

循证

针灸学

主编 / 梁繁荣 吴曦



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

国家重点基础研究发展计划资助
(编号 2006CB504501)

循证针灸学

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

循证针灸学/梁繁荣等主编. —北京:人民卫生出版社,
2009. 1

ISBN 978-7-117-11769-2

I. 循… II. 梁… III. 针灸学 IV. R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 052656 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.hrhexam.com	执业护士、执业医师、 卫生资格考试培训

循证针灸学

主 编: 梁繁荣 吴 曦

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 25.5

字 数: 484 千字

版 次: 2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-11769-2/R · 11770

定 价: 48.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

内容简介

本书编者均系长期从事循证针灸学研究并坚持工作在临床研究第一线的学者。在百忙之中，他们本着求真务实的精神，多方收集资料，结合自己的专长和经验精心撰写，并进行多次的修改。力争使读者获得针灸常见病证临床最佳、实用、先进、公认的治疗方案。

全书分上、下两篇。上篇主要介绍循证针灸学的原则与方法，包括循证针灸学概述、循证针灸学实践的基本原则与方法等内容，下篇介绍了针灸临床常见病证的循证针灸学治疗。

本书适合针灸专业临床工作人员及在校师生阅读参考。

序

上溯远古砭石疗疾是针灸术渐成,及至春秋战国时期《灵枢》别称《针经》则针灸学科已具雏形,汉唐以降其学术发展与临证鲜活经验的积淀使针灸学“术精学丰”,成为中医学的重要组成部分。论学科普及传承享誉全球,当今世界卫生组织推举的国际学术机构之一,世界针灸联合会当列其首,中国针灸学家对针灸学科规范标准建设付出辛勤劳动获取了卓越的成就。

临床医学是中医学的精髓。针灸学是以临床医学为主体的学科。疗效是中医临床学科生命力的体现。毋庸置疑,循证医学方法运用于中医学的临床评价,必有助于推动中医的现代化,使中医的疗效能够得到科学研究的证据支持,这样的疗效证据,通过与中医临床的辨证思维和精湛的刺法技术相结合,以此为本底,制定出被认可、能推广、立得住的中医针灸学临床诊疗指南、规范与标准,不断地完善和提高针灸学的科学内涵,进而弘扬中医学的原创思维、原创成就和原创优势,将对针灸学术在全球的推广产生重大的积极的影响,并带动其他中医临床学科走向世界。

科学的本质是可靠的方法学。中医学的学科发展需要引进严格的临床研究方法学。当今能够提供给医生和研究者作为指导各种方法学的信息与规程却十分有限,由此我们充分地相信中医学所具有的宏富的临床经验,借鉴循证医学先进的理念,进而创建切合自身学科规律的方法系统是当务之急,完成这样的转变将会再次体现中医学真正的价值。如果需要讲得再清楚一点,那就是中医治病的疗效需要做到中国人与外国人、中医与西医都相信,可谓“放之四海而皆准”,显然这是学科的进步。

进入 21 世纪中医研究呈现出两个重要趋势:第一,是学习运用系统复杂性科学,从线性的还原分析走向非线性开放的复杂巨系统;第二,由“纯粹”的自然科学走向与人文科学相融合,从人与自然和社会环境的关系中研究生命健康与疾病。因此,医学家们逐步形成共识,认为中医学是整体医学,是具有中国特色的生命科学,是科学与人文融合的经典学科。值得庆幸的是笼罩在中医学人头上“不科学”的阴霾正在消散,受歧视的状态正在发生根本的改变,令人备受鼓

舞,激励我们去创造美好的未来。

梁繁荣教授领衔的专家群体长期从事循证针灸学的研究工作,并且是活跃在针灸临床第一线著名的医师与教师,其中多数接受过循证医学的系统培训。缘于此,作者群体编撰循证针灸学具有良好的学术基础。诚然这是一项探索性开拓性的研究,然而撰著者们求真务实,潜心治学,刻苦钻研的精神令吾辈学人敬佩。书稿草成之后又经多次修订,集思广益,力求提供医家针灸治疗常见病证的最优方案,以期实现共识公认的初衷。本书即将付梓,邀我作序,确系对我的信任与鼓励。学习之后颇多收益,不敢懈怠,谨志数语,乐观厥成。

