

小儿亚健康状态的中医药研究进展

张海英¹, 雷龙鸣²

(1. 广西中医药大学, 广西 南宁, 530001;

2. 广西中医药大学第一附属医院, 广西 南宁, 530023)

【关键词】 小儿; 亚健康; 中医药疗法; 综述; 学术性

【中图分类号】R272 【文献标识码】A DOI:10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2019.11.076

小儿亚健康是指小儿机体生理与心理虽未构成疾病诊断但又并非健康的第三状态, 表现为一定时间内的活力降低、功能减退。据报道, 我国 0~18 岁的儿童人口中, 75.31% 处于亚健康状态^[1]。小儿亚健康虽不具备现代医学有关疾病的临床或亚临床诊断标准, 但若长期处于亚健康状态则会严重影响小儿正常的生长发育, 甚至进一步发

展为疾病, 同时也给家长带来了极大的精神和经济负担。不同年龄段的小儿亚健康状态的主要表现也不全相同。1~6 岁小儿多表现为精神不振, 纳差, 易激惹, 反复外感, 形体消瘦, 便溏, 面色萎黄, 脘痞腹胀等症状, 学龄儿童和青春

期儿童还可多见注意力缺陷多动症, 甚至出现心理偏差, 表现为焦躁不安、急躁易怒、恐惧胆怯、记忆力下降、注意力不

第一作者: 张海英, 女, 2016 级硕士研究生, 研究方向: 针灸推拿在神经系统疾病康复中的应用

通讯作者: 雷龙鸣, 男, 医学博士, 主任医师, 教授, 硕士研究生导师, 研究方向: 颈肩腰腿痛的推拿治疗及亚健康的推拿调治, E-mail: leilongming@126.com

灵活选用。因此, 今后应加强对下法诊疗规律的探讨, 从而为提高临床疗效提供科学的理论依据及实验基础。在下法的运用中, 主要以承气汤类为主, 调胃承气汤是下燥屎为主, 大承气汤则以热结为主, 并可以兼有胃热伤津, 胃肠中有燥屎而气滞, 因而需要攻下腑实; 小承气汤则为大承气汤演变而来, 病情较大承气汤轻。从病情而言, 调胃承气汤属于邪盛, 病情相对较轻; 大承气汤邪气最盛而兼有津伤, 因而病情最重; 小承气汤则邪气不太盛, 病情最轻。

临床应用下法时应根据实际情况灵活运用, 严格掌握适应证、禁忌证及用量, 中病即止, 不能下之太过, 否则容易损伤正气, 导致水液丢失、电解质紊乱等, 甚至导致病情加重。

参考文献

- [1] 朱为坤. 温病下法特点及其源流探析[J]. 光明中医, 2017, 32(1): 14-17.
- [2] 艾军, 戴铭. 小儿温病学术渊源与创新思路[J]. 中华中医药杂志, 2016, 31(4): 1326-1328.
- [3] 黄子天, 刘小斌. 岭南温病学术源流[J]. 中华中医药杂志, 2015, 30(5): 1585-1588.
- [4] 陈烨文, 连建伟, 龚一萍. 论叶天士及《温病条辨》对乌梅丸方的发挥[J]. 中华中医药杂志, 2015, 30(5): 1607-1609.
- [5] 李蒙, 张培彤, 吴玖斌, 等. 试从温病营分证探析癌性发热的治法[J]. 中国肿瘤, 2015, 24(3): 218-222.
- [6] 陈鹏, 吴智兵, 曾征伦, 等. 浅析发热与汗出在温病发展过程中的关系[J]. 世界科学技术-中医药现代化, 2014, 16(9): 2031-2033.
- [7] 岳冬辉, 王键. 王乐旬论治温病特色浅析[J]. 中医杂志,

2014, 55(16): 1365-1367.

