise and make the height growth. The patient with liver stagnation and spleen deficiency syndrome, which was caused by great pressure on study, liver failing to govern free flow of Qi and liver insulting spleen, was treated by “rising four needles on the left side” to disperse stagnated liver Qi to relieve depression and raise Yang Qi, supplemented by promoting the lung and regulating Qi, and finally the five Zang-organs were harmonized and the height grew by itself. [Conclusion] Professor JIN treats slowing height growth in adolescents with QI Yong's Navel Acupuncture, keeping rigorously differentiation of the two syndromes and treatment. She focuses on patients' psychological states and keeps close tabs on the adjustment of emotions. With distinctive clinical characteristics and remarkable treatment effects, her clinical experience is worth promoting and learning.

Key words: navel acupuncture; adolescents; slowing height growth; spleen and kidney deficiency; liver stagnation and spleen deficiency; experience of famous doctor; medical cases; JIN Yabei

基金项目:浙江省金亚蓓名老中医传承工作室项目(GZS2017016)

Fund project: Zhejiang JIN Yabei Famous and Old Traditional Medicine Experts Inheritance Studio Project(GZS2017016)

通信作者:金亚蓓, E-mail: ybjin_123@163.com

齐氏脐针由齐永教授发明,通过在脐部施针,以激发人体蛰伏于脐内的先天经气,调理脏腑气血阴阳,达到祛除疾病的目的^[1]。《厘正按摩要术》云“脐通五脏……是神气之穴,保生之根”^[2],又《诊病奇核》曰“脐者,元气之所系,十二经之根本”^[3],表明神阙穴与脏腑及十二经脉的联系十分密切,在脐部施针可调节人体气血、脏腑、阴阳,治疗人体各系统的疾病。脐针疗法源于易医理论,以易经的理论、思维来指导临床实践,是全新的,以洛书全息、脐内八卦全息、脐外八卦全息和脐十二地支全息等为基础的定位疗法。金亚蓓教授(以下简称金师)为浙江省名中医,已从事临床工作 40 余载。金师基于简便、快速、高效且安全的角度,选择齐氏脐针治疗青少年身高增长缓慢,临床疗效显著,现报道如下。

1 病因病机探析

通过临床经验总结,金师认为对于有身高增长需求的青少年患者,脾虚是内在核心病机,与肾、肝关系密切。肾精不能温煦脾阳、肝气横犯脾土,均可致脾虚不运,气血不充,周身失养,生长不利。同时由于公众存在“高个子”在权势、地位、品德等多方面都具有一定优势的刻板印象^[4],青少年普遍存在对身体整体状况不满意的现象,尤其是对身高最不满意^[5],个体容易因此产生消极认知、焦虑情绪,甚至应激反应等一系列问题^[6]。因此需关注青少年患者的此类负面情绪,以调畅情志贯穿治疗始终。西医临床上治疗矮小症患者,通常使用促进生长的重组人生长激素(recombinant human growth hormone, rhGH)、抑制骨龄的促性腺激素释放激素类似物(gonadotropin releasing hormone agonists, GnRHa)和芳香化酶抑制剂(aromatase inhibitors, AI)^[7]。但是对于过了青春期生长峰速的个体和自觉“矮”的正常身高个体,使用 rhGH 与抑制骨龄的药物治疗对改善成年终身高作用有限^[8],且不符合药物应用指征^[9]。中医治疗矮小症主要集中在特发性矮小症、性早熟小症、佝偻病等有限病种^[10],常予中药内服和中医外治(如小儿推拿、穴位贴敷、穴位埋线)联合治疗^[11-12],但长期治疗存在患者配合度欠佳、疗效欠理想的现象。相较于以上疗法,脐针优势在于痛苦轻、用针少,且施针部位集中于脐壁,治疗过程中患者肢体活动相

对不受限,更易被青少年患者接受。

1.1 脾虚不运,五脏不坚 金师指出,当代青少年多饮食偏嗜,喜食生冷油腻之品,兼之学业繁重,缺乏运动,常影响脾胃纳化,轻则脾胃功能失调,进一步则可发展成脾胃虚损,无力运化水谷精微,气血不得充盈,五脏无以滋养,故身高增长受阻。正如《脾胃论》云:“元气之充足,皆由脾胃之气无所伤,而后能滋养元气。”^[13]脾为后天之本,可运化水谷,化生气血,滋养元气,以奉生身,精髓充盈则身高增长,反之长高缓慢。另一方面,《素问·上古天真论》言:“肾者主水,受五脏六腑之精而藏之。”故脾胃虚弱,化精不足亦可致先天之本亏损,从而使五脏不坚、筋骨不强,影响生长发育过程。