王永炎

2008年9月

前言

循证针灸学(evidence-based acupuncture and moxibustion medicine)即遵循证据的针灸学,它是将循证医学的方法与原理应用于针灸的临床实践、医疗决策和科学研究等方面,强调针灸医生对病人的诊断、治疗、预防、康复和其他决策应建立在当前最佳临床研究证据、临床专业知识技能及病人需求三者有机结合的基础之上,用以提高针灸临床疗效和研究水平。循证针灸学的产生,可提高针灸临床研究质量,提供更多的高质量证据,使针灸临床疗效得到科学的客观的证实,将推动针灸学现代化发展,对中国针灸学与国际医疗接轨有很大的促进作用。因此,依据证据,参考临床,始终以整体观、辨证论治的原则来指导针灸的临床实践,是中国循证针灸学今后的发展方向。

全书分上下两篇,上篇主要介绍循证针灸学的概念、循证针灸学的起源与发展、循证针灸学的基本原则与方法,下篇为循证针灸学的临床实践,重点介绍了针灸临床常见病证的循证针灸学治疗。

本书编者均系长期从事循证针灸学研究并坚持工作在临床研究第一线的学者,他们中大部分都接受过中国华西循证医学中心的系统培训。在百忙之中,大家本着求真务实的精神,多方收集资料,结合自己的专长和经验,精心撰写并做了反复多次的修改,希望通过我们的努力,以达到使读者获得对针灸常见病证临床治疗方案的最佳、实用、先进、公认的初衷。

编写循证针灸学是一项开创性的工作,由于循证针灸学发展迅速,加上本书内容涉及十分广泛,我们的能力和经验有限,尽管做出了很大的努力,仍难免存在疏漏和差错,恳请同道和广大读者不吝批评指正,以便今后修订提高。

目 录

上篇 循证针灸学的原则与方法	
第一章 循证针灸学概述	3
第一节 循证针灸学的概念	3
第二节 循证针灸学的发展	4
第三节 循证针灸学的意义	6
第二章 循证针灸学实践的基本原则与方法	10
第一节 循证针灸学实践的基本原则	10
第二节 循证针灸学实践的步骤与方法	12
第三节 正确地提出可以回答的临床问题	13
第四节 针灸研究证据的分类、来源与检索	16
第五节 常用医学统计方法与指标	29
第六节 针灸证据的评价	39
第七节 针灸证据的应用	59
第三章 针灸临床实践指南	62
第一节 制定临床实践指南的方法与步骤	62
第二节 针灸临床实践指南的制定	64
第三节 临床实践指南的应用	67

第四章 循证针灸学实践的注意事项 69

- 第一节 循证针灸学实践中的伦理学原则 69
- 第二节 循证针灸学实践中的个体化原则 72
- 第三节 循证针灸学实践中的临床经济学评价 74

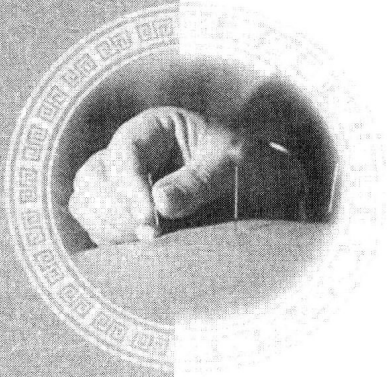
下篇 循证针灸学治疗**第五章 内科病症** 83

- 第一节 急性脑梗死 83
- 第二节 中风后偏瘫 105
- 第三节 卒中后吞咽障碍 128
- 第四节 偏头痛 141
- 第五节 贝尔麻痹 154
- 第六节 失眠 163
- 第七节 抑郁症 175
- 第八节 癫痫 186
- 第九节 化疗后恶心呕吐 204
- 第十节 手术后恶心呕吐 222
- 第十一节 肠易激综合征 232
- 第十二节 糖尿病周围神经病变 256
- 第十三节 膝关节关节炎 266
- 第十四节 尿潴留 279

第六章 妇儿五官科病症 292

- 第一节 原发性痛经 292
- 第二节 不孕症 307
- 第三节 胎位不正 316
- 第四节 小儿遗尿 326

第五节 过敏性鼻炎.....	335
第七章 皮外骨伤科病症	348
第一节 颈椎病.....	348
第二节 肩关节周围炎.....	362
第三节 急性腰扭伤.....	376
第四节 坐骨神经痛.....	383
附录 有关中英文词汇对照表	391



