

中医外治法在儿童生长发育中的应用

王力宁, 孙克兴, 梁艺

基金项目: 2022 年国家自然科学基金项目(82260952); 王力宁全国名老中医药专家传承工作室建设项目(国中医药人教发[2022]75 号); 上海市卫生健康委员会、上海中医药管理局[ZY(2021-2023)-0206-08]、[ZY(2025-2027)-1-3-1]

作者单位: 530023 南宁, 广西中医药大学第一附属医院儿科(王力宁); 200120 上海, 上海交通大学附属上海市儿童医学中心(孙克兴); 530000 南宁, 广西国际壮医医院儿科(梁艺)

作者简介: 王力宁(1956-), 女, 教授、主任医师。研究方向: 中医药防治小儿反复呼吸道感染与体质偏颇相关疾病的研究

通信作者: 孙克兴, E-mail: rehababy@126.com

【摘要】 矮身材与偏矮身材归属于中医的“五迟”“五软”范畴, 中医学认为其病机为脾肾亏虚, 旁责于心肝。中医外治法是在中医学理论指导下独具特色的自然疗法、绿色疗法, 在辅助治疗矮身材与偏矮身材方面具有一定优势。本文综述了小儿推拿、针灸、穴位贴敷等中医外治对矮身材与偏矮身材儿童的调治方法及作用机制, 以期指导临床对矮身材儿童进行早期适时干预, 改善患儿脏腑功能, 促进小儿生长发育。

【关键词】 矮身材; 中医外治法; 针刺; 推拿; 儿童

doi:10.3969/j.issn.1674-3865.2024.05.005

【中图分类号】 R339.3+5 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1674-3865(2024)05-0384-04

Application of external treatment of Chinese medicine in children's growth and development

WANG Lining¹, SUN Kexing², LIANG Yi³

¹The First Affiliated Hospital of Guangxi University of Chinese Medicine, Nanning 530023, China;

²Shanghai Children's Medical Center Affiliated to the Shanghai Jiao Tong University, Shanghai 200120, China;

³Guangxi International Zhuang Medicine Hospital, Nanning 530000, China

Corresponding author: SUN Kexing, E-mail: rehababy@126.com

【Abstract】 Short stature and not-up-to-standard stature belong to the category of "Wu Chi" and "Wu Ruan" in Chinese medicine, and Chinese medicine believes that the pathogenesis of them is deficiency in the spleen and kidney, which gets the heart and liver involved. External treatment of Chinese medicine is a unique natural and green therapy under the guidance of Chinese medicine theory, which has certain advantages in the treatment of short stature and not-up-to-standard stature. This article summarizes the treatment methods such as massage, acupuncture, moxibustion and acupoint application, as well as the mechanism of external treatment of Chinese medicine for children with short stature and not-up-to-standard stature, with a view to guide the early and timely clinical intervention, improve the function of children's internal organs and promote their growth and development.

【Keywords】 Short stature; External treatment of Chinese medicine; Acupuncture; Massage; Child

矮身材与偏矮身材均归属于中医“五迟”“五软”范畴, 病位主要责之于脾肾, 肾为先天之本, 主骨生髓, 若先天肾气不足, 则筋骨无以充养, 生长发育迟缓; 脾为后天之本, 运化水谷精微, 若后天脾气不足, 则食物难以运化, 五脏失养, 影响小儿生长发育。其病机可主要概括为脾肾亏虚, 涉及心肝。中医外治法历史悠久, 在治疗矮身材与偏矮身材方面具有独特优势, 在辅助治疗方面有较好的效果。故本文拟

整理相关文献, 总结近年来中医外治法在矮身材与偏矮身材治疗中的应用情况, 以期为促进儿童生长发育提供参考。

1 推拿疗法

《幼科铁镜》中以“推拿代药赋”, 用药性比喻小儿推拿穴位, 通过体表的特定穴, 采用推拿的手法, 起到防病治病, 促进小儿生长发育的作用^[1]。在早产儿干预方面, 不仅可以加快早产儿的身高、体质量

生长速度,促进器官成熟,提升机体抗病能力,还有益智健脑的作用,有利于早产儿的智力发育^[2-3]。研究证实,小儿推拿可以提高血清血胃泌素和胰岛素水平,促进体质量增长^[4]。

