



针灸治疗更年期综合征临床研究进展*

金如玉¹,李永峰¹,雷亚玲^{2△}

1 陕西中医药大学,陕西 咸阳 712046; 2 陕西省中医医院

[摘要] 分析知网、维普、万方等数据库近10年有关针灸治疗更年期综合征的相关文献,指出近10年针灸治疗更年期综合征的主要方法有普通针刺、腹针、电针,联合治疗和其他治疗方法,疗效确切,但存在一些问题,如临床观察设计样本量不足,组间对照设计不合理,某些疗法临床研究较少,今后的临床研究应从上述方面进行改善。

[关键词] 更年期综合征;针灸;临床疗效;综述

[中图分类号] R246.9 [文献标识码] A [文章编号] 2096-9600(2021)01-0149-04

Clinical Research Progress of Acupuncture in the Treatment of Climacteric Syndrome

JIN Ruyi¹, LI Yongfen¹, LEI Yaling^{2△}

1 Shaanxi University of Chinese Medicine, Xianyang 712046, China; 2 Shaanxi Provincial TCM Hospital

Abstract By analyzing the related literature on acupuncture in treating climacteric syndrome in the recent ten years from CNKI, VIP, Wanfang and others, it is pointed out that the main methods contain common needling, abdominal needles, electroacupuncture, the combination treatment and other therapies, clinical effects are definite, but there are some problems, including insufficient sample size in clinical observation design, unreasonable control design between the groups, few clinical study on some therapies, and from now on clinical studies should be improved from the above aspects.

Keywords climacteric syndrome; acupuncture; clinical effects; review

更年期综合征是女性在绝经前后由于激素水平变化,出现的以面部潮红、易怒、五心烦热、汗出、睡眠障碍、精神抑郁、焦虑等为主的一系列症状,是围绝经期常见的疾病^[1]。症状较轻者可自行缓解,较重者则对患者的身心和正常生活工作造成影响;同时,睡眠障碍、抑郁等可以加重其他相关症状,甚则严重威胁患者的生命健康^[2]。西医治疗多以口服药物为主,毒副作用大、依赖性

高、远期疗效较差,近几年中医药尤其是针灸治疗更年期综合征具有一定优势,电针、腹针、体针等方法疗效良好,对症状改善明显,故从以下方面进行介绍。

1 中医对更年期综合征的认识

更年期综合征属中医“绝经前后诸证”“郁证”等范畴^[3],中医认为本病多因肾气亏虚、冲任虚损所致。《素问·上古天真论篇》云:“女子七七,任脉

- 放疗患者生存质量的临床观察[J]. 新中医,2013,45(4):98-99.
- [26] 刘启欧,王淑美,李舒. 益气除痰方增强肺癌化疗药物敏感性的作用机制[J]. 华西药学杂志,2017,32(4):395-398.
- [27] 张威,李宗广. 自拟益气化痰汤联合姑息性化疗对晚期非小细胞肺癌患者近期生存率及生活质量的影响[J]. 现代肿瘤医学,2016,24(2):245-247.
- [28] JUNTILA M R, DE SAUVAGE F J. Influence of tumor microenvironment heterogeneity on therapeutic response[J]. Nature, 2013, 501(7467):346-354.
- [29] 刘健,孙增涛,刘伟,等. 益气活血解毒法对肺癌微环境作用探析[J]. 陕西中医,2018,39(9):1285-1287.

- [30] 刘声,孙桂芝,雷娜. 活血药、益气活血药对肺癌转移过程中Th17/Treg细胞平衡及其机制影响[J]. 中国中医基础医学杂志,2012,18(12):1334-1336.
- [31] 吕卓,孙玲玲,林丽珠. 基于VEGF相关信号通路研究益气除痰方对缺氧血管新生的影响[J]. 辽宁中医杂志,2018,45(4):797-800.

