

针灸疗法在消化系统疾病中的实践

马 昕

西吉县中医医院 宁夏 固原 756200

摘要: 针灸疗法作为中医传统疗法之一, 具有悠久的历史和丰富的实践经验。在消化系统疾病的治疗中, 针灸疗法通过刺激特定穴位, 调和脏腑功能、促进消化液分泌、调节肠道蠕动、缓解胃肠道炎症等, 展现出显著的临床疗效。本文旨在探讨针灸疗法在消化系统疾病中的实践应用, 分析其治疗机制和疗效, 以期为临床实践提供参考。

关键词: 针灸疗法; 消化系统疾病; 治疗机制

引言

消化系统疾病是全球范围内常见的疾病类型, 包括功能性消化不良、胃食管反流病、慢性胃炎、消化性溃疡、肠道易激综合征、慢性便秘等。西医治疗消化系统疾病多采用药物治疗, 但长期用药可能导致不良反应和药物依赖。针灸疗法作为一种非药物治疗手段, 具有独特的优势, 逐渐受到广泛关注。

1 理论基础

针灸疗法深深植根于中医的整体观与经络理论体系之中。中医理论强调人体是一个高度协调、相互依存的整体, 五脏六腑、四肢百骸通过错综复杂的经络网络紧密相连, 共同维持着机体的生理平衡与健康状态。消化系统作为人体重要的功能系统之一, 其病变往往不仅仅是局部问题, 而是与整体脏腑功能的失衡、气血运行的紊乱密切相关^[1]。针灸疗法正是基于这一理念, 通过精准定位并刺激经络上的特定穴位, 旨在调和脏腑、疏通经络、平衡气血, 从根本上纠正机体的失衡状态, 促进消化系统功能的恢复与和谐。

2 治疗方法

2.1 针刺疗法

针刺作为针灸疗法的核心组成部分, 其操作精细且富有技巧性。针灸医师会根据患者的具体病情, 结合中医辨证施治的原则, 精心选择并刺激相应的穴位。这些穴位多位于皮肤表层之下, 通过不同深度、角度和手法的针刺, 可以有效激发经络的传导作用, 调节脏腑功能, 促进气血流通。例如, 在消化系统疾病治疗中, 常选用足三里、中脘、内关等穴位, 以健脾和胃、行气止痛、调和气血, 从而缓解胃痛、腹胀、消化不良等症状。

2.2 灸法应用

灸法作为针灸疗法的另一重要分支, 主要通过燃烧艾叶或艾条产生的温热刺激作用于特定穴位, 以达到温通经络、散寒除湿、活血化瘀的目的。在消化系统疾病

的治疗中, 灸法常用于辅助治疗脾胃虚寒、寒湿内阻等证型。如通过温和灸或隔姜灸胃俞、脾俞等穴位, 可以有效温暖脾胃, 促进胃肠功能的恢复, 缓解因寒邪侵袭或脾胃虚弱引起的胃痛、腹泻等症状。此外, 灸法还能增强机体的免疫力, 促进炎症的消退和组织的修复, 为消化系统疾病的治疗提供有力的支持。

3 针灸疗法在消化系统疾病中的实践

3.1 功能性消化不良

功能性消化不良 (Functional Dyspepsia, 简称FD) 是一种慢性、复发性消化系统疾病, 其症状多样且复杂, 包括上腹部疼痛、餐后饱胀、早饱感、嗝气、恶心等, 严重影响了患者的日常生活质量。针灸疗法, 作为中医传统医学的重要组成部分, 近年来在FD的治疗中展现出了独特的优势和显著的疗效。

3.1.1 针灸治疗FD的理论基础

中医理论认为, FD的发生与脾胃功能失调、气机不畅、气血不和等因素密切相关。脾胃为后天之本, 主运化水谷精微, 脾胃功能失调则导致水谷不化, 气机阻滞, 从而引发一系列消化不良症状。针灸治疗FD主要通过刺激与脾胃相关的经络和穴位, 调和脾胃功能, 疏通经络, 行气止痛, 从而达到治疗目的。

3.1.2 针灸治疗FD的穴位选择与操作

(1) 足三里

位于小腿外侧, 犊鼻下3寸, 胫骨前嵴外1横指处。足三里是胃经的下合穴, 具有健脾和胃、行气止痛、扶正培元的功效。针灸师在操作时, 通常采用直刺法, 进针1-1.5寸, 以患者感到酸胀感为度, 留针20-30分钟。通过刺激足三里, 可以促进胃肠蠕动, 增强胃肠道的消化功能, 缓解FD患者的上腹部疼痛和饱胀感。

(2) 内关

位于前臂掌侧, 腕横纹上2寸, 掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。内关是心包经的络穴, 也是八脉交会穴之

一，具有宽胸理气、和胃降逆、宁心安神的作用。针灸师在操作时，采用斜刺法，进针0.5-1寸，以患者感到酸胀感并向上臂或胸部放射为度^[2]。刺激内关可以缓解FD患者的暖气、恶心等症状，同时改善患者的心理状态，缓解焦虑、抑郁等情绪。