上篇

循证针灸学的原则与方法



20 世纪后半叶,随着人类疾病谱的改变,疾病的病因、诊断、治疗和预防更加复杂,临床医学面临着针对临床问题开展高质量研究,从全人类治疗同类疾病的大量临床实践中提取被证实有效的证据的要求。从 20 世纪 70 年代后期开始,临床流行病学的临床科研方法日益发展和完善,它强调临床科研设计、测量和评价的科学性,推动了临床科学研究的进步。20 世纪末,医疗模式从“以疾病为中心”的生物医学模式向“以患者为中心”的生物-心理-社会医学模式转变,医疗卫生供需矛盾突出,急需能指导科学决策、合理配置和高效使用有限卫生资源的科学证据。

在此背景下,众多国际组织不断结合临床和医疗保健问题,共同深入研究临床试验的方法和评价指标,提取和传播高质量的临床证据,促进循证医学不断向深度和广度发展。英国、澳大利亚、美国等发达国家的广大医师在实践循证医学中,产生了循证外科学、循证内科学、循证妇产科学、循证儿科学、循证眼科学、循证心理学、循证护理学等学科。循证医学与医学各领域相结合,还产生了循证卫生保健(evidence-based health care)和循证决策(evidence-based decision-making)等理念。在中国,将循证医学的核心学术思想、原理和方法与针灸学相结合,则产生了循证针灸学。

第一节 循证针灸学的概念

循证医学(evidence-based medicine, EBM)即遵循证据的医学,指医生对病人的诊断、治疗、预防、康复和其他决策应建立在当前最佳临床研究证据、临床专业知识技能及病人的需求三者结合的基础之上。换言之,循证医学是最佳研究证据、临床经验与病人独特价值观的结合。

针灸学属于传统经验医学,是以对疾病病因病机的经验积累性认识,加上所积累的临床技能和临床经验指导医疗实践,目前仍未脱离经验医学的范畴。虽然循证医学并不否定经验医学,但循证医学认为,缺乏系统的、大样本的、规范的

临床观察和研究,仅凭直觉和不严谨的、粗略的临床经验还不能作为指导医疗实践的全部证据。因此,将循证医学引入针灸临床研究,获取针灸疗效的确凿证据,不仅对于指导针灸临床和促进针灸临床发展具有重要价值,而且对促进针灸的现代化和国际化发展同样具有重大意义。

在循证医学发展的初期,中国针灸领域的工作者就已经开始主动吸收和借鉴其方法和原理,开展针灸临床研究和医疗实践。国内针灸随机对照试验在 20 世纪 90 年代初即开始起步,2000 年以后即已出现循证医学的一级证据。至今,国内越来越多的针灸工作者,都在自觉地学习、采用和遵循循证医学的理念和方法。

循证医学要求中所体现的人文关怀、个体化原则和经济学原则,正是中国传统针灸的特点和优势;而循证医学的先进理念和科学严谨的方法和手段,又为针灸临床、科研、教育和卫生决策等的发展提供了更高的平台。将循证医学的核心学术思想、原理和方法与针灸学相结合,便产生了全新的循证针灸学。

循证针灸学(evidence-based acupuncture and moxibustion medicine, EBAMM)即遵循证据的针灸学,它是将循证医学的方法与原理应用于针灸的临床实践、医疗决策和科学研究等方面,强调对病人的针灸诊断、治疗、预防、康复和其他决策应建立在当前最佳研究证据、临床专业知识技能及病人需求三者有机结合的基础之上。

循证针灸学的产生,对于调整针灸临床研究思路和方法,拓宽针灸临床研究领域,提高针灸临床疗效和研究水平,改进针灸教育方式和方法,实现针灸研究与应用同国际接轨等,都将起到促进作用。

第二节 循证针灸学的发展

针灸疗法是起源于中国的非药物自然疗法,历史悠久,疗效独到,应用成本低廉,为中华民族的医疗卫生和健康保健作出了不可磨灭的贡献。自公元 6 世纪被传播到东南亚邻国,针灸在过去三十多年里在 100 多个国家和地区得到了广泛应用,在世界范围内被认为是有效且可行的卫生保健资源。1995 年世界卫生组织出版了《针灸临床研究规范》,提供了针灸临床研究和评估的基本原则与可用性标准,建议各国政府积极鼓励针灸的研究,尤其是针灸临床方面的研究,并明确指出“评价针灸临床疗效的研究应当比研究其作用机制更受到重视,因为这种研究直接关系到针灸在卫生保健服务体系中的发扬与投入”。