1.1 特定穴推拿

小儿推拿促生长以健脾益气,补肾助长为原则,常用的小儿推拿特定穴位包括:推五经、内外八卦、运板门、横搓四横纹等。“五经穴”是代表五脏的特定穴,位于五手指指尖,补脾经,健脾和胃,调补气血。补肾经,补肾益精,疏通经络。补肝经,疏肝健脾,运行气血^[5]。运内外八卦穴具有平衡阴阳,运行气血的作用,从整体论治调节小儿全身功能^[6]。运板门、横搓四横纹,益脾扶阳,调整脏腑,补后天之本,促进小儿发育^[7]。

预防优于治疗,将小儿推拿应用于婴幼儿保健中,可采用推三关、清小肠经、清天河水、小天心等特定穴,配合捏脊疗法,能够调节脏腑功能,促进气血运行,激发脾胃功能,促进儿童生长发育。同时有效改善儿童偏颇体质,提高免疫力,减少疾病发生^[8]。

1.2 经络穴位推拿

肢体经络穴位推拿中,足三里可健脾和胃,补中益气;三阴交为肝、脾、肾三条阴经交会的穴位,可养肝、脾、肾,有助升气血,促进骨骼与肌肉的发育,有助长的作用^[9];躯干经络穴位推拿中腕穴为胃经的募穴,是胃气汇聚之处,专调脾胃,《循经》中写道“中腕,一切脾胃之疾,无所不疗”;天枢穴亦为大肠经的募穴,不仅是胃肠气机之枢纽,同时是腹泻和便秘双向调节之穴,按揉此穴可增强胃肠动力^[10];小儿脾常不足、肾常虚,且张景岳《类经图翼》中关于胃俞穴主治的描述:“主小儿羸瘦食少,不生肌肉。”横擦脾俞、胃俞、肾俞至热,可调补脾胃肾之气,助强脾胃肾,固本升阳。

身柱穴属督脉,督脉为“阳脉之海”,为督脉之脉气所发,位于上背部正中第三胸椎下,接近肺脏,通于脑髓,名为身柱,含有全身支柱之意。统领全身各条阳经,对身体的阳气有重要的调理作用。身柱有三个重要的儿童保健强身作用^[11]:第一,可健全神经系统功能;第二,有助于完善消化系统功能;第三,可防止呼吸系统疾患。督脉在人体背部,背为阳,为阳脉之海,该脉从尾骶沿脊柱正中直至百会穴,是全身运动之关键,该穴位统领诸阳,沟通脏腑内外,取该部位腧穴能调整气血平衡,贯通机体,振奋阳气。叩法是指五指微屈并齐,指尖靠拢,操作时以手腕带动肩、肘部叩击选定的经络、穴位,此法可以加强对穴位、经络的刺激,如鸟之雀啄,轻巧渗透,较针刺疼

痛感大大降低,患儿接受度高。因此叩身柱、督脉可通阳气,补虚损,扶正祛邪,促进生长发育的作用。

1.3 捏脊

捏脊可升阳补虚,调和气血,调和五脏,提高脏腑生理功能;具体选穴加减与次数,根据小儿证型和年龄调整。捏脊可显著提高社区儿童智能发育和体格发育,减少营养性疾病发生率,有利于其生长发育^[12]。

1.4 摩腹

摩腹是通过手法直接刺激腹部相应的经络、腧穴,可贯通全身上下气机,调节五脏六腑功能,强健脾胃。顺时针摩腹从按摩中脘至左天枢,然后气海、关元再至右天枢,最后回中脘,不仅可以运用手法来直接刺激“有形脏腑”,促进胃肠蠕动,加速胃肠排空,还可通过刺激经络腧穴激发“无形脏腑”,来调节脾胃的运化,疏通五脏六腑经络,行气、化源,该摩腹手法将有形和无形二者相结合,从而对整个机体有激发和调节的作用,可通和上下,去旧生新,充实五脏气血。有相关摩腹推拿对早产儿生长发育的干预研究证实,摩腹推拿对早产儿的体质量、身长、头围均有明显增长,促进早产儿早期生长发育^[3]。