(3) 中脘

位于上腹部，前正中线上，脐中上4寸。中脘是胃的募穴，也是任脉的重要穴位，具有和胃健脾、消食导滞、降逆止呕的功效。针灸师在操作时，采用直刺法，进针1-1.5寸，以患者感到酸胀感并向胃脘部扩散为度。针灸中脘可以直接作用于胃部，促进胃液的分泌和胃肠的蠕动，从而改善FD患者的消化不良症状。

3.1.3 针灸治疗FD的疗效评估与安全性

多项研究表明，针灸治疗FD可以显著改善患者的症状，提高生活质量。与药物治疗相比，针灸疗法具有副作用小、安全性高的特点。针灸治疗FD的疗程通常根据患者的具体情况而定，一般需要连续治疗数周至数月。在治疗过程中，针灸师会根据患者的症状变化调整穴位选择和刺激强度，以达到最佳的治疗效果。此外，针灸治疗FD还注重患者的个体差异和整体状况。针灸师在治疗前会详细了解患者的病史、症状、体质等情况，制定个性化的治疗方案。同时，针灸治疗还强调与患者的沟通和交流，关注患者的心理状态和情绪变化，为患者提供全面的身心治疗。

3.2 慢性胃炎

慢性胃炎，作为一种常见的胃黏膜慢性炎症性疾病，其症状表现多样，包括上腹部隐痛、胀满、恶心、呕吐、反酸、暖气等，严重时会影响患者的日常生活和工作。针灸疗法，作为中医传统医学的瑰宝，近年来在慢性胃炎的治疗中展现出了独特的优势和显著的疗效。

3.2.1 针灸治疗慢性胃炎的理论依据

中医认为，慢性胃炎的发生与脾胃功能失调、气血不和、湿热内蕴等因素有关。脾胃为后天之本，主运化水谷精微，脾胃功能失调则导致水谷不化，湿热内生，从而引发胃黏膜的炎症。针灸治疗慢性胃炎主要通过刺激与脾胃相关的经络和穴位，调和脾胃功能，疏通经络，行气活血，清热利湿，从而达到治疗目的。

3.2.2 针灸治疗慢性胃炎的穴位选择与操作

(1) 胃俞

位于背部，当第12胸椎棘突下，旁开1.5寸。胃俞是胃的背俞穴，具有和胃健脾、理气止痛的功效。针灸师在操作时，通常采用斜刺法，进针0.5-0.8寸，以患者感到酸胀感并向胃脘部传导为度。刺激胃俞可以调和胃腑功

能，缓解慢性胃炎患者的上腹部疼痛和胀满感。

(2) 脾俞

位于背部，当第11胸椎棘突下，旁开1.5寸。脾俞是脾的背俞穴，具有健脾和胃、利湿止泻的作用。针灸师在操作时，同样采用斜刺法，进针深度与胃俞相同。刺激脾俞可以增强脾胃的运化功能，促进水谷精微的吸收和利用，从而改善慢性胃炎患者的消化不良症状。

(3) 中脘

如前所述，中脘是胃的募穴，位于上腹部前正中线上，具有和胃健脾、消食导滞的功效。在慢性胃炎的治疗中，针灸师也会选取中脘进行刺激，以直接作用于胃部，促进胃液的分泌和胃肠的蠕动，改善胃黏膜的血液循环和炎症状况。

3.2.3 针灸治疗慢性胃炎的疗效评估

研究表明，针灸治疗慢性胃炎可以显著减轻患者的症状，如上腹部疼痛、胀满、恶心、呕吐等，同时改善胃黏膜的炎症状况，降低幽门螺杆菌的感染率。与单纯药物治疗相比，针灸联合药物治疗慢性胃炎的效果更为显著，可以缩短病程，提高治愈率。在针灸治疗过程中，针灸师会根据患者的具体病情和体质情况，制定个性化的治疗方案，并适时调整穴位选择和刺激强度。同时，针灸治疗还注重与患者的沟通和交流，关注患者的心理状态和情绪变化，为患者提供全面的身心治疗。

3.3 肠道易激综合征

肠道易激综合征 (Irritable Bowel Syndrome, IBS) 是一种功能性肠道疾病，以腹痛、腹部不适伴随排便习惯改变 (如腹泻、便秘或两者交替出现) 为主要症状，严重影响患者的生活质量。针灸疗法，作为中医传统医学的瑰宝，在治疗肠道易激综合征方面展现出了独特的优势和显著的疗效。

3.3.1 针灸治疗肠道易激综合征的理论依据

中医认为，肠道易激综合征的发生与脾胃功能失调、肝脾不和、肠道气机不畅等因素有关。脾胃为后天之本，主运化水谷精微；肝主疏泄，调畅气机。脾胃功能失调或肝脾不和，则肠道气机不畅，水谷不化，从而引发腹痛、腹泻或便秘等症状。针灸治疗肠道易激综合征主要通过刺激与脾胃、肝脏及肠道相关的经络和穴位，调和脾胃功能，疏肝理气，畅通肠道气机，从而达到治疗目的。