1996 年国内学者首次将“evidence-based medicine”翻译成循证医学,并发表了第一篇介绍循证医学的文章。在循证医学发展的初级阶段,中国从事针灸研究的工作者已经开始逐渐引入循证医学所推崇的研究方法,用于针灸临床研

究与医疗实践。对《针灸临床杂志》和《中国针灸》20世纪90年代发表的临床研究性文章的调查,前者1990年发表的253篇临床研究性文章中随机对照试验(randomized controlled trail, RCT)9篇,占3.56%,对照试验(controlled clinical trail, CCT)7篇,占2.77%;到1999年RCT文章增加到临床研究性文章的9.14%,CCT增加到3.79%;后者在1991~1998年共发表临床研究性文章1828篇,其中RCT文章263篇,占14.4%,CCT文章124篇,占6.8%。虽然这些RCT、CCT大多设计方法还有待改进,但可以看出,针灸学已经在不断借鉴和吸收现代医学科学技术的先进理念和方法,实践针灸学在21世纪的发展和进步。

1997年11月,美国国家卫生研究院(National Institutes of Health, NIH)主持召开美国联邦政府“审评针灸疗效和安全性委员会会议”通过讨论,第一次正式确认起源于中国的针刺疗法对某些疾病确实有效,而且副作用极小,可以应用。2002年在NIH对补充替代医学决策的总结报告中指出,针灸难入现代主流医学就是由于“尚缺乏高质量临床疗效的对比资料,以及进一步理论上的研究”。2003年《中国针灸》刊登了国内第一篇有关针灸戒毒的Meta分析文章,2004年发表了电针治疗血管性痴呆的系统评价文章,研究结果部分为肯定性质。然而,2005~2006年一些著名杂志发表了部分国外研究报道,认为针灸方法对偏头痛、慢性头痛等疾病无治疗的特异作用,对针灸的国际化发展提出了严峻的挑战。运用现代规范的临床研究方法,开展规范的针灸临床疗效评价研究,获取针灸疗效的确凿证据,已经成为针灸界必须承担的重要任务,也是关系到针灸今后生存与发展的重大关键问题之一。

2006年梁繁荣教授等发表了《中国循证针灸学研究现状与展望》,首次提出了循证针灸学的概念,分析了循证针灸学研究与发展现状,提出了对其发展的思考与展望,并明确指出:“依据证据,参考临床,始终以整体观、辨证论治的原则来指导针灸的临床实践,应该是中国循证针灸学的灵魂之所在”。

近年来,在针灸学领域运用循证医学方法开展针灸临床研究已经形成共识,包括国家重点基础研究发展计划项目、“十一五”国家科技支撑计划项目、国家中医药管理局“穴典”项目在内的针灸临床研究均要求采用符合循证医学规范的临床研究方法,以得出高质量的循证针灸学研究成果,为针灸的临床运用与发展提供更为有力的支持。

为了在针灸临床、科研、教育、管理和医疗卫生决策等领域广泛引入和推广循证医学理念和方法,创建和提供一个循证针灸学学术交流的共享平台,并通过这一平台组织召开学术会议、开展循证针灸学教育培训、建立循证针灸学协作网络、协调开展循证针灸学国际合作和重大科研项目攻关等,构建有中国特色的循证针灸学研究体系和促进针灸事业发展,2008年4月由成都中医药大学梁繁荣

教授发起,在全国范围内经过三次专家咨询论证后,向中国针灸学会常务理事会提出成立中国针灸学会循证针灸学专业委员会的申请,目前已经获得批准。

2008年5月在兰州举行的第五届亚太地区循证医学研讨会提出建立中国替代和补充医学协作网(Chinese Network of Complementary and Alternative Medicine, CNCAM),其宗旨是:用循证医学理念推动补充替代医学在所有临床学科、公共卫生和基础研究领域的科研、应用和发展,促进中医药现代化和国际化,提高我国卫生研究整体水平。

2008年9月,有国家中医药管理局相关领导出席的“WHO西太平洋地区循证针灸学实践指南(草案)专家论证会”上,与会专家就循证医学与针灸学的结合问题达成一致观点:循证医学同针灸学的结合,并非简单、机械地将循证医学的方法套用于针灸学,循证医学也具有局限性和缺点,在吸收循证医学核心理念的同时,必须继承和发扬针灸学特有的优势和特点,才能真正地促进针灸学的发展。