收稿日期:2019-10-02

作者简介:庄静(1991—),女,在读硕士研究生。研究方向:中医内科肿瘤疾病的临床研究。

虚……故形坏而无子也”^[4],描述妇女在50岁左右时,肾气虚衰,天癸不能受肾气滋养而枯竭,精血化生不足,导致绝经。本病与心、肝、脾、肾关系密切,心主宰人体精神活动,心血不足,心失于血的濡养,导致心主神志的功能失常,心肾不交,可出现如失眠、心悸等症状^[5];肝藏血,主疏泄,调畅全身气机,肝的生理功能失常可导致气的运行失常,出现诸如抑郁、焦虑等症状;肾主藏精,脾胃为气血生化之源,两者相互补充,同时肾阴不足,不能敛阳,阳失潜藏,肝阳上亢可致月经不调、面部潮红、烦躁等症状。因此可因饮食、情志、先天禀赋等造成脏腑经络功能失常,引起全身一系列如潮热面红、烘然汗出、失眠、烦躁易怒、精神不振、记忆力下降等更年期综合征表现。

2 针灸治疗

2.1 常规针刺 毫针针刺是针灸临床最常用的治疗疾病的手段之一,其具有安全、经济、方便操作等特点,易于被广大患者接受。孟雪芬^[6]应用常规针刺治疗120例更年期综合征患者,主穴选用百会、神门、内关等以调节心、肝、肾等脏腑经气,总有效率为94.4%;郑盛惠等^[7]用“四神针”治疗更年期抑郁症患者,主穴选用“四神针”前顶、后顶、络却(双)等穴,留针8h,远期疗效良好,不良反应少;肖贵容等^[8]应用补肾调气针法治疗围绝经期综合征,主穴选取天枢、子宫、关元、三阴交,治疗24次后,更年期相关症状评分(Kupperman评分)明显改善,总有效率达92%;宋晶^[9]选取八脉交会穴治疗围绝经期综合征,治疗3个月后Kupperman评分下降,且症状改善优于对照组,血清E₂水平高于对照组;陈智平^[10]在普通针刺的基础上加用灵龟八法开穴治疗围绝经期综合征,总有效率为96.67%,优于普通针刺。

2.2 腹针 腹针疗法是在中医理论指导下,通过针刺腹部特定穴位从而起到治疗全身性疾病的一种针灸疗法^[11],为薄智云教授创立,以神阙布气假说为核心形成的一个微针系统^[12]。腹部分布着许多经络,能够调整人体阴阳,维持阴阳动态平衡,腹针疗法对于内脏疾病及一些慢性虚损性疾病有较好疗效,是对传统针灸理论及实践的创新。魏小翠等^[13]选取中脘、下脘、气海、关元等穴,采用腹针治疗更年期综合征患者60例,针刺后轻行提插捻转手法,不求针感,治疗32次后症状改善,有效率为95.00%;王小云^[14]采用中脘、下脘、气海等穴治疗更年期妇女抑郁性疼痛,发现腹针疗法能够调理冲任二脉、固本培元,有效改善更年期患者抑

郁状态,并能有效缓解抑郁引起的肩背及关节疼痛等,且疼痛视觉量化评分低于对照组,疼痛改善明显;金佳恩^[15]以薄氏腹针治疗更年期失眠症,其认为更年期失眠主要因脾肾亏虚所致,选用腹针疗法能够健脾养肾,以中脘、下脘、关元、气海等穴引气归元,调理脏腑,相较于体针,能改善患者的睡眠质量和深度,并且对患者焦虑症状有缓解;张安丽等^[16]用腹针治疗更年期干眼症,并将其分为热炽阴伤型、肝阴不足型、肝火上炎型、痰瘀互结型,选用相应穴位以滋阴填精、养肝明目、清热生津、活血调经,治疗后患者眼睛干涩、视物模糊、烧灼感等较治疗前改善。

