

引用:刘丽晓,潘汉匀,廖炆,姚俊彦,曹珊,康翠英. 中医推拿、耳穴按压合五行音乐治疗儿童单纯性肥胖 61 例总结[J]. 湖南中医杂志,2020,36(4):8-10.

中医推拿、耳穴按压合五行音乐治疗 儿童单纯性肥胖 61 例总结

刘丽晓,潘汉匀,廖炆,姚俊彦,曹珊,康翠英

(上海市浦东医院,上海,201399)

[摘要] 目的:探讨中医推拿、耳穴按压及五行音乐治疗儿童单纯性肥胖的临床疗效。方法:选择我院中西医结合儿童保健专科门诊收治的单纯性肥胖儿童 100 例,根据家长意愿分为治疗组和对照组。对照组仅给患儿提供饮食指导,不进行其他任何干预;治疗组患儿在对照组的基础上给予中医推拿、耳穴按压及五行音乐联合治疗,5 d 为 1 个疗程,每个月治疗 2 个疗程,共治疗 3 个月。结果:总有效率治疗组为 93.44% (57/61),对照组为 64.10% (25/39),组间比较,差异有统计学意义 ($P < 0.05$);治疗组患儿体质量指数 (BMI) 干预 1、2、3 个月均较治疗前下降,差异均有统计学意义 ($P < 0.05$),且干预 2、3 个月后的 BMI 明显低于对照组,差异均有统计学意义 ($P < 0.05$);治疗组患儿肩胛下角部、腹部和髂嵴上部 3 个部位皮褶厚度明显小于治疗前,且与治疗后的对照组相比,差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。结论:中医推拿、耳穴按压联合五行音乐治疗儿童单纯性肥胖效果明显,可减轻患儿体质量,减少皮下脂肪,值得临床推广应用。

[关键词] 单纯性肥胖;儿童;中医推拿;耳穴按压;五行音乐

[中图分类号] R259.892 **[文献标识码]** A DOI:10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2020.04.003

Clinical effect of traditional Chinese medicine massage and auricular point pressing combined with five - element music in treatment of simple obesity in children: An analysis of 61 cases

LIU Lixiao, PAN Hanyun, LIAO Yang, YAO Junyan, CAO Shan, KANG Cuiying

(Shanghai Pudong Hospital, Shanghai 201399, China)

[Abstract] Objective: To investigate the clinical effect of traditional Chinese medicine (TCM) massage and auricular point pressing combined with five - element music in the treatment of simple obesity in children. Methods: A total of 100 children with simple obesity who were admitted to Department of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Therapy for Child Care in our hospital were enrolled and divided into treatment group and control group according to their parents' will. The children in the control group were given dietary guidance alone, and those in the treatment group were given TCM massage and auricular point pressing combined with five - element music in addition to the dietary guidance in the control group. Each course of treatment was 5 days, and the children were given two courses of treatment each month for 3 months. Results: There was a significant difference in overall response rate between the treatment group and the control group [93.44% (57/61) vs 64.10% (25/39), $P < 0.05$]. The treatment group had a significant reduction in body mass index (BMI) after 1, 2, and 3 months of intervention ($P < 0.05$), and the treatment group had a significantly lower BMI than the control group after 2 and 3 months of intervention ($P < 0.05$). The treatment group had significant reductions in the skinfold thickness at the subscapular angle, the abdomen, and the upper iliac crest after treatment, and there were significant differences in these indices between the two groups after treatment ($P < 0.05$). Conclusion: TCM massage and auricular point pressing combined with five - element music has a marked clinical effect in the treatment of simple obesity in children and can reduce body weight and subcutaneous fat, and therefore, it holds promise for clinical application.