- [8] 于琦, 吴宇峰, 于河, 等. 明清以来温病中医治法及用药规律文献研究[J]. 中医杂志, 2014, 55(11): 967-971.
- [9] 朱平, 张学霞. 温病治疗中鲜药使用简析[J]. 中医杂志, 2013, 54(22): 1896-1899.
- [10] 于琦, 崔蒙, 李园白, 等. 基于文献研究的中医温病病因病机认识的时代变迁[J]. 中华中医药杂志, 2013, 28(8): 2245-2248.
- [11] 张灿理, 张鹤鸣. 温病的治疗法则[J]. 天津中医药大学学报, 2013, 32(2): 65-68.
- [12] 张宏宇, 李董男. 先秦两汉时期热病、伤寒和温病概念辨析[J]. 时珍国医国药, 2013, 24(5): 1204-1206.
- [13] 谷晓红, 于河. 浅谈对温病学误区的再认识[J]. 北京中医药大学学报, 2013, 36(3): 149-152.
- [14] 许家松. 《温病条辨》湿热类温病证治[J]. 中医杂志, 2013, 54(6): 522-525.
- [15] 吕林, 黄穗平. 彭子益基于圆运动的古中医学对温病的认识[J]. 中医杂志, 2013, 54(5): 449-450.
- [16] 张全会, 李净. 论温病下法的应用[J]. 中国中医药现代远程教育, 2012, 10(8): 105-107.
- [17] 魏勇军. 浅谈吴鞠通对阳明温病下法的临床应用[J]. 中国中医药现代远程教育, 2011, 9(20): 1.
- [18] 梁葆朱, 梁晓岚, 贾志新. 《温病条辨》论温病下法之特色[J]. 山西中医学院学报, 2010, 11(6): 6-8.
- [19] 李刘坤. 论吴鞠通温病下法运用原则与策略[J]. 北京中医药大学学报, 2009, 32(11): 729-732.
- [20] 朱善勇, 龚婕宁. 温病下法探析[J]. 甘肃中医学院学报, 2009, 26(2): 11-13.

(收稿日期: 2018-06-17)

能集中等症状^[2-4]。目前西医对小儿亚健康尚无有效的治疗手段,而中医学从治未病的角度诊疗亚健康独具优势,并取得了较大进展,现将近年中医学研究进展综述如下。

1 小儿亚健康状态的病因病机

中医学中并没有“小儿亚健康”的专门论述记载,而是根据体质因素、疾病诱因及证候不同归为“虚证”“体虚感冒”“厌食”“汗证”等范畴,认为其病机主要在于肺脾肾三脏的虚弱不足、卫外不固。正如明代万全《育婴家秘》所载:“小儿脾常不足”“肺常不足”“肾常虚”,指出了小儿的生理病理特点。李丽^[2]认为,造成小儿亚健康的病因主要有以下几个方面:一是脾胃不和,肠胃功能不好;二是处于“病瘥期”;三是反复使用多种抗生素药物;四是体质方面的原因。史华敬^[3]认为,小儿亚健康状态与小儿生理病理特点有关,认为小儿脏腑娇嫩,脾常不足,饮食不节,寒温不能自调是引起小儿亚健康状态的主要原因。王怡军^[4]将小儿亚健康的主要影响因素归纳为:饮食、起居、过早接触不适宜知识和信息、滥用药物、压力等。大部分学者认为小儿亚健康状态责之于脾,《素问·灵兰秘典论》曰:“脾胃者,仓廪之官。”脾主运化功能正常,机体消化吸收功能健全,则可提供足够的养料化生精、气、血、津液,使全身脏腑组织得到充分的濡养,以维持正常的脏腑机能。反之,若脾失健运,则机体的消化吸收功能因之失常,就会出现腹胀、便溏、食欲不振以致倦怠、消瘦等病理变化。同时脾胃薄弱,则土不生金,肺气常虚,肺气虚则易外感,易致肺系疾病;脾为后天之本,肾为先天之本,先天之精要发挥其生命力,必须依赖后天之精的资助,所以脾气不健,气血生化不足,肾精难充,直接影响小儿的生长发育。侯江红^[5]认为,小儿亚健康与小儿脾胃不和密切相关,并指出某些急慢性感染性疾病的后期因失于调治或长期反复应用抗生素、先天禀赋不足、饮食不节等均会导致脾胃不和、内生湿热,使脾胃升降功能失司,治疗应以调和脾胃为法。何清潮^[6]提出:“小儿亚健康以脾为本”,认为小儿正常的生长发育需要后天脾胃化生的精微之气以充养;病瘥期的恢复依赖脾胃的健运生化;先天不足的小儿更需要后天来调补。并主张在疾病治疗过程中,应慎用大苦大寒及峻下攻伐之品,以免损伤脾胃;在病瘥期,应注重调理脾胃,以利疾病恢复。王雪玲等^[7]认为,小儿常见病、多发病的根源多在脾胃,提出小儿“治未病”首当调护脾胃,并将调护脾胃贯穿于“治未病”中的“未病先防”“小病防变”及“病后调护”等方面,临床疗效颇佳。

