

## MASTER'S THESIS

### 針灸治療肥胖症的文獻評價

林美歡

*Date of Award:*  
2012

[Link to publication](#)

#### **General rights**

Copyright and intellectual property rights for the publications made accessible in HKBU Scholars are retained by the authors and/or other copyright owners. In addition to the restrictions prescribed by the Copyright Ordinance of Hong Kong, all users and readers must also observe the following terms of use:

- Users may download and print one copy of any publication from HKBU Scholars for the purpose of private study or research
- Users cannot further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- To share publications in HKBU Scholars with others, users are welcome to freely distribute the permanent URL assigned to the publication

# 針灸治療肥胖症的文獻評價

林美歡

10431098

中醫學碩士學位課程

指導老師：倫新 教授

香港浸會大學

二零一二年六月

## 論文摘要

主題詞：針灸、針刺、中藥、肥胖症。

肥胖症是一種構成身體的組成成份當中，過度、過多的脂肪蓄積及分佈異常，而使體重增加，20%超過標準體重的病理狀態。近年研究表明，肥胖是由特定生化因子引起的一系列進食調控和能量代謝紊亂，能量攝入多於消耗以脂肪形式儲存於體內，體重超常所引致的一種慢性內分泌代謝性疾病，發病過程十分複雜。此症最早可追溯到《黃帝內經》。《內經》中以“肥貴人”稱之，而《素問》中有“年五十，體重，耳目不聰明矣”等描述。對其病名、病因、病機、治療方法等方面都有大量的資料記載。關於肥胖的治療方法，目前臨床主要以西醫治療為主，中醫藥治療為輔。西醫用藥主要從抑制食欲、增強能量消耗、阻止消化吸收、影響脂代謝、抑制胰島素分泌等五方面着手。中醫的治療方法主要有中藥及針灸治療。西藥治療肥胖見效雖快，但大多數減肥藥物都存在耐受性和依賴性，副作用較大，莫說成效與否。針灸治療本症方法很多，療效顯著可靠，它不僅能幫助患者擺脫肥胖的困擾，還能幫助患者避免服用藥物所帶來的毒副反應，因此廣受肥胖症患者的歡迎。另外，由於針灸治療該症的方法繁多，每種方法又各具特色，每個臨床醫生又有各自的一套方法，而且相關的文獻數量也很多，這些文獻欠缺歸納的方法，因此對臨床治療的循證方法的作用也不大。

目的：通過收集整理針灸為主治療肥胖症臨床研究文獻併運用循證醫學方法對所收集的 338 篇臨床研究文獻進行分析和評價。

方法：收集近 5 年關於針灸減肥臨床研究的文獻，用循證醫學的方法對所收集的文獻進行評價和分析，對其在疾病情況、科研設計方案、診斷納入及排除標準、選擇針灸方法及對照措施、療效評定標準等進行評價分析，為臨床實踐提供更可靠更確切的依據。

結論：最終從 216 篇文獻中有真正的隨機對照試驗為 51 篇(佔 15.09%);有明確減肥症之標準分為：亞洲成年人佔 51 篇、國家頒佈佔 92 篇、醫療界頒佈佔 21 篇；取穴方面，以足三裏、天樞、中腕、三陰交、豐隆為最佳選穴；而常用之方法，又分為針刺、耳穴、埋線等，再者針刺加耳穴佔總文獻 175 篇，比例 84.26%之高。

# 目錄

前言	1
第一部份 中醫治療肥胖症的近況	2
一. 中藥治療	2
1. 經方化裁	2
2. 辨證論治	2
3. 單味中藥	3
二. 針藥合用	3
三. 針灸治療	4
1. 體針療法	4
2. 艾灸療法	4
3. 耳穴療法	5
4. 穴位埋線療法	5
5. 火罐療法	6
6. 推拿法	6
第二部份 針灸治療肥胖症的臨床研究文獻分析	8
一. 資料和方法	8
1. 檢索策略	8
2. 文獻的納入標準	8
3. 文章的排除標準	9
4. 隨機對照試驗質量評價方法	9
5. 評價內容	10
二. 結果和分析	10
1. 文獻的一般情況分析	10
2. 隨機對照試驗方法學評價	10

3. 研究類型	12
4. 標準的評價	14
5. 樣本含量及估計	16
6. 疾病情況評價	17
7. 治療	17
8. 療程及療程間隔情況	20
9. 不良反應情況	20
三. 討論	20
1. 病因病機	20
2. 文獻研究	21
2.1 隨機對照試驗的方法學	21
2.2 組間基線資料	23
2.3 樣本量	23
2.4 疾病診斷及療效判定標準	23
2.5 納入和排除標準	24
2.6 療效及療程間隔情況	24
2.7 退出、脫離病例的分析	24
2.8 隨訪情況	24
2.9 不良反應及安全性評價	24
3. 常用腧穴及方法	25
4. 問題及對策	26
結語	27
參考文獻	28
附錄	34
表 1 隨機對照研究的方法學質量評價積分標準 Jadad 量表	34
表 2 隨機對照研究的方法學質量評價積分情況表	36