2 针灸疗法

矮身材及偏矮身材病因复杂^[13]。临床研究显示,针灸可通过调节经脉,加强经气的推动和温煦能力,促进阳气的产生^[14],从而助阳化气,促进机体的生长发育。对于生长激素缺乏的矮身材及偏矮身材儿童,给予针灸治疗后,通过刺激生长激素分泌,促进软骨细胞的增殖和分化,从而提高骨骼的发育速度和质量^[15]。《灵枢·九针十二原》曰:“欲以微针通其经脉,调其血气,营其逆顺出入之会。”对针灸通过调节经脉气血运行,使经气升降出入汇聚功能正常的作用机制进行了精辟的阐述。

2.1 毫针刺刺

针刺经络腧穴可以促进体内经络运行,刺激神经系统功能,进而促进垂体分泌生长激素,对增加患儿身高具有积极作用。针对脾肾两虚型特发性矮小症的研究发现,针刺肾俞、脾俞、太溪、足三里、关元、百会、中脘、命门等穴位,诸穴合用,可达到扶阳助长的效果,能调节胰岛素样生长因子 1、食欲刺激素水平,改善患儿临床证候,促进矮小症患儿的身高增长^[16]。

2.2 刺四缝穴

刺四缝穴又称“截痞”,是治疗脾虚食积的一种方法,具有消食化积、健脾和胃的功效,源于《奇效良方》,是一种作为治疗营养不良的国际标准化经外奇穴。针刺四缝穴配合消积理脾法,对部分生长激素缺乏而且骨龄偏小的矮身材与偏矮身材儿童,可以改善

其胰岛素样生长因子的缺乏,促进生长速率,抑制治疗组儿童骨龄增长速率,且不会加速骨龄的愈合^[17]。

2.3 艾灸

艾叶具有温经、通腑的作用。灸法能充分发挥腧穴以及经络的调节作用。常用穴位中气海、关元可强身固元;足三里、三阴交能调理脾胃及活血;涌泉、肾俞以及太溪能滋补肾精;大杼、悬钟、膈俞均是骨、髓和血液的交会处^[18]。研究发现对气海、关元、足三里、三阴交、涌泉、肾俞、太溪、大杼、悬钟、膈俞施以灸法,可显著改善患儿胰岛素样生长因子水平,促进生长发育^[19]。

3 穴位贴敷

3.1 耳穴贴压

《黄帝内经·灵枢》云:“耳者,宗脉之所聚也。”耳是十二经络和三百六十五络脉的交会点。耳穴按压可以刺激人体相关的穴位及经络,促进人体下丘脑-生长激素-胰岛素样生长因子轴的功能,增强内脏的功能,使脑部垂体分泌生长素的功能得到提高,最终达到改善患儿身高的疗效^[20],进而治疗矮身材与偏矮身材儿童。研究发现,磁珠黏附于脾、肾、交感、垂体、内分泌、肾上腺、肝、神门等穴位,并给予一定的压力刺激,该方法可明显改善身年生长速率、胰岛素样生长因子 1 变化量,有效促进身高偏矮患儿的身高增长,促进胰岛素样生长因子 1 水平的升高,推动小儿的生长发育^[21]。

3.2 药物贴敷

药物穴位贴敷以中医经络学为理论基础,将药物研制成丸、散、膏等剂型,贴敷于穴位,结合药物与经穴共同作用优势,通过经络沟通脏腑,达到调和阴阳的生理特点^[22],是一种临床常用的可以实现疗效“1+1>2”的简易疗法^[23]。其中敷脐(神阙穴)为儿科穴位贴敷的常用穴位。中医最早的医典《黄帝内经》对脐与脏腑经络关系的论述,为脐疗奠定了坚实而明确的理论基础。国内现存最早的医药方书《五十二病方》中就有肚脐填药、敷药、涂药的记载,可谓开敷脐疗法运用之先河。脐,即神阙穴,中医学认为神阙为生命之根蒂,为真气所系,能调节人体诸经百脉,通调周身之经气。通过各经脉气血的运行,联系五脏六腑、四肢百骸、五官九窍、皮肉筋骨等组织器官。而且脐在胚胎发育过程中为腹壁的最后闭合处,与全身皮肤结构比较,表皮角质层最薄,且脐下无脂肪组织,皮肤筋膜直接相连,屏障功能最弱,故敏感度高,渗透力强,渗透性快,药物易于穿透、弥散而极易吸收^[24]。神阙穴内连五脏六腑,是人体气血运行的重要腧穴,为真气所系,能调节人体诸经百