1.2 肾虚不充,骨髓化生乏源 金师强调肾为“先天之本”,藏精化气,主骨生髓,是人体生长、发育、生殖之源。且肾中元阴元阳为生命之根,各脏之阴需肾阴的滋润,各脏之阳依赖于肾阳之温养。《医宗金鉴》云:“小儿五迟之证,多因父母气血虚弱,先天有亏,致儿生下筋骨软弱,行步艰难,齿不速长,坐不能稳,要皆肾气不足之故。”^[14]因此肾精盈沛,骨髓得充,身高得长,反之则生长缓慢,致身材矮小。若肾失所藏,肾虚阳衰,可致脾失温煦,脾阳亦虚,运化失司,不能生化气血充养全身,导致骨髓化生乏源,骨生长缓慢,从而青春期生长突增不明显。

1.3 肝失疏泄,横克脾土 金师观察到,青少年患儿多见父母宠溺成性,心理承受能力差,稍有不遂,便易肝气郁结,气机不畅,肝木失条达,横克脾土,导致气血生成不足,无以滋养五脏,精髓不充,影响身高增长。《血证论》有云:“木之性主于疏泄,食气入胃,全赖肝木之气以疏泄之,而水谷乃化。”^[15]即木气条达,土得木制化而得以疏通,水谷疏泄,气血得以化生。又因肝主升发,可升腾一身阳气,调畅周身气机,血随气行,营养全身筋骨。若肝失疏泄,则气机郁滞,生发之气不振,气血失运,而使生长不利。

2 治疗特色

金师运用齐氏脐针,通过辨证论治将患者分为脾肾两虚型、肝郁脾虚型两类,并以脐内后天八卦全息理论与脐十二地支全息理论为指导,在脐部施针。见图 1。

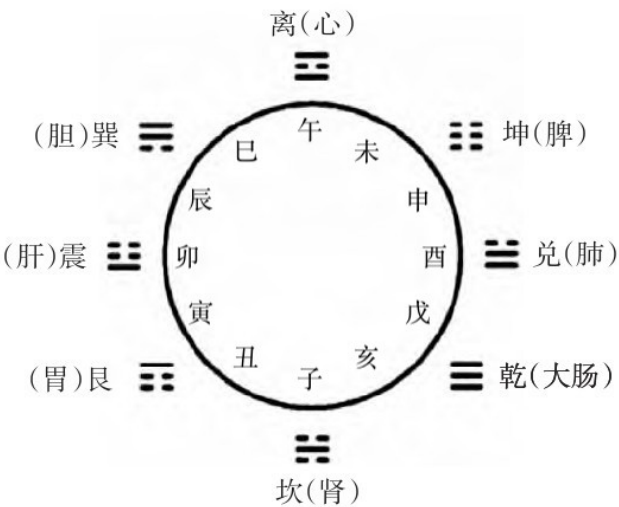


图1 由内而外依次为脐十二地支全息图、脐内后天八卦全息图

2.1 脾肾两虚型 临床表现:形体瘦弱,面白无华或萎黄,毛发稀疏或细软,懒言少动,肢倦乏力,食欲不振,遗尿,夜尿频多,大便偏稀或夹杂不消化食物,舌质淡,苔白,脉沉迟无力,脐诊多见脐孔浅小。

治法:益气健脾、补肾培元。

针刺取位:依次取震位、巽位、离位、坤位。

方义:震为阳木属雷应肝,巽为阴木属风应胆,二者相合形成“雷风相薄”,可增强木场,疏肝解郁,调畅全身气机。根据子午流注,巽位为足阳明胃经与足太阴脾经流注之时,分别对应辰时与巳时,脾胃互为表里,故针刺巽位又可健脾和中;坤位为足太阳膀胱经流注之时,即申时,膀胱与肾相表里,二者经气相同,故直刺坤的申时可起到补肾填精的作用;巽、震都可与离、坤组合为“健脾三针”,离属火,坤属土,形成木生火、火生土的相生格局^[16],以补脾土,助气血化生以滋骨髓,促进身高增长。

2.2 肝郁脾虚型 临床表现:身材瘦小,面色少华,神疲肢倦,情绪抑郁或急躁,胸胁胀痛,腹胀,善太息,不思饮食,恼怒后加重,可有暖气频作,大便不调,舌质淡,苔薄白,脉弦细,脐诊多见脐孔趋于郁闭。

