

肥胖病的针灸治

主 编 刘志诚



人民卫生出版社

肥胖病的针灸治

王 强 主编

中国医药出版社

肥胖病的针灸治疗

主 编 刘志诚(南京中医药大学)

副 主 编 孙 志(济宁医学院)
徐 斌(南京中医药大学)

编 委 (以姓氏笔画为序)

吕雅妮(青岛市按摩康复医院)

衣运玲(大连医科大学)

闫润虎(大连医科大学)

张中成(广东省中医院)

袁爱红(南京中医药大学)

袁锦虹(南京中医药大学第三附属医院)

姜军作(大连大学附属新华医院)

徐放明(重庆医科大学)

主编助理 袁爱红 何玉 温疆华

人 民 卫 生 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

肥胖病的针灸治疗/刘志诚主编. —北京: 人民卫生出版社, 2008.7

ISBN 978-7-117-10221-6

I. 肥… II. 刘… III. 肥胖病—针灸疗法 IV. R246.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 066924 号

肥胖病的针灸治疗

主 编: 刘志诚

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

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 潮河印业有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 19.25 插页: 2

字 数: 462 千字

版 次: 2008 年 7 月第 1 版 2008 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-10221-6/R·10222

定 价: 35.00 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)

主 编 简 介

刘志诚，男，汉族，北京市人，1965年毕业于北京医学院医学系。1970~1972年学习中医，长期从事中西医结合临床、教学和科研工作，在针灸和中西医结合治疗肥胖病和糖尿病等内分泌代谢性疾病及其机制研究方面造诣颇深。现任南京中医药大学教授、博士生导师和博士后流动站指导教师、中国保健科技学会肥胖病研究会常务理事、中国针灸学会江苏省实验针灸学会副主任、《中华现代中西医杂志》和《中华医学研究杂志》常务编委、《中医药学报》和《中医药信息》特邀专家、《中华临床医药杂志》专家编辑委员会编委、国家自然科学基金和国家自然



然科学博士后基金通讯评审专家，享受国务院颁发的政府特殊津贴，为江苏省首批名中西医结合专家，2001年获中国中西医结合贡献奖。先后主持卫生部(1项)、教育部(1项)、国家自然科学基金(3项)等科研项目，获教育部科技进步二等奖1项，江苏省科技进步二、三等奖各1项，江苏省中医药科技进步一等奖1项。在国内外发表论著130余篇，论文被数百名学者引用，多篇论文被SCI和CA收录。1997年作为《实用中西医结合治疗肥胖病学》的常务编委撰写其中《肥胖病的针灸疗法》。2007年主编出版了《汉英对照针灸减肥》一书。曾应欧洲中医学会邀请赴德国、奥地利讲授针灸治疗肥胖病。

内 容 提 要

本书以作者 20 多年来针灸治疗肥胖病的临床和基础理论研究成果为基础，结合国内外医学研究进展，简介肥胖病流行病学、病因、发病机制、临床表现、诊断及中西医治疗方法，突出中医基础理论、基本知识和基本技能，重点介绍单纯性肥胖病及其并发症的针灸治疗及其作用机制，包括单纯性肥胖病及其并发症的病因、病机、病证诊断、辨证治疗和研究进展，切合临床实际。

本书内容丰富，适合各级中西医医务人员、医学院校学生、肥胖病患者和瘦身者阅读参考。

前 言

随着世界经济的发展、各国人民生活水平的提高,肥胖的发病率不断增高。过去医学界不认为肥胖是一种疾病,认为只是一种症状。这种认识随着科学技术的发展已发生了改变,世界卫生组织于1997年宣布肥胖是一种疾病。2006年世界肥胖病学术大会报告,全球大约有2.5亿体质指数(BMI)超过30的肥胖病患者,肥胖正像流行病一样蔓延,已经成为一个医学社会问题。

肥胖不仅给生活带来不便,而且严重危及人类健康。肥胖多并发糖尿病、高脂血症、痛风与高尿酸血症、高血压、冠心病、中风、肺心病、胆石症、骨关节炎、月经不调、痛经、闭经、经前期紧张综合征、不孕症、不育症、更年期综合征、癌症、感染、睡眠呼吸紊乱等多种疾病。并发症的发生必将缩短寿命,增加死亡率。研究显示,征服癌症,人类平均寿命可提高2年,而治愈肥胖,人类平均寿命可提高4年。因此,肥胖病及其并发症的防治已成为世界关注的热点,也是医学界面临的重大课题。

