



推拿治疗肠易激综合征的临床研究进展

李泽阳, 李瀚光, 倪志超, 李婉秋, 彭德忠^(通信作者*)

(成都中医药大学针灸推拿学院/第三附属医院, 四川 成都 610075)

摘要: 肠易激综合征 (irritable bowel syndrome, IBS) 是目前临床上常见的消化道疾病, 目前发病机制尚不明确。该病易反复, 无特效药物及治疗手段, 严重影响患者的生理心理健康及生活质量。目前中医治疗该疾病具有一定优势, 其中推拿手法治疗该病有诸多报道, 疗效明确, 具有简便、廉价、有效的特点, 深受广大人民喜爱。本文通过文献检索, 现就推拿及其联合治疗IBS作出如下综述。

关键词: 肠易激综合征; IBS; 推拿

中图分类号: R244.1

文献标识码: A

DOI: 10.3969/j.issn.1671-3141.2023.41.007

本文引用格式: 李泽阳, 李瀚光, 倪志超, 等. 推拿治疗肠易激综合征的临床研究进展[J]. 世界最新医学信息文摘, 2023, 23(41): 34-37.

0 引言

肠易激综合征 (irritable bowel syndrome, IBS) 是一种以腹痛腹胀及不适感、便秘或腹泻等排便习惯改变等为主要症状的非器质性消化道疾病, 可分为IBS便秘型(IBS-C)、IBS腹泻型(IBS-D)、IBS混合型(IBS-M)、IBS不定型(IBS-U)4个主要的亚型^[1]。IBS在亚洲国家的发病率为5%~10%^[2]。目前其发病原因尚未明确, 有研究表明可能与饮酒、食物过敏、早餐习惯、进食速度、周甜食频率、周辛辣饮食频率、周生冷饮食频率、周运动频率、焦虑、抑郁、周失眠频率等因素相关^[3]。由于其病因的复杂性, 患者的症状易反复发作, 又常伴有抑郁、焦虑、失眠等心理和躯体化症状, 严重影响患者的生活质量^[4]。目前IBS的治疗主要以缓解症状及改善生活质量为主, 其中前期调查显示以推拿按摩为代表的手法治疗是IBS患者偏爱选择的补充与替代疗法之一, 且能取得较好疗效^[5]。本文从推拿手法治疗肠易激综合征综述其临床研究进展。

1 中医病机

根据IBS的主要临床表现, 其病名可属于“泄泻”“便秘”“腹痛”范畴。其病位在

肠, 与脏腑中肝、脾(胃)、肾主要相关, 与肺、心次要相关^[1]。IBS初期通常因脾胃虚弱和(或)肝失疏泄起病, 因诸多原因导致脾失健运, 运化失司, 形成水湿、湿热、痰瘀、食积等病理产物, 阻滞气机, 进而导致肠道功能紊乱; 肝失疏泄, 横逆犯脾, 脾气不升则泄泻; 若腑气通降不利则腹痛、腹胀; 肠腑传导失司则便秘。而病久则致脾阳不足, 继则肾阳受累。进而脾肾阳虚、虚实夹杂。王怡超、顾非^[6]等通过总结曹仁发教授临床经验, 认为肠易激综合征有五个要点: 肝郁、脾虚、湿盛、火旺、阳虚。五者可相互影响, 相互夹杂。其首要在于调肝脾, 次者兼心肾。治则为散、化、升、降、补。故针对不同证型不同阶段的疾病状态, 因采用不同的推拿手法治疗。

2 机制研究

IBS的发生机制因较为复杂目前尚未彻底研究清楚, 目前现代医学认为其与脑肠互动信号异常、内脏敏感性增高、肠道动力功能紊乱、精神情绪等多种因素有关。而随着对脑-肠轴得以进一步研究, 其被认为在IBS的发生发展中起到重要作用。脑-肠轴作为一个调节系统, 将胃肠道和大脑联系起来, 其信号传递是