治法:疏肝解郁、升发阳气。

针刺取位:依次取坎位、艮位、震或巽位、离位。

方义:坎位属水,在脏应肾,直刺坎位可益肾填精、温煦脾阳,以运化气血;艮位属阳土应胃,脾胃互为表里,针刺艮位可健脾和胃、扶土抑木,且根据子

午流注,坎位为足少阳胆经流注之子时,艮为足厥阴肝经流注之丑时,肝胆互为表里,故针刺子时、丑时既可补肾,又有疏肝之功;震位为阳木,巽位为阴木,分别对应肝胆,脏腑互为表里,皆可发挥调畅气机之功,根据相交原则,女性患者选择阳木震位,男性患者选择阴木巽位;离位属火应心,直刺离位可引火上行,升发阳气;“坎、震或巽、离”又可组合成“生阳三针”,是水生木、木生火的相生格局。全方四针合称“左升四针”,齐永教授^[17]指出此法对阳虚患者的疗效显著,可起到升发阳气之效。

3 验案举隅

3.1 验案一 高某,男,14岁,2023年2月11日初诊。患者自觉生长缓慢,对身高不满意,就诊时测身高168.7 cm,身材匀称,查左手正位片骨龄预测终身高169.7 cm。自幼大便稀溏,一日一解,食欲欠佳,时感肢倦乏力,舌质偏紫,苔薄白,脉沉细,脐诊见脐孔浅小。见图2。中医诊断:泄泻,证属脾肾两虚型。治以益气健脾、补肾培元。针刺处方:震位、巽位、离位、坤位。

操作方法:患者取仰卧位,充分暴露腹部,双手自然置于躯干两侧,在脐壁寻找反应点。脐壁常规消毒后,在反应点选取相对应的五色针,依次以“震(绿)、巽(绿)、离(红)、坤(黄)”的顺序,沿脐壁上1/3与腹壁皮肤呈30°进针,针刺深度均约0.5~0.8寸,以进针后无落空感为宜。针刺后针柄相连,不提插捻转,再于其上放置艾灸盒艾灸,以催动经气运行,加

姚莎娜,等:金亚蓓运用齐氏脐针治疗青少年身高增长缓慢的临床体会

强疗效,留针 30 min,并嘱患者平日适当配合体育锻炼,以通调周身气机。每 2~3 d 行上述治疗 1 次,一周共 3 次。

2023年3月6日复诊。患者胃纳较前增加,时有正常成形大便,便溏次数减少,自测身高已达170 cm,诉受寒后“鼻炎”发作,遂在前处方基础上加兑位,治疗频率同前。

2023年4月3日复诊。患者大便调,胃纳佳,无鼻塞,无神疲肢倦,改针方为:坎位、艮位、巽位、离位,助阳气升发,进一步促进身高增长,治疗频率同前。

2023年4月24日末诊。测身高已达172.5 cm,未诉特殊不适,超过骨龄预测身高,舌质淡红,苔薄白,脉滑而有力,嘱患者继续坚持体育锻炼。2个月

后电话回访,患者自测身高达173 cm,便溏未再发。

按语：本案患者证属脾肾两虚，自幼肾阳偏虚，脾失温煦，运化失司而致大便稀溏，食欲欠佳；脾虚生化气血不足无以充养全身，而致肢倦乏力，骨髓化生乏源，骨生长缓慢，治当益气健脾、补肾培元，遂初诊时予“震、巽、离、坤”，在健脾补肾的同时又可疏肝解郁，纾解患者对身高不满的负面情绪。治疗后患者食欲稍增，大便仍时有稀溏，受寒后“鼻炎”发作，遂改针方为“震、巽、离、坤、兑”，培土同时又可生金，兑位在脏属肺，直刺即可宣肺通窍，且肺与大肠相表里，取兑位又可起涩肠固脱之效。4月3日复诊患者诸症皆减轻，未见特殊不适，改予“左升四针”取升发之意，促进身高增长。规律治疗10周，共30诊次，患者身高共增长3.8 cm。



图2 脾肾两虚型患者脐外形

3.2 验案二 梁某,男,18岁,2023年6月19日初诊。患者对身高不满意,就诊时测身高174.0 cm,体重62.1 kg,形体偏瘦,心情郁闷,食欲不佳,恼怒后加重,大便时干时稀,两日一解,舌质红少苔,脉弦滑,脐诊见左侧脐孔向内凸出。见图3。中医诊断:郁证,证属肝郁脾虚型。治以疏肝解郁、升发阳气。针刺处方:坎位、艮位、巽位、离位。

操作方法:患者取仰卧位,充分暴露腹部,双手自然置于躯干两侧,在脐壁寻找反应点。脐壁常规消毒后,在反应点选取相对应的五色针,依次以“坎(黑)、艮(黄)、巽(绿)、离(红)”的顺序,沿脐壁上1/3与腹壁皮肤呈30°进针。针刺后针柄相连,不提插捻转,再于其上放置艾灸盒艾灸,以催动经气运行,加强疗效,留针30 min,并嘱患者平日适当配合体育锻炼。