脉,通调周身之经气。

“肾主发育、脾司营养”,通过辨证分型,将山楂、茯苓等贴敷于脾俞、中脘、关元、足三里穴,可补中益气、扶脾健运;将熟地黄、山药等贴敷于腰阳关、命门、肾俞、神阙穴,可温补肾阳,益肾填精;将白芥子、苦杏仁、甘遂等贴敷于大椎、身柱、肺俞穴,可促进患儿身高的增长,促进生长发育^[25]。针对脾肾两虚的特发性矮小症患儿,将苍术、木香、麦芽、肉桂、炒莱菔子等药物贴于神阙穴,可达到改善脾肾两虚的目的,有效提高患儿的年生长速率、骨龄,并上调血清胰岛素样生长因子结合蛋白 3 和胰岛素样生长因子 1 水平^[26]。

4 结语

中医外治疗法涵盖推拿、针灸、穴位贴敷等多种治疗手段,通过刺激人体经络腧穴,发挥调节脏腑气血,强筋助长,促进生长发育的作用。在临证诊疗中,应根据患儿的诊断、年龄、营养状况及家长意愿、经济水平等方面进行个体化治疗。当前临床试验数量及循证证据有限,中医外治法的长期疗效仍需进一步验证,未来需要加强全国多中心及高质量的临床研究。

参考文献

- [1] 肖侠,燕翔琳,章冰,等.推拿对正常儿童生长发育影响的系统评价[J].山东中医杂志,2020,39(8):801-808.
- [2] 黄承益,刘萍,廖品东.小儿推拿辅助治疗早产儿喂养不耐受 35 例临床观察[J].中医儿科杂志,2017,13(6):64-67.
- [3] 赵玮婷,杜兆辉,傅弦琴,等.摩腹推拿对早产儿生长发育的干预研究[J].上海医药,2017,38(16):36-38.
- [4] 曹静,钱培德,梁秋瑾,等.按摩治疗对早产儿体重增长及血浆胃泌素、胰岛素、生长抑素水平的影响[J].中国实用儿科杂志,2000,15(1):26-27.
- [5] 李凌云,吴钱红,李俊达,等.从五经辨证采用小儿推拿防治儿童矮身材[J].中医学报,2023,38(10):2240-2246.
- [6] 苗嘉芮.小儿内八卦穴的临床应用探析[J].中国民间疗法,2023,31(2):17-19.
- [7] 张锐,张汉臣.小儿推拿流派学术思想及技法特色介绍[J].中华中医药杂志,2017,32(2):502-504.
- [8] 罗萍妹,黄洁韵.小儿推拿在儿童保健中的临床应用效果[J].中国医药指南,2022,20(19):123-125.
- [9] 宋燕红,冯月媛,孙水杰.益肾健脾穴位按摩法对 6 个月婴幼儿生长发育情况的影响[J].中医临床研究,2021,13(16):59-61.
- [10] 赵可意,戴向楠,孙雅静,等.早期干预联合小儿推拿治疗发育落后合并喂养困难患儿的疗效观察[J].河北中医,2022,44(3):468-471.
- [11] 赵雪云.捏脊推拿联合健康教育对社区儿童生长发育水平的影响[J].中医外治杂志,2020,29(3):25-26.
- [12] 陈浩.小儿身柱灸的保健作用[J].中国针灸,2003,23(6):349-350.
- [13] 刘锋,杨雯轩,刘乾生,等.矮身材儿童中医治疗研究进展[J].中国中西医结合儿科学,2020,12(2):128-131.
- [14] 徐军.由“阳化气,阴成形”浅谈单纯性肥胖症的针灸治疗思路[J].中医临床研究,2022,14(22):65-66.