

亚健康状态中西医结合治疗 60 例疗效观察

魏巍

(昆明市经开人民医院, 云南昆明 650236)

[关键词] 亚健康; 中西医结合疗法; 疗效

[中图分类号] R2-031 [文献标识码] A [文章编号] 2095-610X (2014) 01-0120-02

亚健康状态是临床常见的一种病症, 近年来在我国的发病率有明显增加的趋势, 而且逐渐年轻化^[1]. 笔者于 2008 年 4 月至 2013 年 6 月采用中西医结合疗法治疗亚健康状态 60 例, 疗效满意, 现报道如下.

1 资料与方法

1.1 一般资料

120 例患者均来自门诊, 随机分为 2 组, 其中治疗组 60 例, 男 28 例, 女 32 例, 年龄 23~67 岁, 中医辨证为肝气郁结型 23 例, 心脾两虚型 12 例, 肝肾阴虚型 10 例, 肝郁化火型 15 例, 病程 1 个月~4 a; 对照组 60 例, 男 22 例, 女 38 例, 年龄 27~72 岁, 肝气郁结型 20 例, 心脾两虚型 16 例, 肝肾阴虚型 13 例, 肝郁化火型 11 例, 病程 1 个月~8 a. 经均衡性检验 2 组在年龄、性别、病程和分型方面无显著性差异, 具有可比性 ($P > 0.05$).

1.2 病例选择标准

由于亚健康状态西医目前尚无统一诊断标准, 所以所有病例均参照 2006 年中华中医药学会颁布的《亚健康中医临床指南》. 主要临床表现为神疲乏力、胸闷心悸、气短懒言、失眠健忘、腰膝酸痛、胸胁胀满、食少纳差、情绪低落、紧张焦虑、烦躁易怒等. 经病史采集、神经精神状态及影像、实验室检查, 均不符合现代医学有关疾病的临床或亚临床的诊断标准.

1.3 治疗方法

1.3.1 对照组 谷维素片口服每次 20 mg, 每日 3 次, 多种维生素片口服每次 2 片, 每日 3 次, 连服 15 d.

1.3.2 治疗组 在对照组用药基础上加服中药, 肝气郁结型用逍遥散加味, 药用柴胡、白芍、枳实、当归、郁金、茯苓、白术、薄荷、川楝子; 心脾两虚型用归脾汤随症加减, 药用党参、白术、黄芪、当归、炙甘草、茯神、炙远志、龙眼肉、酸枣仁、茯苓; 肝肾阴虚型用知柏地黄丸随症加减, 药用知母、黄柏、熟地、山药、山萸肉、茯苓、泽泻、丹皮、枸杞、菊花; 肝郁化火型用丹栀逍遥散随症加减, 药用丹皮、栀子、白芍、当归、柴胡、薄荷、郁金、菊花、夏枯草、刺棘力、龙胆草. 每日 1 剂水煎, 分 3 次服, 每次 150 mL, 连服 15 d 为 1 疗程, 2 个疗程后观察疗效.

1.3.3 疗效标准 参照《中医病证诊断疗效标准》^[2]. 有效: 主要症状消失, 其他症状减轻. 无效: 治疗 2 个疗程, 症状无改变.

1.4 统计学处理

采用 SPSS 统计软件进行数据处理分析, 计数资料采用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义.

2 结果

2.1 治疗组与对照组治疗效果比较

治疗组消除临床症状明显优于对照组 ($P < 0.05$), 治疗组总有效率明显高于对照组 ($P < 0.05$), 治疗组无效病例数少于对照组, 2 组相比差异有统计学意义 ($P < 0.05$), 95% CI 分别为 79.49%~96.24% 和 41.61%~67.88%, 见表 1.

2.2 典型病例

患者林某某, 女, 34 岁, 已婚, 工程师, 2011 年 3 月 22 日初诊. 自诉近半年来因工作繁忙, 渐感头晕乏力, 胸闷心慌, 夜间入睡困难, 多梦, 食欲不振, 心情烦躁易怒, 常与他人争吵, 曾

[作者简介] 魏巍 (1966~), 女, 云南昆明市人, 医学学士, 副主任医师, 主要从事中医临床工作.

做心电图、颈椎摄片、头颅CT等检查,均未发现异常,西医诊断为神经衰弱,予以谷维素、多种维生素等治疗.就诊时察其舌尖红,苔薄白,脉细弦而弱,中医辨证属心脾两虚,肝郁化热.治宜养血安神,疏肝清热.方用逍遥散合酸枣仁汤加减.处方:柴胡10g,白芍15g,当归15g,

茯神20g,白术15g,炒枣仁20g,炙远志10g,知母10g,黄连6g,丹皮10g,五味子10g,龙骨30g,香附10g,郁金10g,炙甘草10g,大枣5枚,连服5剂后,感症状明显减轻,继服上方7剂后主要症状消失.

表1 2组疗效比较

组别	n	有效	无效	总有效率 (%)	95%CI (%)
治疗组	60	54	6*	90.00*	79.49 ~ 96.24
对照组	60	33	27	55.00	41.61 ~ 67.88

与对照组比较, * $P < 0.05$.

3 讨论

亚健康是指人体处于健康和疾病之间的一种状态.处于亚健康状态者,不能达到健康的标准,表现为一定时间内的活力降低、功能和适应能力减退的症状,但不符合现代医学有关疾病的临床或亚临床诊断标准^[1].因其主诉症状、表现多种多样,且不固定,也被称为“不定陈述综合征”^[2].谷维素和多种维生素能够改善和调节植物神经功能,平衡内分泌,对药物干预亚健康状态有一定效果.中医认为“阴平阳秘,精神乃治”.正常情况下,人体阴阳气血、升降出入处于相对平衡状态,亚健康虽无病理改变,但从中医病机角度分析已有阴阳的偏盛偏衰,或气血失调等病理体质.根据中医“治未病”的观点,采用疏肝理气、益气养心、滋补肝肾、清肝解郁等药物改善病理体质,不仅可以调整

亚健康状态,还可以起到预防保健作用,阻断其向疾病转变^[3].经过临床观察,中西医结合治疗比单一使用西药治疗的有效率高,表明中西医结合是治疗亚健康状态的有效方法.

[参考文献]

- [1] 杨晓林. 医学生亚健康现状及相关因素分析[J]. 中国公共卫生, 2007, 23(3): 378.
- [2] 国家医药管理局. 中医病症诊断疗效标准[M]. 南京: 南京大学出版社, 1995: 31-37.
- [3] 中华中医药学会. 亚健康中医临床指南[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2006: 3.
- [4] 蔡菁菁, 黄志军, 袁洪. 亚健康诊断、评估、防治进展[J]. 实用预防医学, 2007, 14(2): 590.
- [5] 王琦. 调治亚健康状态是中医学在21世纪对人类的新贡献[J]. 北京中医药大学学报, 2001, 24(2): 4.

(2013-10-14 收稿)