2.3 电针 电针是一种将针刺和低频脉冲电相结合的治疗方法,也是针灸临床常用的针灸疗法之一^[17]。其可增加针刺治疗范围,治疗时选择不同的波形可起到不同治疗作用,并且可使针感在针刺过程中持续释放。李斯^[18]采用电针治疗更年期综合征患者,选用关元、子宫、天枢、三阴交(双)等穴,其中三阴交穴出现局部酸胀,其余3穴刺到腹膜壁层,有局部揪痛感为度,以调理冲任,疏通气机,可改善更年期患者心悸、失眠、潮热出汗、情绪低落、疲倦等症状,疗效优于对照组,并可提高患者生存质量;曹徽良等^[19]应用电针治疗更年期烘热症患者23例,主穴选取关元、子宫、天枢、三阴交,共治疗24次,结果显示电针治疗与手针治疗效果无显著差异;李昭凤^[20]选取关元、子宫、天枢等穴,用电针治疗更年期抑郁患者,其中关元穴做小幅度提插捻转法,结果显示电针组疗效优于对照组(草酸艾司西酞普兰),且能够改善轻中度抑郁患者生理及心理状态,但发现电针和西药对患者性激素水平和血管舒缩症状均无改善作用;师维^[21]治疗65例围绝经期睡眠障碍患者,对前期针灸治疗围绝经综合征和睡眠障碍选穴规律的挖掘,选取三阴交(双侧)、关元、百会、安眠(双侧)等穴用电针治疗,起到补益肝肾、益精填髓、健脾养心安神的作用,且电针与手针相比更能提高患者睡眠质量,患者满意度较高;刘英含^[22]应用电针关元、子宫、天枢、三阴交穴治疗更年期综合征,进行小幅度提插捻转,电针选用疏密波,治疗24次后患者泌尿系统症状与性生活情况改善较好,同时电针组可提高患者血清雌二醇水平。

2.4 联合治疗 由于更年期综合征所引起的病情轻重程度不等,加上部分患者症状表现多样,因此治疗往往将两种或两种以上治疗方法结合使用,发挥不同疗法的优势。杨继若等^[23]应用头体

针结合治疗围绝经期失眠患者81例,治疗45次后患者睡眠质量改善,总有效率为91.36%;张萌等^[24]运用耳穴结合背俞穴穴位埋线治疗围绝经期综合征,耳穴选用单侧神门、交感、内分泌、皮质下等穴,配合肝俞、脾俞、肾俞穴位埋线,治疗60天,结果显示耳穴结合穴位埋线效果优于普通针刺,总有效率为93.33%;孟方等^[25]采用医用耳揸针联合耳尖放血治疗围绝经期失眠患者45例,结果显示耳揸针联合耳尖放血能够改善患者睡眠质量,总有效率达95.6%;龙迪和等^[26]将更年期综合征分为肾阳虚、肾阴虚、肾阴阳两虚3型,采用体针配合耳穴揸针治疗,耳穴选取内分泌、内生殖器、肾等穴,能改善患者相关症状,治疗组总有效率为95.24%;刘维婕等^[27]治疗更年期盗汗患者,头针选用双侧额旁3线、百会,额旁3线区即为生殖区,针刺上述区域能改善盗汗现象,提高患者生活质量,头针加体针组总有效率为93.75%;郑东阳^[28]应用梅花针叩刺膀胱经第一侧线并配合体针治疗肾阴虚型围绝经期综合征患者30例,治疗36次后患者症状改善,治疗组总有效率为96.67%;莫仁姣等^[29]应用皮肤针叩刺胸夹脊配合普通针刺治疗围绝经期睡眠障碍患者31例,治疗24次,患者睡眠质量指数量表评分改善,总有效率为90.32%;孙静远等^[30]发现针罐配合心理疗法能够改善更年期综合征患者的各种症状,其不仅注重发挥针灸补肾固元,平肝养血安神,调理脏腑功能的作用,更重视对患者进行心理疏导,达到生理和心理共同调节的目的,总有效率为97.4%;梁少蓉^[31]研究发现脐针配合体针治疗更年期情志病效果较体针疗法显著,能缓解患者精神和心理状况,综合发挥脐针与体针的优势,对更年期引起的情志病具有优势,总有效率达96.7%;张赛等^[32]应用针刺配合耳针治疗55例更年期失眠患者,耳穴选取肾、神门、交感、内分泌,治疗前后采用PSQI量表评定睡眠质量及有效率,结果总有效率达94.5%。