近30年来国内外学者在肥胖病的病因、发病机制、诊断、鉴别诊断和防治等方面的研究取得了可喜成果,而理想的无毒副作用的减肥药品尚在探索过程中。针灸治疗肥胖及其并发症以疗效显著、简便、经济、无毒副作用为优点,显示出良好的应用前景,已经获得了众多学者和广大肥胖患者的赞誉和肯定。当前针灸治疗肥胖病及其并发症的病证诊断标准、病因病机、辨证分型、证候内涵、辨证施治、疗效评估等方面的报道存在不少差异,给相互比较、验证、提高疗效带来了种种困难。因此,肥胖病及其并发症的诊治规范化、标准化将是当代医家的重要任务。

笔者在二十多年中先后主持了国家卫生部及国家自然科学基金等多项针灸治疗肥胖病临床及机制研究课题。在临床工作中累计治疗了数以万计的肥胖病患者,取得了令人满意的疗效。在此过程中对病因、病机、病证诊治、疗效评估规范化、标准化进行了深入的探讨。以此为基点,应用现代科学技术,临床研究与实验研究相结合,对针灸治疗肥胖病的机制进行了全面系统的研究,其成果为证实针灸减肥疗效的可靠性提供了理论依据,为进一步提高疗效探索出可行路径。本书以笔者二十多年来针灸治疗肥胖病及其并发症的临床经验和科研成果为基础,结合国内外研究进展,以系统、规范、实用为原则,反映肥胖病针灸治疗的基础理论、基本知识和基本技能,侧重介绍单纯性肥胖及其并发症的针灸疗法及其作用机制,使本书有望成为理论上具有参考价值,临床上具有指导作用的专著。

除了参编人员以外,以下专家、科技工作者先后参与了我们的有关课题研究,书中

的内容也凝结了他们的辛勤工作。他们是孙凤岷、李嘉、魏群利、洪承銳、韩燕、苏静、马志民、徐炳国、朴在昶、苏晓青、项晓人、朱苗花和赵玫，在此表示衷心感谢。

由于参编人员分散及水平所限，书中难免存在论述片面甚至疏漏和错误之处，望广大同道和读者提出宝贵的批评和指正意见，以便再版时修改和补充。

刘志诚

2008年3月

目 录

第一章 肥胖病概论	1
第一节 肥胖病简述	1
一、定义	1
二、肥胖的流行病学	1
三、分类	2
四、危害	3
第二节 肥胖病病因及发病机制	5
一、中医对肥胖病病因和发病机制的认识	5
二、西医对肥胖病病因和发病机制的认识	7
第三节 肥胖病的诊断与疗效评定	10
一、临床表现	10
二、诊断内容	11
三、诊断标准	12
四、疗效评价	15
五、诊断程序	16
第二章 单纯性肥胖病的针灸治疗	18
第一节 病因病机	18
一、西医病因病机	18
二、中医病因病机	19
第二节 诊断要点	20
一、肥胖病史	20
二、肥胖症状和体征	20
三、实验室检查和特殊检查	20
四、单纯性肥胖病判断标准	20
第三节 辨证分型与论治	21
一、概说	21
二、常见证型与辨证论治	21
第四节 针灸治疗单纯性肥胖病的中医机制	26

第五节 其他刺灸疗法介绍	27
一、电针疗法	27
二、腹针疗法	27
三、腹针结合中药敷脐疗法	27
四、综合疗法	27
第六节 医案举例	28
第七节 针灸治疗单纯性肥胖病研究进展	31
一、临床研究	31
二、临床实验研究	31
三、动物实验研究	32
第三章 单纯性肥胖病并发症的针灸治疗	46
第一节 单纯性肥胖病并发高脂血症	46
一、引言	46
二、病因和发病机制	46
三、中医病因病机	47
四、诊断要点	47
五、辨证分型与论治	48
六、疗效评定标准	51
七、医案举例	51
八、其他刺灸疗法介绍	53
九、研究进展	53
第二节 单纯性肥胖病并发脂肪肝	56
一、引言	56
二、病因和发病机制	56
三、中医病因病机	57
四、诊断要点	58
五、辨证分型与论治	59
六、疗效评定标准	62
七、医案举例	62
八、其他刺灸疗法介绍	64
九、研究进展	65
第三节 单纯性肥胖病并发 2 型糖尿病	67
一、引言	67
二、病因和发病机制	68
三、中医病因病机	69
四、诊断要点	70
五、辨证分型与论治	71
六、疗效评定标准	74

