

艾灸疗法临床应用研究现状

刘燕娜, 范 艳, 王雪送, 杨 宇, 胡世荣

(北京中医药大学东方医院 脑二科, 北京, 100078)

摘要: 艾灸疗法在临床被广泛应用于治疗和预防疾病。本文总结归纳艾灸疗法在高血压、失眠、焦虑抑郁情绪以及疼痛中的应用现状, 以期在临床工作中推广艾灸疗法, 为艾灸疗法创新性发展提供参考。

关键词: 艾灸; 高血压; 失眠; 焦虑; 疼痛

中图分类号: R 473.5 **文献标志码:** A **文章编号:** 2618-0219(2021)08-0118-04

Research status of clinical application of moxibustion

LIU Yanna, FAN Yan, WANG Xuesong, YANG Yu, HU Shirong

(Second Department of Encephalopathy, Dongdang Hospital Beijing University of
Chinese Medicine, Beijing, 100078)

ABSTRACT: Moxibustion therapy is now widely used in the treatment and prevention of diseases in the clinical settings. This paper summarized the research status of moxibustion therapy in the treatment of hypertension, insomnia, anxiety, depression and pain, in order to promote its application in clinical settings and provide reference for the innovative development.

KEY WORDS: moxibustion; hypertension; insomnia; anxiety; pain

随着社会经济发展和生活节奏的加快, 人们面临多样的生活压力和健康问题^[1]。高血压、失眠、焦虑抑郁、慢性疼痛等是临床上的常见疾病, 危害人类健康, 常规的化学药物治疗, 副作用大, 安眠药、止痛药等药物还有成瘾性。艾灸是以艾叶为主要材料, 通过加工制成艾条、艾绒, 并将其点燃后在体表特定穴位或部位进行烧灼、温熨, 以达到预防保健和治疗疾病的一种方法^[2]。艾灸疗法在临床被广泛应用于治疗和预防疾病, 积累了丰富的经验, 且治疗效果良好。为了了解艾灸疗法临床应用研究现状, 本文对目前艾灸疗法治疗和预防疾病的相关研究进行综述, 以了解艾灸疗法临床应用研究现状, 为艾灸疗法创新性发展提供参考。

1 艾灸疗法的概述

艾灸, 也称为灸疗法, 是以艾绒为灸材, 熏烤人体穴位来调整人体的生理或病理过程, 从而达到防病治病目的一种中医疗法^[3]。艾灸具有扶正祛邪, 整体调节的作用^[4]。艾灸疗法历史悠久,

是几千年来我国劳动人民长期与疾病斗争实践的结晶^[5]。在春秋战国时期的《黄帝内经》、张仲景的《伤寒论》和葛洪的《肘后备急方》中都有关于艾灸疗法的记载。目前, 艾灸疗法的发展逐渐完善, 艾灸疗法方式及灸条的种类开始多样化, 在临床工作中应用也更为广泛。

2 艾灸疗法在临床中的应用

2.1 艾灸疗法在高血压患者中的应用

高血压是一组以血压持续升高的临床常见疾病, 其中以中、老年人做为主要高发人群, 是导致心脑血管疾病的高危风险因素之一^[6]。临界高血压即血压略高于正常水平, 但机体内器官并未发生损害。血压控制不良不仅严重影响患者生活质量, 且多数患者需要终生服药, 其远期治疗效果不甚理想, 副作用较多^[7]。

艾灸疗法是以灸火的热力, 给穴位加以温热性刺激, 达到通经络, 调和气血的作用, 从改善患者的生理机能, 降低交感神经的活性, 改善植物神经的功能, 降低中枢神经的兴奋性, 从而降低血