2 辨证分型

《亚健康学》^[8]将亚健康证候分为 8 种,分别为肝气郁结、肝郁化火、肝郁脾虚、肝肾阴虚、心脾两虚、脾肺气虚、脾虚湿阻、痰热内扰证。徐荣谦等^[9]将儿童的身体状况分为健康、亚健康和疾病 3 种状态,并总结出了小儿常见的体质状态,包括健康儿童的平和质,以及儿童“亚健康状态”的偏肺虚、偏脾虚、偏肾虚、偏肝亢、偏阳热、偏阴虚、偏怯弱以及

特敏质等 8 种体质类型,其认为儿童体质辨识的重点是辨清“亚健康儿童”的体质,并与疾病状态的“证候”彻底区分开来,通过“纠偏”调理使亚健康状态的儿童恢复到健康状态。黄航宇^[10]认为,小儿体质的形成与小儿先天禀赋、喂养及起居、地域环境、疾病与治疗等因素有关,从阴阳气血的盛衰结合五脏禀赋划分总结出平和质、阴虚质、阳虚质、湿热质、特异质 5 种小儿体质类型以及各型的临床特征。

3 治疗方法

3.1 中药内服法 金铃等^[11]采用孙远岭教授经验运脾方治疗脾虚失运证营养缺乏性亚健康儿童,观察干预前后总进食量、体质量、尿 AMYL 等指标,结果显示运脾方(黄芪、当归、苍术、焦山楂等)干预后 12 周,受试者不仅食量、体质量明显增加,尿 AMYL 活性也明显提高,与干预前比较,差异有统计学意义,取得了良好疗效。刘霞等^[12]认为,哮喘缓解期患儿多处于亚健康状态,其体内伴有多种诱发因素,将受试者随机分为 2 组,治疗组采用玉屏风口服液合人参五味子汤加减治疗肺脾气虚证小儿支气管哮喘缓解期,与对照组采用布地奈德粉吸入治疗对比,结果治疗组治疗愈显率和总有效率均显著高于对照组,研究还发现玉屏风口服液合人参五味子汤加减治疗支气管哮喘缓解期肺脾气虚证不仅可以显著缓解临床症状,改善肺功能,还有助于提高机体免疫功能,取得良好的疗效。侯江红认为,小儿反复呼吸道感染属于小儿亚健康状态范畴,指出小儿反复呼吸道感染是亚健康状态脾胃不和的外在表现之一,认为治疗反复呼吸道感染重点应该放在呼吸道感染非急性期,以调理脾胃为主要原则来预防反复呼吸道感染的发生,治疗上以健脾和胃、消食清热为法,总结出治疗小儿亚健康状态的基础经验方:亚康颗粒(茯苓 1g,炒扁豆 1g,槟榔 1.5g,焦神曲 1g,炒牵牛子 1g,黄芩 1g,栀子 1g),临床上取得了满意的疗效^[13]。

