



· 中西医结合 ·

经络推拿结合穴位点按治疗肝郁气滞型乳腺增生症的疗效研究

吴如玉 (武平县医院 364300)

摘要：目的 研究经络推拿结合穴位点按治疗肝郁气滞型乳腺增生症的临床疗效。**方法** 选择 2018 年 1 月—2018 年 12 月我院收治的 70 例肝郁气滞型乳腺增生症患者，随机分为两组各 35 例，对照组口服枸橼酸他莫昔芬片，观察组采用经络推拿结合穴位点按治疗，治疗 3 周，比较两组临床疗效及安全性。**结果** 观察组治疗后中医证候积分明显降低，总有效率为 94.29%，明显高于对照组，差异有统计学意义 ($P < 0.05$)，对照组有部分患者出现轻微不适但未影响治疗，两组未出现严重反应。**结论** 对肝郁气滞型乳腺增生症采用经络推拿结合穴位点按治疗可以有效改善患者临床症状，安全可靠，建议推广应用。

关键词：乳腺增生症；肝郁气滞型；经络推拿；穴位点按；临床疗效

中图分类号：R269 **文献标识码：**A **文章编号：**1009-5187 (2019) 11-088-02

近年来在年轻女性中，乳腺增生症发病率居高不下，若乳腺增生长久不愈可能增加癌变风险，因此一旦发现需要尽早治疗，避免发生不可挽回的严重后果。目前治疗乳腺增生症的手段各异，但并无标准治疗方案，需结合患者实际情况进行个体化治疗^[1]。为寻找一种更加有效可靠的治疗方案，我院对乳腺增生症患者采用中医综合疗法，对经络推拿结合穴位点按的实际疗效进行研究，报告如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择 2018 年 1 月—2018 年 12 月期间在我院治疗的 70 例乳腺增生症患者，选择标准：①符合中医肝郁气滞型辨证标准，主证为乳房胀痛、肿块、烦躁、易怒，次证为痛经、舌淡红、苔薄白、脉弦；②近 3 个月未服用过激素类药物或接受过外科治疗；③可以严格遵守治疗方案，积极配合治疗。排除标准：①对中医疗法抵触；②合并其他器质性疾病且病情不稳定；②存在推拿或穴位点按治疗禁忌症，因精神异常无法配合治疗；③妊娠期或哺乳期女性。将所有患者按照入院顺序进行编号和随机分组，每组 35 例，观察组采用经络推拿结合穴位点按治疗，对照组单纯口服西药治疗，各组信息如下：观察组患者年龄范围 24-47 岁，平均 (32.80 ± 3.71) 岁，对照组患者年龄范围 24-45 岁，平均 (31.76 ± 2.09) 岁，两组一般资料间无明显差异 ($P > 0.05$)，组间可进行比较。

1.2 方法

对照组口服枸橼酸他莫昔芬片（三苯氧胺，山东健康药业有限公司生产），每次口服 10mg，2 次/d。观察组采取经络推拿结合穴位点按的方法治疗：患者脱去内衣取俯卧位，按揉背部膀胱经及督脉，10min 后由脊柱中心沿肋骨方向向两侧推 3-5 次，拇指点按肩井、天宗、肝俞、三阴交等穴位至患者感觉发热，换为仰卧位，按揉乳房、腹部，30min/次，连续治疗 3 周。两组治疗期间需注意合理饮食，忌食辛辣、刺激、生冷、油腻食物，保持生活作息规律。

1.3 观察指标

1.3.1 临床疗效

以《乳腺增生病诊断、辨证及疗效评价标准》为参考，对乳房疼痛、肿块硬度、大小、范围、症状等进行分级评分，计算好转率，好转率计算公式 = $[(\text{治疗后积分} - \text{治疗前积分}) / \text{治疗前积分}] \times 100\%$ 。治愈：好转率 $> 90\%$ ；显效：70% $\leq$ 好转率 $\leq 90\%$ ；有效：30% $\leq$ 好转率 $\leq 69\%$ ；无效：好转率 $< 30\%$ 。

1.3.2 安全性

观察患者治疗期间有无头晕、气促、恶心等局部或全身不良反应。

1.4 统计学分析

采用 spss20.0 处理两组数据，计量资料以“ $\bar{x} \pm s$ ”表示，采用 t 检验，计数资料以“%”表示，采用卡方检验， $P < 0.05$ 说明差异显著。