循证针灸学的核心理念是在针灸学实践中,遵循科学依据而决策,并不是完全照搬或套用循证医学的框架,而是在继承和保持针灸学固有特点和优势的前提下,领会和吸收循证医学的灵魂思想,使针灸学的实践更加科学、规范和严谨。

因此,循证针灸学具有以下学术思想特点:①遵循科学依据而决策。这里的科学依据并不一定就是最新的、现代研究的证据,也应该包括历代针灸学家对数千年来反复被临床实践所验证的学术思想的经验总结。②贯彻辨证论治的原则。针灸临床实践中的个体化原则的具体体现,即在中医理论指导下辨证施治,结合针灸学的学术特点,在诊断和治疗过程中都必须贯彻和坚持经络辨证、脏腑辨证和(或)气血辨证,不能简单地采用一病一方取代辨证论治。③强调针灸取效的多重因素。腧穴学说是针灸学的基础理论之一,刺灸法和治疗学的内容也非常丰富,各种疗法、处方配穴、针刺手法,都已证实同临床疗效具有重要关联。因此,讨论针灸疗效时,不能只重视处方配穴,而将疗法和手法简单化或单一化。

第三节 循证针灸学的意义

一、促进针灸学脱离出经验医学

目前传统针灸临床仍然以个人经验为主,依靠高年资医生和权威医生的教导以及古籍中的记载为诊断治疗的依据,仍未脱离经验医学的范畴。然而,个人经验和中医药经典中的记载是著者或相关专家当时的经验,在循证医学中属于较低级别的证据,还有待在今后的临床研究中不断验证和提升其可靠性。

循证医学作为目前世界范围内公认的最佳临床决策方法,强调最佳证据与

个人经验的完美结合,同时充分考虑病人的价值与利益,更符合现代医学模式的特点,尤其具备一整套不断完善和成熟的研究和评价方法,为现代针灸学发展提供了关键的方法学支撑。在循证医学基础上发展起来的循证针灸学将弥补经验医学强调通过医师个人的临床经验和直觉,或根据基础医学理论的推理来诊断、治疗疾病的缺陷,促进针灸学脱胎出经验医学。

二、促进针灸学的国际化进程

针灸学历经数千年的发展,为中华民族的繁衍昌盛做出了巨大的贡献,但在很长时间内却不为世界主流医学所认可。究其原因,除了文化背景和医学体系的差异外,针灸学积累的丰富经验被归为低级别证据,现代针灸临床研究的不规范和欠严谨,导致临床研究结果难以被其他研究人员重复,也都是重要原因。

因此,科学、严谨地评价针灸疗法的临床疗效,必须严格按照科学的方法学来设计、实施和监督临床研究。从这个角度来讲,循证医学方法与原则是确立针灸学现代科学地位的重要方法。遵循循证医学的原则并借鉴其方法,在今后的临床研究中可不断提高针灸证据的真实性和可靠性,促进针灸学进一步得到国际医学界的认可。

三、促进针灸临床疗效的提高

临床疗效是针灸生命力的体现,它有赖于医疗质量的改进和医生专业素质的提高,关系到进一步的临床决策和卫生资源的合理分配。循证针灸学强调针灸医师对病人的诊断、治疗、预防、康复和其他决策,应建立在当前最佳临床研究证据、临床专业知识技能及病人需求三者有机结合的基础之上,而针对每一位病人制定最佳的个体化诊疗方案恰恰是提高临床疗效的根本措施。它一方面可以通过定性、定量的分析方法,借助数理统计对若干研究方法和结论可靠的临床研究数据进行整合,得出没有偏倚或偏倚较小的结论,为临床医师提供最新、最佳的针灸治疗方案,另一方面可以在临床上充分发挥针灸辨证论治的特色,使个体化治疗的原则得以贯彻和体现。此外,还可最大限度地满足病人的医疗意愿,从而实现针灸临床疗效的不断提高和针灸效益的最大化。

四、催生具有创新性的评价方法和体系

近年来,针对针灸疗效的系统评价,往往得出“尚无充分证据支持针灸有效的结论,尚需开展更多大样本、高质量临床研究”这样的评价结果,除与国内针灸临床研究质量普遍偏低,不能提供高质量的研究证据有关,缺乏恰当的疗效评价