3.2 推拿疗法 刘静等^[14]将 50 例亚健康患儿随机分为治疗组和对照组,对照组 25 例予西医综合干预,治疗组 25 例予三字经派小儿推拿,连续治疗 2 个疗程,观察临床症状、体质量、皮褶厚度、不良反应。结果显示治疗组优良 12 例,有效 11 例,无效 2 例,总有效率 92.00%;对照组优良 9 例,有效 8 例,无效 8 例,总有效率 68.00%;治疗组疗效优于对照组($P < 0.05$),体质量、皮褶厚度改善也优于对照组,取得满意的治疗效果。雷龙鸣等^[15]观察三字经小儿推拿法治调治 45 例小儿脾虚型亚健康状态的临床效果,治疗组予三字经小儿推拿手法治疗,对照组予以常规综合性干预措施及健康宣教。结果治疗组(推拿)45 例中,痊愈 6 例,显效 31 例,有效 8 例,无效 0 例;对照组 41 例中,痊愈 3 例,显效 17 例,有效 14 例,无效 7 例,推拿调治小儿脾虚型亚健康状态取得理想的临床疗效。王怡军^[16]研究发现小儿亚健康状态以肠胃功能紊乱为主要表现,与中医学“脾胃不和”密切关系,采用推拿手法调治脾胃不和型小儿亚健康,取穴:清补脾,清

胃,八卦,四横纹,捏脊,以“调脾和胃,消食清热”为治法,获得良好的临床疗效。

3.3 其他治疗 龙冬艳等^[17]采用内服开胃汤(西洋参、松苓、穿山龙、坝朵扁、莲子、芡实、嫩山楂、芹蜡花、嫩秀大、炒谷麦芽、使君子、神曲),外敷雷连散(胡黄连、雷档丢、槟榔、草人木、芒硝)的内服外敷的方法治疗50例厌食患儿,结果显示痊愈39例,显效8例,无效3例,取得了满意的临床疗效。陈煦^[18]认为,通过选择不同的穴位艾灸可以培补阳气,改善机能,增强小儿免疫力,提高抗病能力,起到良好的防病保健作用。陈浩^[19]认为,小儿艾灸身柱穴可以健全神经系统功能,有助于完善消化系统功能,防止呼吸系统疾患,对小儿健康起着良好的保护作用。

4 日常防护

郑明等^[20]结合中医学“治未病”的理论,将小儿亚健康的防治分为两个方面:一是未病先防:饮食上要节饮食,慎喂养;生活起居上既要起居有常,适当户外活动,也要注意避风远邪;情志方面要平淡虚无,忌外界刺激引起孩子情绪波动,并保持良好的心理适应能力。二是疾病防变,对疾病要及早就医,只可图于萌芽之先,不可施于大危之后。吕红^[21]结合小儿亚健康的主要形成原因,提出小儿亚健康防护应从均衡营养、良好的睡眠习惯、合理日光浴、体育运动、培养兴趣等5个方面进行日常调理。李丽^[2]认为,日常生活中注意以下几点可使孩子远离亚健康状态:一是生病慎用抗生素;二是病后缓缓调理;三是饮食不可过精;四是多进行户外活动。说明日常的健康护理对小儿亚健康也是至关重要的。

5 结 语

现代医学对亚健康的研究已经取得了一定的进展,对人类预防疾病,提高生活、生命质量及延年益寿等方面做出了很大的贡献。然而,目前大部分的亚健康研究仅限于成人亚健康,对儿童亚健康状态普遍关注较少,加之小儿自有的生理,使得处于亚健康状态的小儿症状表现更接近于疾病状态,也更容易演变为疾病,而目前现代医学尚无针对亚健康的理想疗法。中医学在几千年的发展形成了独特的理论体系,在亚健康的诊疗上独具优势,对亚健康的研究有了一定的进展,为调治小儿亚健康提供了更广阔的思路。由于小儿亚健康的研究刚刚起步,目前仍存在许多问题,如小儿亚健康的范畴不明确,亚健康状态病因病机尚未达成共识,诊断方面尚未形成统一的金标准,中医辨证分型不统一等,因此,规范小儿亚健康的诊治,促进中医的标准化研究仍是亟待解决的重大课题。

参考文献

- [1] 宋媛媛,汪珺. 儿童亚健康体质的食疗药膳调理举隅[J]. 教育教学论坛,2018,5(21):90-91.
- [2] 李丽. 小儿亚健康中医来调理[N]. 中国中医药报,2014-05-

01006.

