

DOI: 10.3969/j.issn.2096-6113.2023.02.013

引用格式:刘迎红,舒慧雅,钟秋雨,等. 阴阳调理灸治疗月经不调疗效观察[J]. 巴楚医学, 2023, 6(2):59-62.

阴阳调理灸治疗月经不调疗效观察

刘迎红 舒慧雅 钟秋雨 李曼非

(湖北中医药大学 针灸骨伤学院, 湖北 武汉 430061)

摘要: **目的:**探讨阴阳调理灸治疗月经不调的临床疗效。**方法:**选取2021年3月—2022年3月于湖北省中医院就诊的62例月经不调患者进行研究,采用随机数字表法分为观察组和对照组,每组各31例。对照组采用传统穴位艾灸治疗,观察组采用阴阳调理灸治疗。比较两组患者的治疗效果及中医症状评分。**结果:**治疗后观察组总有效率93.55%,高于对照组的74.19%,组间比较差异有统计学意义($P < 0.05$)。观察组治疗后痛经、小腹胀痛、腰骶酸痛、乳房胀痛的中医学症状积分均低于对照组(均 $P < 0.05$)。**结论:**阴阳调理灸治疗月经不调效果显著,可有效改善患者临床症状和体征。

关键词: 阴阳调理灸; 艾灸; 月经不调

中图分类号: R245.81

文献标志码: A

文章编号: 2096-6113(2023)02-0059-04

开放科学(资源服务)标识码(OSID):



Efficacy of Yin-Yang Regulating Moxibustion in the Treatment of Menstrual Disorders

Liu Yinghong Shu Huiya Zhong Qiuyu Li Manfei

(College of Acupuncture and Orthopedics, Hubei University of Chinese Medicine, Wuhan 430061, China)

Abstract Objective: To investigate the clinical efficacy of Yin-Yang regulating moxibustion in the treatment of menstrual disorders. **Methods:** A total of 62 patients with menstrual disorders in Hubei Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine from March 2021 to March 2022, were selected and divided into the observation group and the control group using the random number table method, with 31 cases in each group. Patients in the control group were treated with traditional acupuncture point moxibustion, and the observation group were treated with Yin-Yang regulating moxibustion. The therapeutic effects and traditional Chinese medicine (TCM) symptom scores were compared. **Results:** The total effective rate of the observation group was 93.55% after treatment, which was higher than that of the control group (74.19%), with significant difference between the two groups ($P < 0.05$). The TCM symptom scores of dysmenorrhea, abdominal pain, lumbosacral pain, breast pain in the observation group were all lower than those of the control group (all $P < 0.05$). **Conclusion:** Yin-Yang regulating moxibustion is effective in treating menstrual disorders and can effectively improve patients' clinical symptoms and physical signs.

Keywords menstrual disorders; Yin-Yang regulating moxibustion; moxibustion

月经不调是妇科最常见的疾病之一,以月经周期、经期紊乱,出血量异常为主要表现,在中医理论

中,月经先期、月经后期、经乱、月经过多、月经过少等均属于月经不调的范畴。致其发病的影响因素较多,

基金项目:国家自然科学基金项目(No: 30973809)

作者简介:刘迎红,女,硕士在读,主要从事针灸防治心脑血管病及神经系统疾病的研究。E-mail: 1577462037@qq.com

如情志失调、不规律的饮食起居、寒冷刺激等^[1-5]。目前西医治疗月经不调主要是采用激素类药物治^[6-7]，虽然能够改善患者的临床症状，但停药后容易复发，且激素类药物存在一定副作用，临床用药的安全性难以保证^[8-9]。艾灸属于中医传统的外治法，安全性较高，而阴阳调理灸是在传统艾灸基础上以阴阳学说为指导开创的中医特色治法，有温中祛湿、温经通络的疗效^[10]。本研究旨在探讨阴阳调理灸治疗月经不调的临床疗效，现报道如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

收集自2021年3月—2022年3月于湖北省中医院就诊的月经不调患者62例，采用随机数字表法分为观察组和对照组，每组各31例。本研究经湖北省中医院伦理研究委员会批准。

1.2 纳排标准

纳入标准：①年龄20~35岁，病程>6个月；②符合《中医妇科学》^[11]及《中药新药临床研究指导原则》^[12]中月经不调诊断标准；③可耐受相应治疗；④签署知情同意书。