2.5 其他疗法 目前,针灸治疗更年期综合征除了上述针刺方法外,也出现了如无痛蜂针、刃针、浅针、脐针、经皮电刺激等疗法,均取得了较好效果。康瑋^[33]选用头针丛刺治疗心胆气虚型围绝经期失眠患者35例,主穴选用百会、四神聪、安眠等穴,治疗24次后患者PSQI评分、改良Kupperman评分、中医证候积分均改善;魏心昶^[34]应用舌针结合体针治疗阴虚火旺型围绝经期失眠患者30例,舌针选取心、肾、脾、肝、金津、玉液并配合体针,治疗20次后,与单纯针刺相比疗效差异无统计学

意义($P>0.05$),但舌针结合体针见效更快;马国根^[35]应用靳三针治疗围绝经期失眠45例,采用电针郁三针、定神针组穴,治疗12次后患者失眠量表及抑郁量表评分均改善,总有效率为93.33%;鲍春龄等^[36]采用陆氏温针法治疗更年期综合征患者30例,并与普通针刺对比,治疗12次后患者症状改善,总有效率为80.0%;陈雪珍^[37]以镇静穴(印堂直上5分)、山根穴(两目内眦连线中点与印堂之间的斜坡上)为主穴,用浅针治疗肝郁化火型更年期失眠患者,治疗2个疗程后浅针疗效优于中药(丹栀逍遥丸),能有效改善患者睡眠障碍,放松患者心情,总有效率为85.71%;崔威等^[38]以照海、申脉、百会、安眠等为主穴,用岭南无痛蜂针疗法治疗更年期睡眠障碍患者,治疗时将蜂针刺入腓穴后立即拔出,不超过3s,能够提高更年期患者睡眠质量、增强抵抗力,总有效率为94.24%;陆惠芳等^[39]应用经皮电刺激方法治疗114例围绝经期综合征患者,穴位选取双侧天枢、子宫穴,治疗15次后患者相关症状,生活质量,血清E₂水平均改善;时国臣等^[40]采用穴位埋线治疗围绝经期综合征,以心、肝、脾、肾4脏的左侧募穴配合右侧背俞穴,两组穴轮流埋线,2个月后治疗组总有效率为90.6%;张淑钧^[41]应用穴位贴敷治疗围绝经期综合征,主穴选取气海、关元、三阴交等,共治疗40次,结果穴位贴敷有效率高于普通针刺;刘荣辉^[42]应用穴位埋线治疗围绝经期综合征患者,主穴选取百会、心俞、神门等穴,埋线4周后患者失眠症状评分改善,疗效优于普通针刺。

3 小结

近10年来应用针灸治疗更年期综合征的方法多种多样,均能改善其症状,减缓病情发展进程。且针灸治疗具有安全性高、不良反应小、操作简单、效果显著、患者痛苦小、费用低等优势,与西药相比针灸疗法无副作用,远期疗效显著,易于被患者所接受,必要时联合应用多种方法,以达到最好的治疗效果。但是每种治疗方法都有其各自的优势和不足,部分治疗方法相关临床研究文献较少,缺乏代表性;其次,样本量较小,说服力不足,研究设计不合理。因此,综合近10年相关研究文献,在开展针灸临床观察时根据实际情况应充分纳入病例,增加样本量,合理设计对照试验,充分体现针灸的治病优势,并不断寻求、探索各种针灸疗法在治疗更年期综合征中的相关机制,明确针灸治疗更年期综合征的治病机理,为针灸治疗更年期综合征提供更好的理论依据和数据支持,更