七、医案举例	74
八、其他刺灸疗法介绍	78
九、研究进展	78
第四节 单纯性肥胖病并发痛风与高尿酸血症	82
一、引言	82
二、病因和发病机制	82
三、中医病因病机	83
四、诊断要点	84
五、辨证分型与论治	84
六、疗效评定标准	86
七、医案举例	86
八、其他刺灸疗法介绍	87
九、研究进展	88
第五节 单纯性肥胖病并发高血压病	89
一、引言	89
二、病因和发病机制	89
三、中医病因病机	89
四、诊断要点	90
五、辨证分型与论治	90
六、疗效评定标准	93
七、医案举例	94
八、其他刺灸疗法介绍	96
九、研究进展	97
第六节 单纯性肥胖病并发冠心病	99
一、引言	99
二、病因和发病机制	99
三、中医病因病机	100
四、诊断要点	101
五、辨证分型与论治	101
六、疗效评定标准	104
七、医案举例	104
八、其他刺灸疗法介绍	106
九、研究进展	107
第七节 单纯性肥胖病并发胆石症	111
一、引言	111
二、病因和发病机制	111
三、中医病因病机	112
四、诊断要点	112
五、辨证分型与论治	112

六、疗效评定标准·····	115
七、医案举例·····	115
八、其他刺灸疗法介绍·····	117
九、研究进展·····	118
第八节 单纯性肥胖病并发骨质疏松症·····	119
一、引言·····	119
二、病因和发病机制·····	119
三、中医病因病机·····	120
四、诊断要点·····	121
五、辨证分型与论治·····	121
六、疗效评定标准·····	125
七、医案举例·····	125
八、其他刺灸疗法介绍·····	126
九、研究进展·····	127
第九节 单纯性肥胖病并发骨关节炎·····	128
一、引言·····	128
二、病因和发病机制·····	129
三、中医病因病机·····	130
四、诊断要点·····	130
五、辨证分型与论治·····	132
六、疗效评定标准·····	135
七、医案举例·····	135
八、其他刺灸疗法介绍·····	137
九、研究进展·····	137
第十节 单纯性肥胖病并发月经不调·····	139
一、引言·····	139
二、病因和发病机制·····	139
三、中医病因病机·····	140
四、诊断要点·····	141
五、辨证分型与论治·····	141
六、疗效评定标准·····	148
七、医案举例·····	149
八、其他刺灸疗法介绍·····	151
九、研究进展·····	152
第十一节 单纯性肥胖病并发月经过多·····	154
一、引言·····	154
二、病因和发病机制·····	154
三、中医病因病机·····	154
四、诊断要点·····	155

五、辨证分型与论治	155
六、疗效评定标准	157
七、医案举例	157
八、其他刺灸疗法介绍	159
九、研究进展	160
第十二节 单纯性肥胖病并发闭经	162
一、引言	162
二、病因和发病机制	162
三、中医病因病机	162
四、诊断要点	163
五、辨证分型与论治	163
六、疗效评定标准	165
七、医案举例	166
八、其他刺灸疗法介绍	168
九、研究进展	169
第十三节 单纯性肥胖病并发痛经	171
一、引言	171
二、病因和发病机制	172
三、中医病因病机	172
四、诊断要点	173
五、辨证分型与论治	174
六、疗效评定标准	177
七、医案举例	178
八、其他刺灸疗法介绍	180
九、研究进展	181
第十四节 单纯性肥胖病并发经前期紧张综合征	183
一、引言	183
二、病因和发病机制	184
三、中医病因病机	184
四、诊断要点	186
五、辨证分型与论治	186
六、疗效评定标准	190
七、医案举例	191
八、其他刺灸疗法介绍	194
九、研究进展	194
第十五节 单纯性肥胖病并发更年期综合征	197
一、引言	197
二、病因和发病机制	197
三、中医病因病机	198