2 结果

2.1 两组治疗前后中医证候总积分对比

表 1：两组治疗前后中医证候总积分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	治疗前 (分)	治疗后 (分)
观察组	35	49.86 $\pm$ 4.77	12.65 $\pm$ 2.33
对照组	35	49.10 $\pm$ 5.02	28.74 $\pm$ 4.94
t		0.893	12.270
P		> 0.05	< 0.05

2.2 两组临床疗效对比

表 2：两组临床疗效对比 [例 (%)]

组别	例数	治愈	显效	有效	无效	总有效率 (%)
观察组	35	18	10	5	2	33 (94.29)
对照组	35	12	6	5	12	23 (65.71)
χ^2						18.073
P						< 0.05

2.3 两组治疗安全性对比

观察组安全性较佳，配合度良好，对照组有部分患者服药后出现轻微身体不适，两组均无严重反应，完成全部治疗。

3 讨论

乳腺增生症是由乳腺上皮增生引起的一种妇科疾病，增生的腺体并非肿瘤也非炎性产物，属于乳腺结构发育异常表现，在中医领域，将其称为“乳癖”^[2]。乳腺增生症临床表现以乳房疼痛不适、肿块为主，病程进展缓慢，多随患者经期、情绪波动而改变，虽然增生的腺体组织属于良性肿块，但是长久会有癌变风险，调查显示乳腺增生症罹患乳腺癌的风险是乳腺健康人群的 5 倍甚至更高，可见乳腺增生症与乳腺癌之间关系密切，乳腺增生患者若长期处于精神紧张、焦虑的状态下，发生癌变的风险更高^[3]。西医治疗乳腺增生症以激素、手术治疗为主，不仅副作用大，而且治愈后易反复，长期采用激素类药物治疗会给患者身体带来较大负担，而手术创伤则会增加患者身心负担，并不被大部分乳腺增生症患者所接受。

中医学者研究认为，乳癖病可归结于肝经，肝气过旺就会致使乳房经脉气机受到克制，久而久之则会形成肿块。另

(下转第 89 页)



结合中医音乐疗法在康复疗养患者中的应用观察

尉靖敏 (海军青岛特勤疗养中心老年病康复科 山东青岛 266000)

中图分类号: R493

文献标识码: A

文章编号: 1009-5187 (2019) 11-089-01

音乐与人体会发生各种奇妙反应,可以感染、调理情绪。音乐疗法是防治各类疾病的一种艺术疗法。音乐的振动与人体内生理振动(心率、心律、呼吸、血压、脉搏等)相合,会产生共振和共鸣,能够使人舒体悦心,流通气血,宣导经络。正确的享受音乐可以使人百病不生,健康长寿。人体的五脏可以影响五音,五音也可以调节五脏。中医所讲五脏为肺肝肾心脾,对应的五音为商角羽徵宫。

肝喜爽朗、豁达,如果人体处于长期烦恼和困扰的状态就会消耗肝的能量,导致肝肺气滞血郁。当康复疗养患者出现抑郁、易怒、乳房胀痛、口苦、痛经、舌边部溃疡、眼部干涩、胆小、易惊等症时,可选择属肝的音阶如角音,“74”(西发)。最佳曲目为《胡笳十八拍》。最佳欣赏时间为19:00—23:00。

心脏属火是个永动机,掌控精神和血液的循环。压力大、少睡少动,都会伤害我们的心脏。当康复疗养患者心气不平和,出现失眠、心慌、心胸憋闷、胸痛、烦躁、舌尖部溃疡等症时,可选择属心的音阶如徵音,“5”(索)。最佳曲目为《紫竹调》。最佳欣赏时间为21:00—23:00。

脾来运化食物促进消化吸收,暴饮暴食、五味过重、思虑过度等都会让脾胃承担过重。当康复疗养患者出现脾脏不调如腹胀、便秘、肥胖、口唇溃疡、面黄、月经量少色淡、疲乏、胃或子宫下垂时,可选择属脾的音阶如宫音,“1”(哆)。最佳曲目为《十面埋伏》。最佳欣赏时间为在进餐时及餐后一小时。