压。艾灸疗法能够起到改善血压的作用。陈雪莹等^[8]应用针刺太冲穴配合艾灸足底涌泉穴治疗上热下寒型高血压患者50例的临床疗效观察,结果显示,针刺太冲穴配合艾灸足底涌泉穴的患者降压效果优于对照组。李晓敏等^[9]应用刮痧加艾灸治疗临界高血压,结果显示,经过治疗,患者血压较治疗前下降明显,降压效果显著。李嫦红^[10]应用艾灸联合马来酸依那普利治疗原发性高血压患者临床疗效分析,结果显示,观察组患者临床疗效显著优于对照组。可见,艾灸疗法具有良好的协助降压作用。

2.2 艾灸疗法在失眠患者中的应用

失眠是临床常见精神心理疾病之一,临床表现为入睡困难、寐而易醒、醒后无法再寐或时寐时醒,病情严重者甚至会出现彻夜不寐,对患者的正常生活、工作造成严重影响^[11]。随着社会的进步,快节奏的生活,失眠的发病率逐年上升。失眠不同程度的影响着患者的工作和生活,其日常工作能力、注意力、记忆力等下降明显。传统药物治疗失眠的方法副作用大,易形成依赖性。艾灸疗法具有良好的镇静催眠作用。梁结玲等^[12]探讨针灸及艾灸联合综合护理干预在失眠患者中的应用效果分析,结果显示,对失眠患者采用针灸和艾灸治疗的同时联合综合护理干预措施能够显著提升临床疗效,改善患者的护理质量。邢蓉等^[13]应用穴位贴敷疗法结合艾灸治疗围绝经期失眠,结果显示,穴位贴敷结合艾灸治疗围绝经期失眠疗效显著。张秀英等^[14]等应用薄氏腹针加艾灸气海关元穴治疗失眠临床研究的结果显示,薄氏腹针加艾灸气海、关元穴治疗心脾两虚型和脾肾不足型失眠疗效确切。

2.3 艾灸疗法在焦虑抑郁患者中的应用

随着人们的生活节奏不断加快,压力的增大易导致人们的心理健康出现问题。焦虑和抑郁成为了最常见的心理问题。焦虑是个体对当前或预感到的挫折产生的一种紧张、忧虑、不安兼有恐惧的消极状态^[15],常表现为恐惧、紧张、发抖、严重的会有出汗、坐立不安的表现。抑郁则是一种以心境异常低落、不愉快,且个体感到无力应对外界压力时产生的消极情绪,常伴有厌恶、羞愧、自卑等负性情绪体验。

艾灸疗法有理气解郁的作用,可以有效改善血液循环,起到镇静的效果,对焦虑抑郁等不良情绪有一定的缓解和改善作用。因此,将艾灸疗法

应用在焦虑抑郁等患者中,具有良好的效果。刘伟杰等^[16]探讨中西医结合护理干预对社区精神病患者焦虑、抑郁情绪影响的研究结果显示,社区精神病患者应用中西医结合护理干预可以有效改善其焦虑、抑郁情绪。黄壑霏等^[17]应用电针、艾灸联合埋线对脑卒中后吞咽障碍患者焦虑抑郁,结果显示,常规治疗基础上联合电针、艾灸以及埋线治疗能显著改善脑卒中后患者的吞咽障碍,缓解患者的焦虑抑郁情绪。黎慧莲等^[18]探讨中西医结合护理干预对社区老年抑郁症患者焦虑、抑郁情绪的影响,结果显示,中西医结合护理干预能够对社区老年抑郁症患者焦虑、抑郁情绪起到缓解的效果,改善了社区老年焦虑抑郁患者的生活质量。

2.4 艾灸疗法在疼痛患者中的应用

疼痛是一种令人不快的感觉和情绪感受,是临床上最常见的症状之一^[19]。疼痛已成为继呼吸、血压、脉搏、体温之后人类第五大特征,受到越来越多医疗机构的重视,根据每个患者承受能力的不同、身体特征的不同、病情恢复的不同,身体会有不同程度的疼痛^[20]。长期慢性疼痛,对患者是一种折磨。疼痛可以引起患者焦虑、抑郁、失眠等,影响患者的生理及心理健康。