双向的，可以互相影响。有研究认为^[7]脑肠间互动可能是通过分泌一些神经递质，在中枢神经系统与ENS以及胃肠道效应细胞间传递而实现，通常把胃肠和神经系统双重分布的肽类称为“脑肠肽”。王金贵、王艳国、孙庆^[8]等通过观察腹部推拿对新西兰白兔IBS模型的结肠组织脑肠肽的作用影响，认为腹部推拿可通过调节局部肠道内脑肠肽的功能来治疗IBS。临床研究发现大量IBS患者出现腹部不适如腹痛、腹胀等基础症状的同时，往往伴随着精神心理的异常，如失眠、烦躁、焦虑、抑郁等，而精神情绪状态的失常对IBS的发生同样有着诱发作用。更有研究表明，患者海马区BDNF会进一步诱发内脏敏感性，其表达与患者焦虑水平呈正相关^[9]。而推拿手法可以通过调节脑-肠轴，从而减轻患者腹痛腹泻并缓解患者心理和躯体化症状。

3 推拿手法治疗

3.1 腹部推拿治疗

陈勇^[10]等采用“疏肝行气，调神解郁”推拿法结合西药（马来酸曲美布汀片）治疗肝郁脾虚型IBS-D，以腹部推拿手法为主，对比单纯药物组，治疗组、对照组临床总有效率分别为91.2%、70.6%，治疗组、对照组复发率分别为6.7%、44.4%，认为推拿方法能增强马来酸曲美布汀片的治疗效果，协同发挥治疗肝郁脾虚证IBS的作用。且后期随访复发率明显降低，说明推拿联合西药的远期疗效优于单纯西药治疗；孙国政^[11]通过结合腹部及腰部推拿手法治疗便秘型IBS，对比西药治疗组（乳果糖）作为对照组，发现治疗组、对照组临床总有效率相近，差异无统计学意义（分别为96.43%、96.30%），但治疗组、对照组复发率分别为3.57%、14.82%，复发率低于后者，且在缓解腹痛、腹胀症状方面的症状积分改善优于缓泻剂乳果糖，可有效改善患者临床症状。证明腹

部推拿对于缓解IBS尤其是肝郁脾虚型的症状及降低复发率方面效果显著，且具有一定协同治疗效果，可作为推拿治疗中的主要手法。

3.2 脊柱推拿治疗

洪伟^[12]等以脊柱推拿手法为主，采用邵氏四指推法于患者督脉及两侧膀胱经，对病变部位视情况施子弹拨点法及脊柱整脊手法，辅以腹部推拿及点穴手法治疗长期西药口服治疗效果不佳者，总有效率97.6%。邢丽阳^[13]等采用夹脊穴指压法治疗，对比西药治疗组口服得舒特（匹维澳按片），治疗组、对照组临床总有效率分别为90.0%、50.0%，且经过临床经验统计认为IBS的发病可能与胸腰椎病变存在一定关系，而通过指压第11胸椎、第12胸椎和第1腰椎夹脊穴治疗IBS有显著疗效。故对于脊柱推拿治疗IBS则以松解及弹拨类手法刺激夹脊穴为主，且主要作用于下段胸椎及腰椎区域。

3.3 一指禅推拿治疗

连宝领^[14]等采用一指禅推拿手法治疗腹泻型IBS，以循经推拿腹部及背部穴位为主，对比西药（匹维澳铵+培菲康）作为对照组，治疗组、对照组临床总有效率分别为90.0%、56.0%，临床疗效差异有统计学意义。裴旭海^[15]以一指禅推拿手法为主治疗便秘型IBS，以一指禅手法施术于背部膀胱经及常规穴位，对比口服西药对照组，近期（2个月）治疗疗效对比差异无统计学意义，但远期（6个月）疗效优势明显，复发率远低于对照组。一指禅推拿作为推拿治疗IBS中的一种操作手法，对于患者体位的限制较小，可作为常规治疗疗程结束后长期防治IBS的推拿手法。

3.4 推拿结合针灸治疗

黄政德^[16]等采用以调理胸腰段脊柱为主的推拿疗法，结合针刺治疗总有效率达96.8%，对比单纯针刺治疗组（77.4%）及单纯推拿治疗组（71.0%）具有更好疗效，且两者可起到协同作用。付康^[17]等按手阳明大肠经-足阳明胃经-足太阴脾经的次序行经络推拿按摩术，加之针灸腧穴为治疗组治疗精神分裂症合并肠易