[Keywords] simple obesity; child; traditional Chinese medicine massage; auricular point pressing; five - element music

随着人们饮食结构的变化,儿童功能性疾病发病率呈逐年上升趋势,肥胖儿童在儿科门诊和儿保门诊就诊的比例逐年增多。而肥胖对儿童身心健康及远期健康带来严重危害,尤其是在心血管、呼吸等方面易导致长期慢性的功能损伤,这种损伤可延续至成人期,增加高血压病、高脂血症以及其他心血管疾病的发生概率,影响儿童的日常生活和学习^[1]。目前,肥胖干预重点在于平衡膳食和运动,这也是改善肥胖的基础。此外,临床干预措施包括西药、中医疗法和手术治疗,西药存在较大的毒副作用,难以长期服用和坚持,手术更不是单纯性肥胖儿童治疗的首选^[2]。中医常用的治疗方式包括针灸、穴位埋线、推拿、中药等^[3],但尚无采用推拿、耳穴按压及五行音乐联合治疗儿童单纯性肥胖的研究报道。本文旨在探讨采用中医推拿、耳穴按压及五行音乐联合治疗儿童单纯性肥胖的临床效果,以期指导后期临床方案的选择和应用,现总结如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 选择2018年1月至2019年2月我院中西医结合儿童保健专科门诊收治的单纯性肥胖儿童100例。其中61名家长自愿接受中医外治法干预,作为治疗组;39名家长不接受中医外治法干预,作为对照组。治疗组中,男童37例,女童24例;年龄4~14岁,平均 (9.53 ± 2.37) 岁;体质指数(BMI): $17 \sim 26 \text{ kg/m}^2$,平均 $(23.64 \pm 2.06) \text{ kg/m}^2$ 。对照组中,男童23例,女童16例;年龄5~14岁,平均 (9.78 ± 2.09) 岁;BMI: $17 \sim 27 \text{ kg/m}^2$,平均 $(23.37 \pm 2.23) \text{ kg/m}^2$ 。2组一般资料比较,差异无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。本研究经我院伦理委员会审核通过。

1.2 诊断标准 参照《中国学龄儿童青少年超重、肥胖筛查体重指数值分类标准》^[4]中有关标准评定。单纯性肥胖即指超过同龄同性别儿童BMI值的95%者。

1.3 纳入标准 1)符合上述诊断标准;2)年龄 ≤ 15 岁;3)家长自愿接受本研究中中医外治法进行干预;4)患儿精神状态正常,依从性良好;5)入组前1个月未进行相关治疗;6)未纳入其他临床研究。

1.4 排除标准 1)不符合纳入标准;2)患有先天性疾病;3)病理性肥胖;4)正服用激素治疗;5)患有恶性疾病;6)依从性差,中途中断疗程;7)中途退出。

2 治疗方法

2.1 对照组 仅给患儿提供饮食指导。包括:节制进食量,避免高脂、高糖食物,指导家长记录饮食日记,规律作息,鼓励多食蔬果等。期间不进行其他任

何干预。

2.2 治疗组 在对照组的基础上给予中医推拿、耳穴按压合五行音乐疗法干预治疗。1)推拿。①推脊5~7遍,揉按两侧肾俞、脾俞各50次;②顺时针方向摩腹100次,后用两手拇指自患儿剑突处沿两肋下分推50次;③推按后承山100次。2)耳穴按压。取单侧耳穴,脾胃俱旺型选择饥点、大肠、小肠、胃、心、交感;肝郁气滞型选择口、肝、胆、神门、皮质下、内分泌;脾虚湿盛型选择脾、饥点、胃、膀胱、肾、三焦、肺、皮质下,每次取穴4~5个,每天按压3~5次,每次约5 min,3 d更换1次,双侧耳穴交替使用。3)五行音乐。在推拿治疗过程中循环播放《秋湖月夜》《鸟投林》《闲居吟》《马兰开花》《草木青青》《绿叶迎风》《步步高》《行街》等曲目。5 d为1个疗程,每个月治疗2个疗程,共治疗3个月。

3 疗效观察

3.1 观察指标 1)比较2组患儿的临床疗效;2)比较2组患儿干预前及干预1、2、3个月BMI的变化;3)比较2组患儿的皮褶厚度。测量部位与方法:部位选取上臂肱三头肌部、肩胛下角部、腹部和髂嵴上部,患儿在站立状态下,充分暴露上述部位,由同一组检测人员进行测量,工具采用卡钳,提起被测部位的皮肤和皮下组织,测量皮褶厚度,待指针停住后读数,以毫米为单位,连续测量3次取平均值^[5]。