艾灸疗法通过使用点燃的艾条熏烤人体特定穴位,进行温热的刺激,改善患者的气血运行,达到通经活络的效果。段燕等^[21]应用艾灸联合穴位贴敷不同顺序治疗膝骨性关节炎疼痛,结果显示,艾灸联合穴位贴敷不同顺序治疗膝骨性关节炎疼痛中,观察组患者疼痛减轻效果优于对照组。刘安花^[22]应用艾灸结合中药熏蒸法治疗寒湿型腰腿疼痛,结果显示,艾灸结合中药熏蒸法治疗寒湿型腰腿疼痛的治疗中,研究组效果优于常规组,能显著提高患者的生活质量,减轻疼痛。田焕新^[23]探讨艾灸辅助治疗瘀血阻络型腰椎间盘突出症的可行性及对患者疼痛程度的影响,结果显示,艾灸辅助治疗瘀血阻络型腰椎间盘突出症,观察组效果优于对照组,对患者疼痛程度和腰部功能有明显改善。

3 小结

艾灸疗法作为一种辅助医疗手段应用于临床工作中,可以很好的通经活络,改善患者的气血运行,减轻疾病带来的痛苦。目前艾灸可以用于治疗和预防多种疾病,如高血压、失眠、抑郁症及各种原因引起的疼痛等。但是现有的艾灸疗法有其

自身的局限性。第一,艾灸时产生的烟雾及气味较大,部分患者不易接受。第二,部分患者对艾灸的作用及疗效不了解,认为艾灸没用。第三,艾灸使用不当容易发生烫伤的不良事件,艾灸使用的场所有限制。因此,艾灸在临床应用中的依从性,是影响艾灸疗法效果的关键之一,随着艾灸疗法在临床的应用及研究的进一步深入,及时加强与艾灸有关的健康宣教,将有助于提高艾灸疗法在临床中的使用效果。