排除标准：①因器质性改变或其他疾病、药物导致的月经不调者；②合并有其他血液或免疫系统疾病、恶性肿瘤等；③处于哺乳期内；④有精神疾患。

1.3 治疗方法

对照组患者采用传统穴位艾灸治疗，选用艾条分别于三阴交、足三里、关元穴位实行温和灸，每穴每次灸半小时，1次/周，经期禁灸，连续治疗6个月经周期。

观察组采用阴阳调理灸治疗。本研究中采用四种形式的阴阳调理灸，分别为培元固本灸、温中祛湿灸、温肾暖宫灸、健脾理气灸。以培元固本灸为例：嘱患者平卧，暴露施术部位，以神阙穴为中心平铺阴阳调理灸治疗巾，在以神阙穴为中心铺设半径为8cm、厚度围为3cm左右的新鲜姜末饼，在治疗巾底部放置温度计，在姜末上均匀铺设艾绒后开始施灸，治疗时间为40min。其他三种灸的施灸方法一样，只选穴部位不同，温中祛湿灸与温肾暖宫灸分别选取中脘穴、关元穴为中心，健脾理气灸则在双侧膈俞、魂门、胃仓、气海俞所围成的区域施灸，根据患者的舌脉及症候的不同而选取不同形式的阴阳调理灸。经期规律者，月经前10天左右施灸一次，经期不规律者则月经后15天左右施灸一次，经期禁灸，连续治疗6个月经周期。

1.4 观察指标及判定标准

参照《中药新药临床研究指导原则》^[12]，分别对比两组临床疗效及治疗前后中医症状积分进行观察。临床疗效判定标准：痊愈：月经周期、经期、经量均恢复正常，其他临床症状和体征消失，随访后无复发；显效：月经周期、经期经量等基本恢复正常，临床症状较前明显减轻；有效：月经周期、经期、经量等较前稍有改善，但未恢复至正常水平，其他临床症状略有缓解；无效：月经周期、经期、经量等无改善，其他症状无缓解。总有效率=(痊愈例数+显效例数+有效例数)/总例数×100%。中医症状积分，从痛经、小腹胀痛、腰骶酸痛、乳房胀痛这几个方面进行评估，按无、轻、中、重分别计0、2、4、6分，分值越高表明患者症状越重。

1.5 统计学方法

采用统计学软件SPSS 20.0对研究的全部数据进行处理。计量资料采用均数±标准差($\bar{x} \pm s$)表示，组间比较采用t检验；计数资料采用率或百分比表示，组间比较采用 χ^2 检验或Fisher确切概率法。 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者一般资料比较

两组患者的年龄、病程、婚姻状况、月经量、月经周期进行比较，差异均无统计学意义(均 $P > 0.05$)，详见表1。

表1 两组患者一般资料比较[$(\bar{x} \pm s)$, $n(\%)$]

项目	对照组 ($n=31$)	观察组 ($n=31$)	t/χ^2	P
年龄	29.31±2.67	28.18±2.49	1.723	0.090
病程	9.27±1.64	8.95±1.52	0.797	0.429
婚姻状况	已婚 22(70.97)	19(61.29)	0.648	0.421
	未婚 9(29.03)	12(38.71)		
月经量	正常 11(35.48)	14(45.16)	0.603	0.437
	异常 20(64.52)	17(54.84)		
月经周期	正常 5(16.13)	3(9.68)		0.707 ^a
	异常 26(83.87)	28(90.32)		

注：^aFisher确切概率法

2.2 两组患者临床治疗效果对比

治疗后观察组患者总有效率为93.55%，高于对照组的74.19%，组间比较差异有统计学意义($P < 0.05$)，详见表2。

表2 两组患者临床疗效对比[n(%)]

组别	痊愈	显效	有效	无效	总有效率
对照组 (n=31)	5(16.12)	10(32.26)	8(25.81)	8(25.81)	23(74.19)
观察组 (n=31)	10(32.26)	14(45.16)	5(16.13)	2(6.45)	29(93.55)
χ^2					4.292
P					0.038

2.3 两组患者治疗前后中医临床症状积分对比

治疗前两组患者的痛经、小腹胀痛、腰骶酸痛、乳房胀痛评分比较,差异均无统计学意义($P > 0.05$)。经治疗后两组患者的临床症状较前均有所改善,且观察组患者痛经、小腹胀痛、腰骶酸痛、乳房胀痛症状的缓解较对照组更明显,中医症状积分低于对照组(均 $P < 0.05$),详见表3。

表3 两组患者在治疗前后中医症状积分比较($\bar{x} \pm s$)

症状		对照组 (n=31)	观察组 (n=31)	t	P
痛经	治疗前	3.98±1.69	3.79±1.59	0.456	0.650
	治疗后	2.21±1.15	1.40±0.85	3.154	0.002
乳房胀痛	治疗前	3.96±1.65	4.01±1.72	0.117	0.907
	治疗后	2.14±1.12	1.41±0.89	2.841	0.006
小腹胀痛	治疗前	3.78±1.52	3.64±1.45	0.371	0.712
	治疗后	2.16±1.13	1.29±0.83	3.455	0.001
腰骶酸痛	治疗前	3.06±1.32	3.10±1.37	0.117	0.907
	治疗后	2.03±1.09	1.31±0.86	2.887	0.005