炼。每2~3 d行上述治疗1次。

2023年7月12日复诊。患者感心情舒畅,胃纳较前增加,大便调,测身高达175.3 cm,体重64 kg,诉“鼻炎”发作,流涕较多,咽中有痰,续前方另加兑位,治疗频率同前。

2023年8月2日复诊。患者诸症皆缓解,无鼻塞流涕、咳嗽咳痰等不适,去兑位,继予“左升四针”以阳气升发,治疗频率同前。

2023年8月19日末诊。患者身高达176.4 cm, 体重64 kg, 胃纳佳, 大便调, 心情愉悦, 未诉特殊不适, 舌质淡红, 苔薄白, 脉缓有力。2个月后电话回访, 患者自测身高达177 cm, 鼻炎未再发作。

按语:本案患者证属肝郁脾虚,患者系高考后学生,数年来学业压力较大,肝气郁结,气机不畅,则心

情郁郁不乐;肝木失条达,横克脾土,脾失健运,则不思饮食,大便不调,形体瘦弱。遂予“左升四针”疏肝解郁、升发阳气。患者流涕较多,病位在肺,遂直刺兑位;患者咽中有痰,结合“离位”行打枪手法,即

脐针的一种针刺手法,脐壁反应点进针后,将针尖对准病灶小幅度提插,以清咽利痰,针后咽中即已无痰。规律治疗9周,共22诊次,患者身高共增长2.4 cm。



图3 肝郁脾虚型患者脐外形

4 结语

笔者跟随金师临床侍诊,发现提高脐针治疗青少年身高增长迟缓的疗效需注意以下几点:第一,需根据患者的临床症状,分清主次矛盾,辨证论治,随证加减,及时根据病情变化调整针方,切勿刻板施治;其次,“肝郁”常伴随本病的整个病程,诊治全程均需注重调畅情志,必要时需嘱患者进行专业心理疏导;第三,脾虚是“矮”身高的核心病机,脾主长夏,且夏季阳气最盛,因此青少年在夏季进行脐针干预促身高增长的疗效最佳。经脐针治疗后,肝脾肾三脏功能恢复正常,各司其职,体内气、血、津、液运化有时,故停止治疗后,坚持每天适当锻炼助阳气升发,身高还可自长。

参考文献:

[1] 董志航,齐永.脐针疗法[J].中国针灸,2002,22(8):570.
[2] 张振铎.厘正按摩要术[M].天津:天津科学技术出版社,1999:26-27.
[3] 丹波菡庭.诊病奇核[M].太原:山西科学技术出版社,1986:5.
[4] 杨小莉,刘潇肖,白宝玉.身高的心理效应及其内在机制[J].心理科学进展,2017,25(5):857-865.
[5] 孙艳玲.青少年负面身体自我对其自尊与学业成绩影响

的研究[D].南昌:江西师范大学,2010:6-7.
[6] SONG K, LEE J, LEE S, et al. Height and subjective body image are associated with suicide ideation among Korean adolescents[J]. Front Psychiatry, 2023, 14: 1172940.
[7] 王春林,傅君芬,梁黎.改善矮小儿童成年身高的药物研究进展[J].中国实用儿科杂志,2020,35(6):460-464.
[8] 潘丹丹,刘建华,鲁承熙,等.重组人生长激素治疗青春晚期大骨龄特发性矮小女童必要性研究[J].中国儿童保健杂志,2016,24(10):1077-1080.
[9] 沈永年,王慕逖.矮身材儿童诊治指南[J].中华儿科杂志,2008,46(5):428-430.
[10] 宋鹏,夏桂选.中医治疗矮小症临床文献分析[J].中国中西医结合儿科学,2015,7(4):323-325.
[11] 王媛媛,周利华,黄坚,等.健脾补肾法治疗儿童身材偏矮[J].中国中医药现代远程教育,2022,20(20):133-134.
[12] 陈伟,谢寒,李勇华,等.穴位埋线对脾气虚青少年身高的影响[J].中国针灸,2010,30(2):110-112.
[13] 李东垣.脾胃论[M].北京:中国中医药出版社,2019:2.
[14] 吴谦.医宗金鉴[M].沈阳:辽宁科学技术出版社,1997:509.
[15] 唐容川.血证论[M].北京:中国医药科技出版社,2020:13.
[16] 齐永.论脐针疗法中的方位补泻[J].中国针灸,2006,26(5): 371-373.
[17] 齐永.脐针入门[M].北京:人民卫生出版社,2015:117.

(收稿日期:2023-12-25)