参考文献

- [1] 王荣华,张艳,张倍倍,等. 芳香疗法的应用现状[J]. 全科护理, 2018, 16(35): 4368-4370.
WANG R H, ZHANG Y, ZHANG B B, et al. The Application status of aromatherapy [J]. Chin Gen Pract Nurs, 2018, 16(35): 4368-4370. (in Chinese)
- [2] 曾红萍,陈新,朱琪,等. 艾灸疗法治疗肺结核的作用机制研究进展[J]. 湖南中医杂志, 2019, 35(8): 178-180.
ZENG H P, CHEN X, ZHU Q, et al. Research progress on mechanism of action of moxibustion in the treatment of tuberculosis [J]. Hunan J Tradit Chin Med, 2019, 35(8): 178-180. (in Chinese)
- [3] 陈文强,郭栋. 艾灸治疗原发性高血压研究概述[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(99): 71-72.
CHEN W Q, GUO D. Summary of moxibustion in the treatment of essential hypertension [J]. World Latest Med Inf, 2019, 19(99): 71-72. (in Chinese)
- [4] 朱艳,俞红五,潘喻珍,等. 艾灸强壮穴治疗类风湿关节炎[J]. 长春中医药大学学报, 2020, 36(1): 99-102.
ZHU Y, YU H W, PAN Y Z, et al. Moxibustion at strong points in treating patients with rheumatoid arthritis [J]. J Chang Univ Chin Med, 2020, 36(1): 99-102. (in Chinese)
- [5] 王晓梅,穆敬平,丁光宏,等. 艾灸效应的红外物理特性研究进展[J]. 辽宁中医药大学学报, 2010, 12(4): 63-66.
WANG X M, MU J P, DING G H, et al. Research progress on infrared physical characteristics of moxibustion effect [J]. J Liaoning Univ Tradit Chin Med, 2010, 12(4): 63-66. (in Chinese)
- [6] 方启金. 社区高血压患者应用非洛地平缓释片治疗的效果研究[J]. 黑龙江医药, 2019, 32(3): 573-574.
FANG Q J. Effect of Felodipine sustained-release tablets in the treatment of community-dwelling patients with hypertension [J]. Heilongjiang Med J, 2019, 32(3): 573-574. (in Chinese)
- [7] 王秀玉,马涛,钟萍. 初诊中青年高血压患者血管内皮功能及其影响因素的研究[J]. 心血管病学进展, 2018, 39(5): 870-873.
WANG X Y, MA T, ZHONG P. Influential factors of vascular endothelial function in newly diagnosed youth and middle-aged hypertensive patients [J]. Adv Cardiovasc Dis, 2018, 39(5): 870-873. (in Chinese)
- [8] 陈雪莹,牛茜茜. 针刺太冲穴配合艾灸足底涌泉穴治疗上热下寒型高血压患者50例的临床疗效观察[J]. 双足与保健, 2019, 28(21): 31-32.
CHEN X Y, NIU Q Q. Clinical observation of acupuncture at Taichong(LR3) combined with moxibustion at Yongquan point (K1) in the treatment of hypertension of upper-heat and lower-cold type [J]. Bipod Heal, 2019, 28(21): 31-32. (in Chinese)
- [9] 李晓敏,李春梅. 刮痧加艾灸治疗临界高血压[J]. 中国民间疗法, 2009, 17(9): 23-24.
LI X M, LI C M. Scraping therapy combined with moxibustion in the treatment of borderline hypertension [J]. China's Naturopathy, 2009, 17(9): 23-24. (in Chinese)
- [10] 李嫦红,古欣,陆煜敏. 穴位艾灸联合马来酸依那普利治疗原发性高血压患者临床疗效分析[J]. 内科, 2019, 14(1): 103-105.
LI CH, GU X, LU YM, et al. Clinical efficacy of acupointmoxibustion combined with enalapril maleate in the treatment of patients with essential hypertension [J]. Prog Mod Biomed, 2019(1): 97-99. (in Chinese)
- [11] 田乃佳,张波,郭雁冰,等. 人参归脾丸联合针刺治疗心脾两虚型失眠症的临床研究[J]. 河北中医, 2019, 41(12): 1831-1834.
TIAN N J, ZHANG B, GUO Y B, et al. Clinical study of ginseng spleen-invigorating bolus combined with acupuncture in the treatment of insomnia with syndrome of heart and spleen deficiency [J]. Hebei J Tradit Chin Med, 2019, 41(12): 1831-1834. (in Chinese)
- [12] 梁结玲,黄乐清. 针灸及艾灸联合综合护理干预在失眠患者中的应用效果分析[J]. 中国现代药物应用, 2019, 13(15): 220-221.
LIANG J L, HUANG L Q. Effect of acupuncture combined with moxibustion and comprehensive