好地指导临床。

参考文献

- [1] 杨继若,姚贞宇,许会英,等. 针灸结合甘麦大枣汤加减治疗围绝经期综合征疗效观察[J]. 西部中医药, 2018, 31(5): 104-106.
- [2] 彭晓明,丁晓华. 围绝经期失眠症的治疗新进展[J]. 西部中医药, 2018, 31(2): 141-145.
- [3] 代雲梦. 初探腹针治疗更年期妇女抑郁症[J]. 世界最新医学信息文摘, 2017, 17(86): 178-180.
- [4] 王洪彬,李晓泓,孙志芳,等. 古代医籍中女性更年期体质初探[J]. 时珍国医国药, 2012, 23(3): 718-719.
- [5] 陈静婷,樊省安,董玲. 李妍怡治疗围绝经期妇女失眠经验总结[J]. 西部中医药, 2018, 31(9): 68-70.
- [6] 孟雪芬. 体针治疗更年期综合征 120 例疗效观察[J]. 中国中医基础医学杂志, 2012, 18(9): 1026.
- [7] 郑盛惠,吴云天,廖金蓉,等. “四神针”久留针治疗围绝经期抑郁症临床研究[J]. 辽宁中医杂志, 2010, 37(4): 726-728.
- [8] 肖贵容,汪开洋,吴群. 补肾调气针法治疗围绝经期综合征临床研究[J]. 上海针灸杂志, 2017, 36(2): 157-161.
- [9] 宋晶. 针刺八脉交会穴治疗围绝经期综合征临床研究[J]. 上海针灸杂志, 2016, 35(4): 433-436.
- [10] 陈智平. 灵龟八法开穴为主针刺治疗肝肾阴虚型围绝经期综合征的临床观察[J]. 南宁:广西中医药大学, 2017.
- [11] 徐欢. 腹针联合百合透四神聪治疗围绝经期心肾不交型失眠的临床研究[D]. 武汉:湖北中医药大学, 2019.
- [12] 黎霄羽,王小云. 第三届腹针国际大学会议论文集[C]. 北京:中国针灸学会, 2012.
- [13] 魏小翠,张细香,陈大燕,等. 60 例腹针治疗妇女更年期综合征的临床观察及护理[J]. 当代护士, 2012(4): 105-107.
- [14] 王小云. 第二届腹针国际学术研讨会论文集[C]. 南宁:中国针灸学会, 2009.
- [15] 金佳恩. 腹针治疗更年期失眠症的临床研究[D]. 南京:南京中医药大学, 2013.
- [16] 张安丽,贾龙,刘勤. “辨证针刺”运用腹针为主分证论治围绝经期干眼症 68 例[J]. 中医研究, 2017, 30(8): 51-53.
- [17] 宋祖贤. 电针治疗围绝经期综合征的临床观察[D]. 合肥:安徽中医药大学, 2017.
- [18] 李斯. 电针治疗女性更年期综合征的临床随机对照研究[D]. 北京:北京中医药大学, 2013.
- [19] 曹徵良,唐健,薛玉婷,等. 电针与手针刺激对围绝经期烘热症状及性激素水平影响的对比观察[J]. 中国针灸, 2017, 37(3): 247-252.
- [20] 李昭凤. 电针治疗围绝经期轻中度抑郁障碍的临床研究[D]. 广州:广州中医药大学, 2015.
- [21] 师维. 电针治疗围绝经期睡眠障碍的临床随机对照研究[D]. 成都:成都中医药大学, 2017.
- [22] 刘英含. 电针对围绝经期患者相关症状及性激素水平的影响[D]. 长沙:湖南中医药大学, 2015.
- [23] 杨继若,许会英,白晶梅,等. 头针体针并用治疗围绝经期失眠症 81 例[J]. 西部中医药, 2017, 30(2): 4-6.
- [24] 张萌,李永民,田翠时,等. 耳穴贴敷结合俞穴埋线治疗

围绝经期综合征 30 例临床观察[J]. 河北北方学院学报(自然科学版), 2015, 31(4): 74-76.