3.2 疗效标准 参照《单纯性肥胖病的诊断及疗效评定标准》^[6]拟定。治愈:患儿症状和体征消失,BMI值恢复正常;显效:患儿症状和体征明显改善,体质质量降低5 kg或BMI值降低2个指数或以上,但未达体质质量正常水平;有效:患儿症状和体征有所改善,体质质量下降不足5 kg或BMI值下降,但不足2个指数;无效:未达有效标准或体质质量升高。

3.3 统计学方法 采用SPSS 22.0进行统计学数据处理。计量资料采用均数 $\pm$ 标准差($\bar{x} \pm s$)表示,组间比较采用独立样本 t 检验,组内不同时间点比较采用重复测量数据方差分析;计数资料以例数和百分率表示,采用 χ^2 检验。 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

3.4 治疗结果

3.4.1 2组综合疗效比较 临床总有效率治疗组为93.44%,对照组为64.10%,组间比较,差异有统计学意义。(见表1)

表1 2组综合疗效比较[例(%)]

组别	例数	治愈	显效	有效	无效	总有效
治疗组	61	17(27.87)	29(47.54)	11(18.03)	4(6.56)	57(93.44) ^a
对照组	39	0	6(15.38)	19(48.72)	14(35.90)	25(64.10)

注:与对照组比较,^a $P < 0.05$ 。

3.4.2 2组治疗前后 BMI 比较 治疗前,2组患儿 BMI 比较,差异无统计学意义;治疗后,治疗组患儿不同时间点 BMI 与治疗前比较,差异均有统计学意义;且治疗组患儿治疗 2、3 个月后 BMI 明显低于对照组,差异有统计学意义。(见表 2)

表 2 2 组治疗前后 BMI 比较($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	治疗前	治疗 1 个月	治疗 2 个月	治疗 3 个月	F 值	P 值
治疗组	61	23.64±2.06	23.07±2.29	22.34±1.97	21.67±1.58	6.808	0.002
对照组	39	23.37±2.23	23.41±2.35	23.59±2.07	23.55±2.14	2.432	0.458
t 值		0.328	-1.138	-2.290	-3.429		
P 值		0.743	0.258	0.024	0.001		

3.4.3 2 组治疗前后不同部位皮褶厚度比较 治疗后,治疗组的肩胛下角部、腹部、髂嵴上部 3 个部位皮褶厚度均小于治疗前,且与治疗后的对照组比较,差异均有统计学意义。(见表 3)

表 3 2 组治疗前后不同部位皮褶厚度比较($\bar{x} \pm s$, mm)

组别	例数	时间节点	上臂肱三头肌部	肩胛下角部	腹部	髂嵴上部
治疗组	61	治疗前	30.59±1.36	32.37±3.53	39.28±3.24	31.58±2.94
		治疗后	29.84±1.59	30.37±4.16 ^{ab}	37.49±2.93 ^{ab}	29.89±2.94 ^{ab}
对照组	39	治疗前	30.03±1.03	32.14±3.37	38.85±3.41	31.40±3.02
		治疗后	30.41±1.17	32.18±3.23	38.97±3.24	31.43±2.95

注:与本组治疗前比较,^a $P < 0.05$;与对照组治疗后比较,^b $P < 0.05$ 。

4 讨 论

儿童单纯性肥胖已成为目前社会广泛关注的问题之一,导致肥胖发生的因素除遗传因素外,与后天饮食关系密切^[7]。近年来,我国经济发展迅速,人们物质生活水平不断提高,高能量、高脂肪、高蛋白食品在儿童日常饮食中十分普遍,容易导致营养过剩和能量失衡,长期如此,剩余的热量则以脂肪形式存于体内,脂肪多度蓄积易导致代谢紊乱,形成肥胖,对儿童身体健康造成巨大威胁^[8]。研究显示,肥胖儿童体内胆固醇、三酰甘油以及脂质过氧化物均明显高于体质量正常的同龄儿,而脂质过氧化物可造成血管内皮损伤,增加动脉硬化的发生^[9];肥胖儿童由于体质量过重,加之缺乏运动,其心肺功能明显受限^[10];此外,肥胖可能导致患儿脑组织相对缺氧,影响患儿智力水平。研究显示,肥胖儿童脑部组织脂肪含量明显较高,易出现肥胖脑影响脑部神经发育^[11]。