- nursing interventions for insomnia patients[J]. *Chin J Mod Drug Appl*, 2019, 13(15): 220-221. (in Chinese)
- [13] 邢蓉, 王轶蓉. 穴位贴敷疗法结合艾灸治疗围绝经期失眠[J]. *长春中医药大学学报*, 2019, 35(6): 1121-1124.
- XING R, WANG YR. Effect of acupoints application combined with moxibustion therapy on women's menopause with insomnia [J]. *J Chang Univ Tradit Chin Med*, 2019(6): 1121-1124. (in Chinese)
- [14] 张秀英, 哈静, 王银宁. 薄氏腹针加艾灸气海关元穴治疗失眠临床研究[J]. *双足与保健*, 2019, 28(20): 36-38.
- ZHANG X Y, HA J, WANG Y N. Clinical study of abdominal acupuncture combined with moxibustion at Qihai (CV 6) and Guanyuan (CV 4) in the treatment of insomnia [J]. *Biped Heal*, 2019, 28(20): 36-38. (in Chinese)
- [15] 林乐仪, 杜佳丽, 莫子晴, 等. 抑郁或焦虑问题形体化心理治疗的实验研究[J]. *教育教学论坛*, 2019(22): 274-280.
- LIN L Y, DU J L, MO Z Q, et al. Experimental research on embodied psychotherapy for depression or anxiety [J]. *Educ Teach Forum*, 2019(22): 274-280. (in Chinese)
- [16] 李洁. 中西医结合护理干预对社区精神病患者焦虑、抑郁情绪的影响[J]. *内蒙古中医药*, 2017, 36(16): 166-167.
- LI J. Effect of integrative nursing of Traditional Chinese and Western medicine on anxiety and depression of community-dwelling patients with mental disorders [J]. *nursPract Res*, 2017, 36(16): 166-167. (in Chinese)
- [17] 黄壑霏, 黄琼, 徐银银. 电针、艾灸联合埋线对脑卒中后吞咽障碍患者焦虑抑郁的影响[J]. *湖南中医杂志*, 2019, 35(2): 66-69.
- HUANG H F, HUANG Q, XU Y Y. Effect of moxibustion combined with catgut embedding on anxiety and depression of patients with dysphagia after stroke [J]. *Hunan J Tradit Chin Med*, 2019, 35(2): 66-69. (in Chinese)
- [18] 黎慧莲, 钱崇莲, 徐子晨. 中西医结合护理干预对社区老年抑郁症患者焦虑、抑郁情绪的影响[J]. *护理实践与研究*, 2014, 11(10): 149-150.
- LI H L, QIAN C L, XU Z C. Effect of integrative nursing of Traditional Chinese and western medicine on anxiety and depression of elderly patients with depression [J]. *NursPract Res*, 2014, 11(10): 149-150. (in Chinese)
- [19] 陈靓, 李颖. 芳香疗法在国内的临床应用[J]. *心理医生*, 2019, 25(3): 168-169.
- CHEN J/L, LI Y. Clinical application of aromatherapy in domestic settings [J]. *Psychol Dr*, 2019, 25(3): 168-169. (in Chinese)
- [20] 罗丽霞. 个体化疼痛护理对手术后切口疼痛及止痛药物用量的影响[J]. *当代护士(综合版)*, 2011(12): 42-43.
- LUO L X. Effect of individualized pain management on incision pain and dosage of analgesic drugs after surgery [J]. *Today Nurse*, 2011(12): 42-43. (in Chinese)
- [21] 段燕, 李玉恒, 蒋江丽, 等. 艾灸联合穴位贴敷不同顺序治疗膝骨性关节炎疼痛的观察及护理[J]. *心理月刊*, 2020, 15(2): 117.
- DUAN Y, LI Y H, JIANG J L, et al. Clinical observation of moxibustion combined with acupoint application in different sequences in the treatment of knee pain in knee osteoarthritis [J]. *PSY*, 2020, 15(2): 117. (in Chinese)
- [22] 刘安花. 艾灸结合中药熏蒸法治疗寒湿型腰腿疼痛的效果及护理要点[J]. *智慧健康*, 2019, 5(35): 47-48, 58.
- LIU A H. Effect of moxibustion combined with fumigation of traditional Chinese medicine on lumbago and leg pain of cold dampness type and nursing points [J]. *nei Mongol J Tradit Chin Med*, 2019, 5(35): 47-48, 58. (in Chinese)
- [23] 田焕新. 艾灸辅助治疗瘀血阻络型腰椎间盘突出症的可行性及对患者疼痛程度的影响[J]. *海峡药理学*, 2019, 31(12): 166-168.
- TIAN H X. Feasibility research of moxibustion as an adjuvant therapy in treating lumbar disc herniation with blood stasis and its effect on pain control [J]. *Strait Pharm J*, 2019, 31(12): 166-168. (in Chinese)

(本文编辑:尹佳杰)