3 讨论

随着现代生活节奏的加快,月经不调的发病率越来越高,严重影响了女性的身心健康。本研究通过对比温和灸与阴阳调理灸治疗月经不调的临床疗效,发现两组患者中医症状积分较治疗前均有所降低,但观察组积分明显低于对照组,且阴阳调理灸的临床有效率为93.55%,高于传统穴位温和灸的74.19%。本研究结果表明,阴阳调理灸治疗月经不调可有效改善患者临床症状,疗效显著。

对于月经不调的认识,西医认为中枢神经系统和下丘脑-垂体-卵巢轴激素的反馈调节机制是维持女性月经周期正常的基础,任何影响中枢神经系统和激素分泌的因素都有可能导致月经不调,所以大都使用性激素药物补充治疗,根据患者的辨证分型补充相应激素,使患者体内激素水平维持平衡,从而达到治疗月经不调的效果。而中医则认为月经来潮是一个阴

阳消长的过程^[13],其形成主要与脏腑、冲脉、任脉及气血密切相关^[14-15],《素问》中有“女子二七而天癸至,任脉通,太冲脉盛,月事以时下”的记载^[16],认为脏腑功能失调,气血不和,直接或间接影响到冲任督带及胞宫,就会发生月经不调的现象。故中医治疗月经不调主要是围绕肾-天癸-冲任-胞宫轴来进行^[17],通过调节脏腑的功能^[18-19],从而调和气血,疏通经络,平衡阴阳,最终起到调治月经的效果。

灸法是一种常见的中医治疗手段,具有回阳通脉、温经通络、调理气血及祛寒逐湿等作用^[20-21]。阴阳调理灸是在传统穴位艾灸的基础上发展而来,它与传统穴位艾灸相比艾火更旺,温通力更强,艾火的温热效用能更好的渗透肌层,同时生姜的开窍作用可以帮助艾绒快速穿透皮肤直达穴位,最后通过穴位的吸收和经络的传导^[22]来发挥作用。整个灸疗过程是通过艾、药、经与穴的共同作用来达到治疗疾病、平衡机体阴阳的目的。

阴阳调理灸是以中医阴阳学说为理论指导,根据患者体质偏颇状态和病证来选取不同的施灸部位^[23]。本次研究中对于因虚而致月经不调者,选用培元固本灸以培元补虚,固本益气,选取神阙穴为中心进行施灸。神阙穴位于腹部正中,刺激腹部的穴位可激活神阙向四周及全身输布气血这一先天通路,先天通道和后天经络共同向周身输布气血,可以达到调和气血,培元固本的作用^[24]。湿重或中焦有寒湿者则采用温中祛湿灸以祛湿散寒,调理脾胃,中脘穴为胃之募穴,有和胃健脾、降逆利水之功,以此处为中心点施灸能健脾祛湿,通调冲任。偏寒证者则用温肾暖宫灸以温肾调经,暖宫祛瘀,关元穴在任脉之上,与胞宫相邻,以此为中心施灸,艾灸的温热和温通效用能直接作用于胞宫,亦能调理任脉气血,达到温肾暖宫,培元固本,补益元气的作用。对于因情志而导致月经不调者,多属于肝郁气滞导致的气血不通,选用健脾理气灸,膈俞穴理气宽中,魂门穴疏肝理气、降逆和胃,胃仓穴可理气和胃,气海俞可调和气血,此四穴均有理气作用,能疏导因肝郁而滞留不行的人体之气,气行则血行,血脉自通,在双侧膈俞、魂门、胃仓及气海俞所围成的区域进行阴阳调理灸,能达到理气调中、健脾和胃及温阳散寒的功效。

现代医学治疗月经不调的主要手段就是使用激素类药物,虽然短期内见效快,但长期服用临床副作用大,也会加重人体代谢负担^[25-26],而阴阳调理灸治疗则不会存在这些问题。另外,与其他中医疗法如中药、针刺等^[27-28]相比,阴阳调理灸在治疗月经不调时因其无创、无痛、舒适、便捷且施灸频次少而受广大患

者的喜爱。本研究通过对比温和灸与阴阳调理灸对月经不调的临床疗效,发现阴阳调理灸在治疗月经不调、改善患者痛经、小腹胀痛、腰骶酸痛及乳房胀痛等方面优于传统温和灸。综上所述,阴阳调理灸治疗月经不调临床效果显著,且在治疗过程中未出现不良反应,无毒副作用,安全性较高,值得临床推广运用。

参考文献:

[1] 刘云肖, 陈红月, 王健, 等. 逍遥散联合心理干预对高考月经不调患者激素水平的影响[J]. 中国药房, 2016, 27(5): 648-650.

