

DOI: 10.13703/j.0255-2930.20201121-k0003

中图分类号: R 246.6 文献标志码: A

和调督任法针刺治疗广泛性焦虑症 56 例*

陈英华¹, 孙 玮², 李俊峰², 孙兴华³, 秦瑞琦¹, 苗 悦¹, 吴 琳¹, 杨建宇⁴(¹黑龙江中医药大学附属第一医院针灸科, 哈尔滨 150040; ²黑龙江中医药大学研究生院; ³黑龙江中医药大学附属第二医院针灸科; ⁴光明中医杂志社)

[关键词] 广泛性焦虑症; 针刺; 和调督任

笔者运用和调督任针刺法治疗广泛性焦虑症患者 56 例, 现报道如下。

1 临床资料

56 例均为 2018 年 3 月至 2019 年 3 月于黑龙江中医药大学附属第一医院针灸科门诊就诊的广泛性焦虑症患者, 其中男 13 例, 女 43 例; 年龄最小 20 岁, 最大 72 岁, 平均 (41 ± 11) 岁; 病程最短 8 个月, 最长 16 个月, 平均 (13.4 ± 2.1) 个月。均符合《CCMD-3 中国精神障碍分类与诊断标准 (第三版)》^[1] 中广泛性焦虑症的诊断标准。

2 治疗方法

予和调督任针刺法治疗。取穴: 百会、神庭、宁神三穴 (位于印堂直上 1 寸, 目内眦直上平行于该穴两旁各 1 穴)、印堂、膻中、孙氏腹针“腹一区” (剑突下 0.5 寸及其左右旁开 0.5 寸处, 共 3 穴)、中脘、神门、内关、申脉、照海、太冲。操作: 患者取仰卧位, 穴位常规消毒, 采用 0.30 mm × 40 mm 一次性针灸针, 百会、神庭向后平刺 20 mm, 行捻转泻法; 宁神三穴均向后平刺 25 ~ 38 mm, 行小幅度捻转泻法; 印堂向上平刺 13 mm, 行捻转泻法; 膻中向上平刺 13 mm, 行捻转补法; 孙氏腹针“腹一区”向上平刺 13 mm, 进针时注意避免刺伤重要脏器, 提捏起皮肤予小幅度捻转补法, 不提插; 中脘向上平刺 38 mm, 行捻转补法; 神门、内关、申脉、照海、太冲均直刺 13 mm, 得气后申脉行捻转泻法, 照海行捻转补法, 余穴平补平泻。每 10 分钟行针 1 次, 每次 1 min, 留针 30 min。每日治疗 1 次, 6 次为一疗程, 疗程间休息 1 d, 治疗 4 个疗程后进行疗效评定。

3 结果

采用汉密尔顿焦虑量表 (Hamilton anxiety scale, HAMA) 评分, 参照文献 [2] 拟定疗效评定标准。痊愈: HAMA 评分指数 $\geq 75\%$, 计 28 例; 显效: $50\% \leq$ HAMA 评分指数 $< 75\%$, 计 19 例; 有效: $25\% \leq$ HAMA 评分指数 $< 50\%$, 计 4 例; 无效: HAMA 评分指数 $< 25\%$, 计 5 例, 总有效率为 91.1%。

HAMA 评分指数 = $[(\text{治疗前 HAMA 评分} - \text{治疗后 HAMA 评分}) \div \text{治疗前 HAMA 评分}] \times 100\%$ 。

4 体会

广泛性焦虑症属于中医学“郁证”等范畴, 与心、脾、肝、肾关系密切, 其基本病机为脏腑阴阳气血失调, 属阳盛阴衰、阴阳失交。治疗上当以和调阴阳、安神定志为原则, 采用和调督任针刺法。督脉总督诸阳经, 调节全身阳气和真元, 为阳脉之海; 任脉总任诸阴经, 调节全身阴气和精血, 为阴脉之海。本法从和调任督二脉入手, 在督脉穴行泻法, 任脉穴行补法, 使全身脏腑气血阴阳平衡, 达到“阴平阳秘, 精神乃治”的目的。百会、神庭、印堂有镇静安神、调理髓海之功; 神庭为神之所居处, 居庭则神安; 印堂调理督脉经气, 推动头部气血运行, 通调心肾、充盈髓海; 宁神三穴, 其中 1 穴在督脉上, 其部位相当于大脑额叶前部, 与百会、神庭、印堂共奏醒脑安神之效; 膻中为八会穴之气会, 有宽胸理气、舒畅心肺之功; 中脘为八会穴之腑会, 可调理脾胃、充盈气血; 孙氏腹针“腹一区”, 其中 1 穴在任脉上, 腹部全息理论中其部位相当于大脑的额极部, 对神志病有较好的治疗作用; 神门为心经原穴, 具有补心气、安神志之功; 内关为心包经络穴, 可宁心安神; 太冲为肝经输穴、原穴, 可调节气血、疏肝解郁、调理情志; 申脉、照海为八脉交会穴, 分别通于阳跷脉、阴跷脉, 泻申脉以泻阳跷脉之阳, 补照海以补阴跷脉之阴, 切中病机。和调督任针法采用迎随补泻及捻转补泻来泻阳经补阴经, 达到和调阴阳、安神定志的目的, 治疗广泛性焦虑症疗效肯定。

参考文献

- [1] 中华医学会精神科分会. CCMD-3 中国精神障碍分类与诊断标准 (第三版) [M]. 济南: 山东科学技术出版社, 2001: 106.
- [2] 刘二军, 张伟玲, 王建兵, 等. 针刺联合经颅微电流刺激治疗广泛性焦虑症: 随机对照研究 [J]. 中国针灸, 2020, 40(11): 1187-1190.

(收稿日期: 2020-11-21, 编辑: 李婧婷)

*国家自然科学基金项目: 82074530

第一作者: 陈英华, 教授. E-mail: chyh9000@163.com