- [25] 孟方,龚卫娟,廖月霞,等. 耳穴联合耳尖放血对围绝经期失眠患者睡眠质量、神经内分泌水平的影响[J]. 中国针灸, 2018, 38(6): 575-579.
- [26] 龙迪和,潘贵超,时宗庭,等. 体针配合耳穴埋线治疗更年期综合征的临床疗效分析[J]. 中国社区医师, 2017, 33(15): 91-92.
- [27] 刘维婕,王威与,唐伟. 头针结合体针治疗更年期盗汗疗效分析[J]. 中国社区医师, 2016, 32(34): 117-118.
- [28] 郑东阳. 梅花针配合针刺治疗肾阴虚型围绝经期综合征的疗效观察[D]. 广州:广州中医药大学, 2016.
- [29] 莫仁蛟,彭青,龙安国. 皮肤针联合针刺治疗围绝经期睡眠障碍临床观察[J]. 山西中医, 2020, 36(1): 27-28.
- [30] 孙静远,张永臣. 针罐配合心理疗法治疗更年期综合征 38 例临床观察[J]. 云南中医中药杂志, 2013, 34(9): 50-51.
- [31] 梁少蓉. 脐针配合体针治疗更年期情志病的临床研究[D]. 沈阳:辽宁中医药大学, 2018.
- [32] 张赛,贾思涵,杨丽娟,等. 针刺配合耳针治疗心肾不交型女性更年期失眠症的临床研究[J]. 针刺研究, 2019, 44(7): 516-519.
- [33] 康琿. 头针丛刺治疗心胆气虚型围绝经期失眠症的临床观察[D]. 哈尔滨:黑龙江中医药大学, 2015.
- [34] 魏心昶. 舌针结合体针治疗阴虚火旺型围绝经期失眠临床疗效观察[D]. 南京:南京中医药大学, 2018.
- [35] 马国根. 靳三针疗法治疗围绝经期失眠的临床研究[D]. 广州:广州中医药大学, 2014.
- [36] 鲍春龄,成雯郁,王婉娣. 陆氏温针治疗围绝经期综合征疗效观察[J]. 上海针灸杂志, 2015, 34(5): 435-437.
- [37] 陈雪珍. 浅针治疗更年期肝郁化火型失眠的临床疗效观察[D]. 福州:福建中医药大学, 2017.
- [38] 崔威,王淑平,成永明,等. 岭南无痛蜂针疗法治疗更年期睡眠障碍的临床研究[J]. 实用医学杂志, 2017, 33(10): 1700-1703.
- [39] 陆惠芳,马睿杰,叶赛球,等. 经皮穴位电刺激治疗围绝经期综合征的临床观察[J]. 上海针灸杂志, 2018, 37(11): 1281-1285.
- [40] 时国臣,宋楠楠,郑晓旭. 俞募配穴埋线法治疗围绝经期综合征临床观察[J]. 辽宁中医药大学学报, 2015, 17(1): 15-16.
- [41] 张淑钧. 穴位敷贴疗法治疗围绝经期综合征的临床观察[D]. 广州:广州中医药大学, 2018.
- [42] 刘荣辉. 穴位埋线在围绝经期综合征患者中的应用观察[J]. 光明中医, 2017, 32(2): 242-244.

收稿日期: 2020-02-10

*基金项目: 陕西省重点研发计划项目(2018ZDXM-SF-013)。

作者简介: 金如玉(1993—), 女, 在读硕士研究生。研究方向: 针灸治疗脑病的机理与临床研究。

△通讯作者: 雷亚玲(1977—), 女, 博士学位, 副主任医师, 硕士研究生导师。研究方向: 脑病及神志病的研究。