3.3.2 针灸治疗肠道易激综合征的穴位选择与操作

(1) 大肠俞

位于腰部，当第4腰椎棘突下，旁开1.5寸。大肠俞是大肠的背俞穴，具有调理肠道、止泻通便的功效。针灸

师在操作时,通常采用直刺法,进针0.8-1.2寸,以患者感到酸胀感并向腰骶部或腹部传导为度。刺激大肠俞可以调和肠道功能,缓解腹痛、腹泻或便秘等症状。

(2) 小肠俞

位于腰部,当第1骶椎棘突下,旁开1.5寸。小肠俞是小肠的背俞穴,具有清热利湿、调理肠道的作用。针灸师在操作时,同样采用直刺法,进针深度与大肠俞相似。刺激小肠俞可以促进肠道的蠕动和吸收功能,改善腹泻症状,同时缓解腹痛和腹部不适。

(3) 关元

位于下腹部,前正中线上,脐中下3寸。关元是任脉的重要穴位,具有培元固本、补益肝肾、调理肠道的功效。针灸师在操作时,采用直刺法,进针1-1.5寸,以患者感到酸胀感并向小腹部或会阴部传导为度。刺激关元可以增强脾胃的运化功能,促进水谷精微的吸收和利用,同时调和肠道气机,缓解肠道易激综合征的症状。

3.3.3 针灸治疗肠道易激综合征的疗效评估与优势

临床研究表明,针灸治疗肠道易激综合征可以显著缓解腹痛、腹泻或便秘等症状,改善肠道功能,降低复发率。与药物治疗相比,针灸疗法具有副作用小、安全性高、不易产生药物依赖性的特点。同时,针灸还能调节患者的心理状态,缓解焦虑、抑郁等情绪,对肠道易激综合征的治疗起到辅助作用^[3]。此外,针灸治疗肠道易激综合征还注重患者的个体差异和整体状况。针灸师在治疗前会详细了解患者的病史、症状、体质等情况,制定个性化的治疗方案。在治疗过程中,针灸师会根据患者的症状变化调整穴位选择和刺激强度,以达到最佳的治疗效果。

4 针灸疗法的治疗机制

针灸疗法作为中医传统医学的重要组成部分,在消化系统疾病的治疗中展现出了显著的疗效。其治疗机制主要涵盖以下几个方面,且各具特色,相互协同,共同促进疾病的康复。

4.1 调节神经内分泌系统,优化胃肠道功能

针灸通过精确刺激特定穴位,如足三里、中脘等,能够深刻影响神经内分泌系统的功能。这些穴位与胃肠道的神经调控网络紧密相连,刺激它们可以激发神经递质的释放,如胃动素、胃泌素等,进而调节胃肠道的动

力和分泌功能。具体而言,针灸可以促进胃酸的适度分泌,增强胃肠道的蠕动能力,从而有效改善消化功能,缓解消化不良、胃胀、胃痛等症状。

4.2 改善血液循环,加速组织修复与再生

针灸疗法还具有显著的改善血液循环作用。通过刺激相关穴位,针灸能够扩张血管,增加胃黏膜和肠道的血液供应。这种改善不仅有助于提升胃肠道的代谢活性,还能为损伤组织提供充足的营养和氧气,从而加速溃疡、炎症等损伤组织的修复和再生过程^[4]。这对于治疗胃溃疡、胃炎等黏膜损伤性疾病,以及促进肝炎等疾病的康复具有重要意义。

4.3 调节免疫系统,增强机体抵抗力

针灸在调节机体免疫功能方面也发挥着重要作用。研究表明,针灸能够刺激机体的免疫细胞,如T淋巴细胞、B淋巴细胞等,增强它们的活性和数量。同时,针灸还能调节免疫因子的分泌,如细胞因子、抗体等,从而提高机体对病原微生物的抵抗力。这种免疫调节效应用于治疗消化系统感染性疾病,如胆囊炎、肝炎等,具有显著的辅助治疗作用。通过增强机体的免疫功能,针灸能够帮助患者更好地抵御病原体的侵袭,促进疾病的康复。

结语

针灸疗法作为一种非药物治疗手段,在消化系统疾病治疗中具有显著的疗效和安全性。通过对特定穴位的刺激,针灸可以调整脾胃功能、疏通气机、清热解毒、活血化瘀,从而缓解症状、促进疾病康复。未来,随着科学研究的深入,针灸疗法在消化系统疾病治疗中的应用将更加广泛,为患者提供更多治疗选择。

参考文献

- [1]凌小丹,陈国忠,袁薇,等.针灸治疗消化系统疾病的临床研究进展[J].湖南中医杂志,2021,37(07):160-163.
- [2]陈铭海.针灸治疗功能性消化不良的临床效果[J].中国城乡企业卫生,2023,38(06):146-148.
- [3]张云,梁子茂,潘韦情,等.针灸为主治疗消化性溃疡研究进展[J].中国中医药现代远程教育,2024,22(09):169-171.
- [4]郭珊珊,傅心昊,张鑫,等.针灸治疗消化系统适宜病症的现代文献研究[J].中国中医基础医学杂志,2020,26(05):662-665.