单纯性肥胖属中医学“痰证”“水肿”等范畴,由饮食不节,长期进食肥甘厚味导致脾胃失健,三焦枢机不调,湿浊蓄积所致^[12]。所以,中医多以健脾化湿泻胃为治法,以针灸、推拿、耳穴埋线以及中药治疗为主,均取得较好的效果。本研究以推拿、耳穴按压以及五行音乐联合干预。推拿采用推脊,揉按肾俞、脾

俞,摩腹,推按后承山的方式,推脊调和阴阳,健脾和胃,揉按肾俞、脾俞以利湿升清、健脾和胃、利湿消肿,摩腹是调理脾胃常用手法,推按后承山舒筋活血,消食去湿。耳穴按压辨证取穴,起到健脾升阳、除湿祛瘀、利尿通便之功效。根据中医宫、商、角、徵、羽 5 种音阶调治疾病的理论,将五音归属五行,选择合适的音乐应用于患儿治疗中,通过音乐联系人体五脏与五志,使人体气机运化、平秘阴阳、调理气血,进而保持体内气机动态平衡,维护人体健康,起到治疗的作用^[13]。

本研究结果显示,治疗组患儿干预 1、2、3 个月后 BMI 呈下降趋势,组内不同时间点 BMI 变化具有显著差异,且治疗组患儿治疗 2、3 个月后 BMI 明显低于对照组;治疗后治疗组的肩胛下角部、腹部和髂嵴上部 3 部位皮褶厚度显著小于治疗前以及治疗后的对照组,提示推拿、耳穴按压联合五行音乐可有效减轻患儿体质量,改善患儿身体形态,临床效果明显,值得临床推广。

参考文献

- [1] 梁肖肖,黄娇艳,施汉平,等.上海市崇明区学龄前儿童单纯性肥胖流行病学调查[J].预防医学情报杂志,2019,35(2):189-193.
- [2] 陆文红.儿童单纯性肥胖症防治[J].中国保健营养,2017,27(6):1.
- [3] 姚婷,赵莹.加味二陈汤联合耳穴疗法治疗 60 例儿童单纯性肥胖病临床疗效观察[J].天津中医药,2019,36(2):145-147.
- [4] 中国肥胖问题工作组.中国学龄儿童青少年超重、肥胖筛查体重指数值分类标准[J].中华流行病学杂志,2004,25(2):97-102.
- [5] 杜文姬.6~9 岁骨龄男童体脂率测量方法的比较及公式推算[J].解剖学杂志,2016,39(4):494-497.
- [6] 危兆海,贾葆鹏.单纯性肥胖病的诊断及疗效评定标准[J].中国中西医结合杂志,1998,18(5):317.
- [7] 顾洪涛.儿童单纯性肥胖的病因、危害及其防治[J].中国医刊,2012,47(7):34-35.
- [8] 张勇,王朝晖.儿童单纯性肥胖研究进展[J].中国妇幼保健研究,2013,24(3):403-404,431.
- [9] 王明夏,贾丽红,翟玲玲,等.肥胖儿童脂肪组织内质网应激促动脉粥样硬化研究进展[J].中国医药导报,2018,15(32):24-27.
- [10] 周丽,汪军,刘敏.超重肥胖 6~7 岁儿童心脏形态功能指标分析[J].中国学校卫生,2018,39(3):425-428.
- [11] 李桂珍,赵忠文.单纯性肥胖儿童智力及个性的研究[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2015,15(a3):92,94.
- [12] 金婧婷,陈霞,卓越,等.中医外治法治疗脾虚湿阻型单纯性肥胖的临床研究进展[J].针灸临床杂志,2018,34(5):79-83.
- [13] 陈虹,李雪莉,向卉,等.音乐运动疗法联合集体午餐对单纯性肥胖儿童的效果观察[J].护理学报,2015,22(10):45-46.

(收稿日期:2019-07-11)