肺管理呼吸,人体全身血液携带的氧气都经肺对外进行

气体交换,再输送到全身各处。肺和外界接触频繁,所以易被致病细菌侵袭当康复疗养患者出现肺脏不调如咽部溃疡疼痛、咳嗽、鼻塞、气喘、容易感冒、易出汗时,可选择属肺的音阶如商音,“2”。最佳曲目为《阳春白雪》。最佳欣赏时间为15:00—19:00。

肾是储蓄机构,其他脏器产生的能量满足日常消耗外会把多余的转存到肾中,将来需要时再从肾中抽调。因此肾中的能量总是匮乏的。当康复疗养患者出现肾脏不调如面色暗、尿频、腰酸、性欲低、黎明时分腹泻时可选择属肾的音阶如羽音,“3.6”(咪啦)。最佳曲目:《梅花三弄》。最佳欣赏时间为7:00—11:00。

结合中医五音五行原理,为康复疗养患者制定正确的音乐处方,在不同程度上缓解了康复患者的不适症状。音乐处方如:

催眠:《平湖秋月》、舒曼的《梦幻曲》、莫扎特的《催眠曲》、门德尔松的《仲夏夜之梦》

解抑郁:《喜洋洋》、《江南好》

除悲怆:海顿的《创世纪》、柴可夫斯基的《第六交响曲d小调——悲怆》、贝多芬的《第五交响c小调——命运》

振作精神:《金蛇狂舞》、《步步高》

去烦躁:《梅花三弄》、《塞上曲》、《空山鸟语》

促进食欲:《花好月圆》、《青春舞曲》

降血压:《平湖秋月》、《雨打芭蕉》、《春江花月夜》、《姑苏行》。

(上接第88页)

有学者认为忧思日久会伤及肝气,导致经络涩滞不畅,形成乳腺结节^[4]。古代医家对于乳癖的病因病机具有相似的认识,认为肝郁气滞是形成乳癖的病因之首,因此治法上应当辨证施治、疏肝理气、整体把握。推拿是中医传统特色疗法,属于非药物治疗方法,操作简单安全可靠,在诸多疾病中都显示出显著疗效。经络推拿以中医经络腧穴理论为指导,运用规范的手法在患者身体某些部位进行治疗从而达到调整身体状况的目的^[5]。该法对穴位经络都具有刺激作用,借助手法的作用力刺激对乳腺组织按揉、点按等可以激发和推动乳腺局部的经气,改善乳房的血气运行,疏肝理气、舒络止痛。肝主疏泄,情志不遂就会肝气郁滞,经络推拿及穴位点按能够共同激发经气,疏通经络,针对乳腺增生的发病特点对症下药^[6]。我院所采用的推拿手法对膀胱经、督脉进行治疗,并点按肩井、天宗、肝俞等穴位,配合乳房及腹部按揉,可以有效行气疏肝、理气活血,缓解疼痛消散肿块。对于拒绝服用激素药物治疗和不宜、不愿接受手术治疗者,尤其适用该中医方法治疗,这也为广大患者提供了新的治疗选择。

综上所述,对肝郁气滞型乳腺增生症患者建议采用经络

推拿结合穴位点按方法治疗以获得理想疗效。

参考文献

- [1] 张玲玲,贾梦云,林文伟,等.推拿结合拔罐治疗肝郁气滞型乳腺增生症50例[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(61):156-157.
- [2] 黎金凤,王培,李敏,等.加减柴胡疏肝散结合推拿疗法对乳腺增生症患者疼痛及负性情绪的影响[J].贵州医药,2018,42(09):1105-1107.
- [3] 李晶晶,李丹丹.推拿联合外用药物治疗肝郁气滞型乳腺增生症的疗效及对患者E₂、P、PRL、LH的影响[J].新疆医科大学学报,2018,41(03):374-376+380.
- [4] 张宣,王兰英,王秀丽,等.中药内服联合芙蓉膏外敷治疗肝郁气滞型乳腺增生症50例[J].中医研究,2018,31(03):15-17.
- [5] 赵君平,魏芳,张惠娜,等.用膻中穴、身柱穴对刺疗法配合针罐疗法治疗乳腺增生症的效果研究[J].当代医药论丛,2017,15(23):199-201.
- [6] 叶丹.柴胡疏肝散合甘麦大枣汤加减治疗肝郁气滞型乳腺增生症的效果评价[J].中医临床研究,2017,9(32):97-99.