激综合征患者，对照组采用抗抑郁剂米氮平口服，经症状评定及心理状态评定后认为针灸联合推拿按摩手法对腹泻型IBS的症状康复效果更佳，心理康复效果与对照组皆取得很好的疗效，且治疗组产生的不良反应更少，安全性更高。综上说明推拿和针灸在治疗IBS中存在协同效应，两者联合使用可取得远超单一治疗方法的疗效。夏齐国，冯鑫鑫^[18]结合推拿及药饼灸用于治疗脾肾阳虚腹泻型肠易激综合征，并以腹痛作为主要评分标准，对比药物治疗组，发现其疗效更佳，且对于腹痛症状的改善较药物组更佳快速，然而在治疗结束后的疗效评估表示两组均不具持续控制腹痛的效果。说明该疗法也存在着一定的局限性，且治疗结束后患者症状的变化情况也可作为疗效标准之一，值得引起重视。

3.5 推拿结合中药治疗

李春娜^[19]采用痛泻要方合四君子汤加减联合推拿手法治疗腹泻型IBS具有协同作用，对比单一推拿手法治疗症状评分改善更为明显。钱雷^[20]采用推拿手法结合白术芍药散治疗腹泻型IBS，对比对照组仅服用白术芍药散，加予腹部及背部推拿手法，总有效率更高，且治疗期间阳性症状的改善及体征消失率较对照组更显著。魏辉辉^[21]以痛泻药方加减炼制精油行推拿手法，对比基础油推拿治疗组治疗肝郁脾虚型IBS-D，治疗组、对照组临床总有效率分别为90.32%、67.74%，具有更好的疗效。该方法为推拿治疗IBS提供更多的思路，除口服中药外，也可通过辨证使用中药方剂炼制的外用膏油取得更好的疗效。

3.6 复合手法

黄兆欣^[22]总结黄锦军教授治疗便秘型IBS的临床经验，以“开督脉，疏肝胆，运脾、通腑（重局部），通三焦”为施术纲领于全身行不同推拿手法，以此为治疗组，对比腹部推拿对照组，总有效率为分别为86.67%、73.33%。且症状评分改善更明显，认为其在改善患者

临床症状、提高疗效、减轻病情严重程度上具有显著优势。孙国政^[23]结合腹部、脊柱推拿手法，以泄法为主配合全身放松手法治疗便秘型IBS，对照乳果糖药物治疗组，两者有效率基本一致，且对于改变大便秘性状、排便次数的疗效对比上无统计学意义，但对于缓解腹痛腹胀的疗效对比上治疗组优于对照组，且随访90天推拿治疗组复发率远低于药物组。在治疗疗效上复合手法无疑能起到比单一手法更好的效果，但也需结合临床上人力及时间效益斟酌选用。

3.7 小儿推拿

刘亮晶，邓瑜^[24]等总结刘开运教授的“五经配伍”为主的清泻手法，结合常规小儿推拿手法辨证治疗小儿便秘型IBS，有效率达97.06%，证明对于治疗小儿便秘型IBS，推拿仍存在着较好的疗效。目前对于小儿推拿治疗IBS的国内临床研究较少，参考文献及临床报道均较为罕见。小儿推拿治疗便秘型及腹泻型IBS存在着一定的临床研究前景。

4 总结

就目前临床研究现状而言，对于IBS的机制研究仍尚不明确，而对于IBS的治疗尚无确切疗效的西医治疗手段，目前治疗方法也均以改善以腹痛、腹胀、腹泻或便秘为主要表现的躯体症状及心理症状为主。中医治疗手段对于躯体及心理症状均能起到一定效果，临床研究表明其中多种治疗方法对于治疗IBS-C、IBS-D都是行之有效的。其中推拿手法治疗IBS具有简便、廉价、副作用小等优点，深受广大人民群众喜爱。临床上推拿手法常与其他治疗手段相结合以发挥其协同作用，治疗作用部位通常选取腹部及腰背部施术，加以施治于特定穴位。通过辨证论治采用适宜的治法及治疗途径是目前主要治疗手段，其在缓解各种生理及心理方面的临床症状上有其独特的疗效，且经推拿治疗后后期复发率明显下降，远期治疗优势显著。

然而相较诸如针灸、中药方剂等手段,对于推拿治疗该病的临床研究缺少大样本的数据统计,且存在对于推拿治疗研究沿存的诸如难以量化操作手法、临床上难以复制疗效等问题。然而,随着科技发展及研究理论的进步,相信未来对于IBS的病因病机研究可以获得更多方位深入,为临床治疗带来新思路,也让推拿等中医治疗在治疗IBS时获得更好的疗效。