四、诊断要点·····	199
五、辨证分型与论治·····	199
六、疗效评定标准·····	202
七、医案举例·····	203
八、其他刺灸疗法介绍·····	205
九、研究进展·····	205
第十六节 单纯性肥胖病并发抑郁症·····	208
一、引言·····	208
二、病因和发病机制·····	208
三、中医病因病机·····	209
四、诊断要点·····	210
五、辨证分型与论治·····	211
六、疗效评定标准·····	214
七、医案举例·····	214
八、其他刺灸疗法介绍·····	216
九、研究进展·····	216
第四章 继发性肥胖病的针灸治疗·····	221
第一节 概述·····	221
第二节 下丘脑-垂体疾病继发的肥胖病·····	221
一、病因病机·····	221
二、诊断要点·····	222
三、辨证分型与论治·····	223
第三节 甲状腺功能减退的肥胖病·····	224
一、病因病机·····	224
二、诊断要点·····	225
三、辨证分型与论治·····	225
第四节 肾上腺皮质功能亢进的肥胖病·····	226
一、病因病机·····	226
二、诊断要点·····	227
三、辨证分型与论治·····	228
第五节 性腺功能异常的肥胖病·····	229
一、多囊卵巢综合征·····	229
二、绝经后肥胖·····	231
三、不孕伴发肥胖·····	232
第六节 水钠潴留性肥胖·····	235
一、病因病机·····	235
二、诊断及鉴别诊断·····	236
三、辨证分型与论治·····	236

四、其他刺灸疗法	237
五、医案举例	237
第七节 抗精神病药物药源性肥胖	238
一、病因病机	238
二、诊断要点	239
三、辨证分型与论治	239
四、临床资料	240
第八节 痛性肥胖	240
一、病因病机	240
二、诊断要点	241
三、针灸治疗	241
四、针灸治疗机制	242
第五章 局部肥胖的针灸治疗	244
第一节 面部肥胖	244
一、胃肠实热型	244
二、脾虚湿阻型	245
三、肝郁乘脾型	246
四、脾肾两虚型	247
第二节 腹部肥胖	248
第三节 臀部肥胖	248
第四节 四肢肥胖	249
一、上肢肥胖	249
二、下肢肥胖	249
第五节 腰背部肥胖	250
第六节 局部肥胖治疗注意事项	250
第六章 肥胖病的其他疗法概述	252
第一节 饮食疗法	252
一、饮食治疗的原则	252
二、饮食治疗方法	253
三、成年肥胖者饮食治疗食谱举例及食物热量换算	255
第二节 运动疗法	257
一、运动治疗的作用机制	257
二、运动治疗的原则	258
三、运动量的设定	258
四、运动的方式和内容	259
五、运动治疗的疗效	259
第三节 手术及吸脂术	260

一、病态肥胖的手术治疗·····	260
二、局部去脂术·····	262
第四节 药物疗法·····	264
一、西药治疗·····	264
二、中药治疗·····	269
第五节 气功、按摩疗法·····	274
一、气功疗法·····	274
二、按摩疗法·····	277
第六节 心理疗法·····	279
一、三大心理法则·····	279
二、调适自己的心理情绪·····	279
三、心理减肥疗法·····	279
四、精神分析治疗·····	280
第七节 行为矫正疗法·····	280
一、行为矫正疗法的基本原则·····	280
二、行为矫正治疗的种类·····	281
三、行为矫正治疗实施步骤·····	281
第八节 肥胖病患者治疗注意事项·····	282
第七章 肥胖病的预防·····	285
第一节 儿童期肥胖的预防·····	285
一、流行病学·····	285
二、病因学·····	285
三、诊断·····	286
四、预防·····	286
第二节 青春期肥胖的预防·····	287
一、流行病学·····	287
二、病因学·····	287
三、诊断·····	287
四、预防·····	287
第三节 青年期肥胖的预防·····	288
一、流行病学·····	288
二、病因学·····	288
三、诊断·····	288
四、预防·····	288
第四节 妊娠期肥胖的预防·····	289
一、流行病学·····	289
二、病因学·····	289
三、诊断·····	289

四、预防.....	289
第五节 产后肥胖的预防.....	290
一、流行病学.....	290
二、病因学.....	290
三、诊断.....	290
四、预防.....	290
第六节 中年期肥胖的预防.....	291
一、流行病学.....	291
二、病因学.....	291
三、诊断.....	291
四、预防.....	291
第七节 更年期肥胖的预防.....	291
一、流行病学.....	291
二、病因学.....	292
三、诊断.....	292
四、预防.....	292
第八节 老年期肥胖的预防.....	293
一、流行病学.....	293
二、病因学.....	293
三、诊断.....	293
四、预防.....	293