- [3] 史华敬. 小儿亚健康调理“以脾为本”[J]. 陕西中医学院学报,2013,36(3):30-32.
- [4] 王怡军. 以“护未病”思想指导亚健康患儿的健康教育[C]//河南省护理学会. 2011年河南省儿科优质护理服务规范管理培训班及学术交流会议论文集. 郑州:河南省护理学会,2011:6.
- [5] 侯江红. 脾胃不和与小儿亚健康状态[J]. 中医杂志,2002,43(9):716-717.
- [6] 何清湖. 小儿亚健康以脾为本[C]//中华中医药学会亚健康分会、湖南省中医药学会、中和亚健康服务中心. 中华中医药学会亚健康分会换届选举暨“‘治未病’及亚健康防治论坛”论文集. 长沙:中华中医药学会亚健康分会、湖南省中医药学会、中和亚健康服务中心,2008:4.
- [7] 王雪玲,黄斌,许允佳. 许允佳“治未病”思想在小儿疾病防治中的应用[J]. 长春中医药大学学报,2018,34(3):470-473.
- [8] 孙涛,王天芬,武留学. 亚健康学[M]. 北京:中国中医药出版社,207:258-260.
- [9] 徐荣谦,曹森,程宁. 人体体态与儿童体质[J]. 中医儿科杂志,2017,13,(1):27-29.
- [10] 黄航宇. 试论中医小儿体质学说[J]. 陕西中医,2010,31(9):1191-1193.
- [11] 金铃,孙远岭,蒋雨蓉,等. 孙远岭教授采用运脾方早期干预营养缺乏性亚健康儿童尿淀粉酶的研究[J]. 中医药导报,2013,19(3):38-39.
- [12] 刘霞,王亚明,陈玲,等. 玉屏风口服液合人参五味子汤加减治疗小儿支气管哮喘缓解期肺脾气虚证的研究[J]. 现代中西医结合杂志,2017,26(32):3595-3597.
- [13] 刘晨菁,侯江红. 侯江红教授治疗小儿反复呼吸道感染的临证经验[J]. 中医临床研究,2015,7(4):82,84.
- [14] 刘静,丁鑫. 三字经派小儿推拿治疗小儿脾虚亚健康随机平行对照研究[J]. 实用中医内科杂志,2017,31(9):71-73.
- [15] 雷龙鸣,黄子娟,李燕燕,等. 三字经小儿推拿法调治小儿脾虚型亚健康状态45例[J]. 时珍国医国药,2016,27(1):129-131.
- [16] 王怡军. 中医推拿用于脾胃不和型小儿亚健康状态的防治[C]//河南省护理学会. 2014年河南省中医、中西医结合护理学术交流会论文集. 郑州:河南护理学会,2014:3.
- [17] 龙冬艳,龙运光. 伺中医药内服外敷治疗小儿厌食症50例[J]. 中国民族医药杂志,2008,29(6):38.
- [18] 陈煦. 艾灸法对儿童防病保健的作用[J]. 中国民间疗法,2013,21(9):51.
- [19] 陈浩. 小儿身柱灸的保健作用[J]. 中国针灸,2003,23(6):38-39.
- [20] 郑明,杨丽霞. 以“治未病”思想探讨小儿亚健康的防治[J]. 中国民族民间医药,2009(18):38-39.
- [21] 吕红. 浅析儿童亚健康状态的日常调理[J]. 中国卫生产业,2011,8(Z6):88.

(收稿日期:2018-10-04)