[2] 邓琳雯, 周航, 杨翼. 论月经不调清补二法之食疗[J]. 成都中医药大学学报, 2022, 45(2): 25-29.

[3] 田笑新, 王国为, 王晓梅, 等. 徐世杰老师治疗月经不调的学术经验[J]. 时珍国医国药, 2021, 32(12): 3022-3024.

[4] 蔡惠燕. 浅论导致月经不调的原因及治疗研究[J]. 中国实用医药, 2021, 16(15): 176-178.

[5] 程辉. 分析引起月经不调的相关因素[J]. 中国医药指南, 2012, 10(30): 128-129.

[6] 党小利. 月经不调应用西医治疗的临床效果分析[J]. 临床医学研究与实践, 2016, 1(24): 68-69.

[7] 邓丽云. 桃红四物汤加减治疗月经不调的临床疗效[J]. 内蒙古中医药, 2019, 38(11): 53-54.

[8] 叶秋芳. 加味逐瘀止血汤联合穴位艾灸治疗气虚血瘀型月经不调的临床研究[J]. 中国实用医药, 2021, 16(14): 168-170.

[9] 金志道. 温经汤结合针灸治疗月经不调患者的临床效果[J]. 中国当代医药, 2022, 29(13): 126-129.

[10] 陈霞, 周仲瑜. 阴阳调理灸结合五音疗法治疗痰湿质腹型肥胖 42 例[J]. 中国针灸, 2022, 42(11): 1260-1262.

[11] 马宝璋, 杜惠兰. 中医妇科学[M]. 3 版. 上海: 上海科学技术出版社, 2018: 62-78.

[12] 郑筱萸. 中药新药临床研究指导原则: 试行[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2002: 239-243.

[13] 李晨辉, 吴永平, 谢芳, 等. 耳穴贴压联合针灸辅助激素治疗月经不调临床研究[J]. 陕西中医, 2020, 41(3): 387-389.

[14] 凌翠. 针刺配合温经汤治疗寒凝血阻型月经不调的疗效观察[J]. 内蒙古中医药, 2021, 40(7): 114-116.

[15] 廖春华, 罗菊兰. 辨证分型治疗月经不调临床观察[J]. 中国中医药现代远程教育, 2020, 18(2): 86-87.

[16] 金志道. 温经汤结合针灸治疗月经不调患者的临床效果[J]. 中国当代医药, 2022, 29(13): 126-129.

[17] 林琪明, 张伟. 浅议“肾-天癸-冲任-胞宫”生殖轴异常及玄府气液失调对围月经期哮喘病机及治疗的影响[J]. 时珍国医国药, 2020, 31(1): 150-152.

[18] 孙颖超, 于晓华, 孙风峙, 等. 张晶教授运用奇经八脉理论针刺治疗卵巢早衰经验[J]. 按摩与康复医学, 2022, 13(22): 77-80.

[19] 布外散·阿不都热合曼, 辛效毅. 辛效毅教授运用逍遥散治疗月经不调心得[J]. 新疆中医药, 2022, 40(1): 32-34.

[20] 曹嘉玲, 陈成妹, 凌冬兰, 等. 艾叶干姜粉熏洗对类风湿关节炎患者预后的影响[J]. 中西医结合护理(中英文), 2022, 8(5): 54-57.

[21] 张庆华, 黄立苹, 陈燕美. 电刺激联合艾灸预防人工流产术后宫腔粘连的临床观察[J]. 中国中医药科技, 2022, 29(5): 826-828.

[22] 杨琪琪. 阴阳调理灸联合耳穴压豆治疗围绝经期失眠的临床研究[D]. 武汉: 湖北中医药大学, 2022.

[23] 湖北省中医药学会, 湖北省针灸学会. 阴阳调理灸技术操作规范[J]. 湖北中医药大学学报, 2022, 24(5): 92-94.

[24] 赵秀芝, 郭杰, 包平. 灸疗神阙穴治疗肾阳虚月经不调 60 例临床效果观察[J]. 中国妇幼保健, 2007, 22(20): 2863-2864.

[25] 李艳锋, 李苗苗. 温经汤加减对月经不调患者疗效与病情复发的影响研究[J]. 贵州医药, 2020, 44(10): 1594-1595.

[26] 姬建军. 温经祛瘀汤治疗寒凝血阻型月经不调的临床疗效[J]. 内蒙古中医药, 2022, 41(2): 20-21.

[27] 江志扬. 温经汤加减治疗月经不调肾虚血瘀型临床观察[J]. 新中医, 2010, 42(10): 57-58.

[28] 杨丹红, 金肖青. 针灸治疗月经不调要穴案证[J]. 浙江中医杂志, 1996, 31(9): 421.

[收稿日期 2022-10-23]