参考文献

- [1] 张声生,魏玮,杨俭勤.肠易激综合征中医诊疗专家共识意见(2017)[J].中医杂志,2017,58(18):1614-1620.
- [2] 余玮,金奕.中西医结合治疗腹泻型肠易激综合征研究进展[J].现代中医药,2017,37(02):89-92.
- [3] 赵文菊.肠易激综合征发病危险因素临床研究[D].皖南医学院,2021.
- [4] 石云舟,郑晖,陈敏,等.补充与替代疗法治疗肠易激综合征的研究进展[J].中国全科医学,2022,25(15):1807-1813.
- [5] 王雅琴,张瑞春.中医推拿对治疗肠易激综合征的疗效[J].世界最新医学信息文摘,2018,18(61):144+146.
- [6] 王怡超,顾非,李亚洲,等.曹仁发推拿治疗肠易激综合征临床经验探析[J].江苏中医药,2019,51(05):20-22.
- [7] 范志勇,赖洪康,袁佳,等.腹部推拿调控肠易激综合征的脑肠轴学说机制探讨[J].中国中西医结合消化杂志,2011,19(6):400-402.
- [8] 王金贵,王艳国,孙庆,等.摩腹法对肠易激综合征模型结肠组织脑肠肽表达的影响[J].天津中医药大学学报,2007,26(1):19-21.
- [9] 娄媛媛.基于脑-肠轴理论观察疏经通督手法治疗肝郁脾虚证腹泻型肠易激综合征的临床疗效[D].南京中医药大学,2021.
- [10] 陈勇,任成华,吴作琳,等.“疏肝理气,调神解郁”推拿法联合西药治疗腹泻型肠易激综合征疗效观察[J].亚太传统医药,2018,14(07):163-165.
- [11] 孙国政.推拿手法治疗便秘型肠易激综合征的临床疗效[J].医学信息,2020,33(13):164-165.
- [12] 洪伟.推拿手法治疗肠易激综合征42例[J].中外医学研究,2011,9(03):83.
- [13] 邢丽阳,屈留新,陈洪,等.指压夹脊穴治疗肠易激综合征临床观察[J].中国针灸,2013,33(08):739-742.
- [14] 连宝领,朱鼎成,萧枫.一指禅推拿手法治疗腹泻型肠易激综合征40例[J].上海中医药杂志,2011,45(03):60-61.
- [15] 裴旭海.推拿治疗便秘型肠易激综合征疗效观察[J].实用中医药杂志,2007,23(7):452-453.
- [16] 黄政德,梁立安,张维新.针刺推拿结合治疗肠易激综合征[J].中国针灸,2006(10):717-718.
- [17] 付康,严伟良,董莹盈,等.经络推拿+针灸腧穴治疗精神分裂症合并肠易激综合征患者的疗效观察[J].中国现代医生,2020,58(35):140-143.
- [18] 夏齐国,冯鑫鑫,黄建华,等.推拿配合药饼灸改善脾肾阳虚腹泻型肠易激综合征患者腹痛症状的临床观察[J].浙江中医杂志,2015,50(07):528-529.
- [19] 李春娜.痛泻要方合四君子汤加减联合推拿治疗腹泻型肠易激综合征51例临床观察[J].中国民族民间医药,2019,28(14):121-123.
- [20] 钱雷,时贞平,郭英球.推拿配合白术芍药散治疗腹泻型肠易激综合征53例[J].中医药导报,2010,16(10):63-64.
- [21] 魏辉辉.中药精油推拿治疗肝郁脾虚腹泻型肠易激综合征临床效果评价[J].基层医学论坛,2021,25(16):2350-2351.
- [22] 黄兆欣.和术推拿治疗便秘型肠易激综合征(肝郁气滞证)的临床研究[D].广西中医药大学,2021.
- [23] 孙国政.推拿手法治疗便秘型肠易激综合征的临床疗效[J].医学信息,2020,33(13):164-165.
- [24] 刘亮晶,邓瑜,李中正,等.湘西刘氏小儿推拿治疗小儿便秘型肠易激综合征的临床观察[J].按摩与康复医学,2017,8(19):39-40.