

分层针刺足三里得气点和针感探究

赵正恩, 汪玲

绵竹市人民医院康复医学科, 四川 绵竹 618200

[摘要] 目的: 探究足三里得气点个数和针感性质。方法: 将 30 例健康青年随机分为 3 组, 每组 10 人, 男女比例为 1:1, 分为浅层组、中层组、深层组。针刺足三里于不同深度研究该处是否得气和具有针感。结果: 各层均可得气, 但中层组较浅层、深层组针感更强。结论: 分层针刺足三里, 各层均可得气, 得气点针感具体感觉以胀、酸为主。

[关键词] 足三里; 分层; 针感; 得气

[中图分类号] R245 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2016) 08-0220-02

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2016.08.096

足三里是临床治疗腹部脏腑疾病的主要穴位, 也是常用的保健强壮穴位^[1]。在针灸治疗时, 要求得气而有效, 针灸针刺入人体后大多会产生针感, 有酸、胀、重、麻的感觉, 有时还有一定的循经感传现象^[2]。临床大量学者对穴位、得气、针感有一定研究, 对临床治疗起指导作用。《针灸学》中对足三里进针深度为 0.5~1.5 寸, 笔者将针刺入足三里的不同深度, 探讨得气点个数、针感性质。

1 临床资料

1.1 一般资料 选择近期经全面体检合格的健康青年人为研究对象。30 例健康人, 男女比例 1:1, 年龄 18~25 岁。

1.2 分组 按随机抽签方式分成 3 组, 分别为浅层组、中层组、深层组。其中男女比例为 1:1。

1.3 足三里定位 明代杨继洲《针灸大成》中叙述位于“膝下三寸, 行骨外廉大筋内宛中, 两筋肉分间”^[3]。临床常见取穴位置: 屈膝或平卧取穴, 在犊鼻下三寸。离胫骨前嵴外侧一横指, 当胫骨前肌上^[4]。

2 研究方法

采用 2 寸(0.35 mm×50 mm)、1.5 寸(40 mm)、1 寸(25 mm)华佗牌银质针灸针(江苏医疗用品厂有限公司)毫针管针, 针刺时垂直皮肤, 采用管针进针法。制作对应管针套管, 使针灸针减去塑料管的长度就是需要进针的长度。进针 1.5 寸、1 寸、0.5 寸的位置, 做捻转手法 30 s 观察是否得气和得气感觉。捻转以每次捻转角度为 120°~180°, 频率 60~80 次/min。每个受试者取单侧足三里针刺, 针刺 1 次, 观察记录各指标后试验结束。

3 观察指标与统计学方法

3.1 观察指标 参照美国麻省总院针灸试验针感记录表

(MASS)记录针感: 酸感、麻木、胀满、沉重、麻刺、压感、钝痛、冷感和热感。计分方法: 0 为无感觉, 1~3 分为轻度, 4~6 分为中度, 7~9 分为重度, 10 分最大可忍受或者是不可忍受针感。

3.2 统计学方法 所有数据均采用 SPSS19.00 软件。试验中主要采用非参数检验, 等级资料采用秩和检验 (Mann-Whitney U Test), 分类计数资料采用 χ^2 检验。

4 治疗结果

4.1 3 组针刺后针感情况比较 见表 1。3 组进行针刺后, 比较受试者局部得气个数、强度、性质。各层每次针刺均有胀感, 其次为酸感。中层各感觉的总和最多共 18 种, 浅层、深层分别是 15 种和 17 种。各层均可发生循经感传, 但所占比例较小, 只占总人数的 10.0%。各层都会产生疼痛, 但位置越深产生疼痛的人越多。

表 1 3 组针刺后针感情况比较 例

针感性质	浅层组	中层组	深层组
酸	2	5	3
麻	1	0	0
胀	10	10	10
痛	1	2	3
循经感传	1	1	1

4.2 3 组针感强度比较 见表 2。每次针刺都会产生针感, 各层从 0~7.5 分段比较, 差异无统计学意义 ($P>0.05$); 7.6~10.0 分段呈越深针感越强的趋势。在浅、中、深三层中, 浅层得气的分数较中、深两层小; 中、深两层在针感强度统计时, 其针感数值是一致的。

[收稿日期] 2016-02-20

[作者简介] 赵正恩 (1962-), 男, 副主任医师, 主要从事康复科临床工作。

[通讯作者] 汪玲, E-mail: wangcaroline@foxmail.com。

表2 3组针感强度比较

组别	0~2.5分	2.6~5.0分	5.1~7.5分	7.6~10.0分
浅层组	1	5	4	0
中层组	2	3	4	1
深层组	2	3	3	2

5 结论

研究中选取健康青年人,得气情况不同于病理状态下得气^[5]。受试者的体质、气血充盛关系到针刺是否得气,即是得气与神气活动状态有关^[6]。《标幽赋》曰:“轻滑慢而未来,沉涩紧而已至……气之至也,如鱼吞钩饵之沉浮,气未至也,如闲处幽堂之深邃。”研究中术者针下体会,与受试者是否得气进行比较。

本研究针刺足三里,可初步得出:足三里各层次均可得气,并三个得气点。得气点针感具体感觉以胀、酸为主。很少数会发生循经感传,中、深层的得气分数差异不大。但是从紧和松的针下手感来说,其中中层在针感的得气上更加容易得到。本试验也存在一些问題,如样本量过小、数据分析不完善等。笔者将在后期的工作中,日益完善。通过对穴位的得气

点层次部位及个数的探究,为更多的穴位针刺得气点以及可能的有效疗效提供基础研究。

[参考文献]

- [1] 楼新法,杨新东,蒋松鹤,等.足三里穴进针角度和深度的研究[J].中国针灸,2006,26(7):483-487.
- [2] 王春毅,赵红,谭涛.也谈得气与针感[J].陕西中医,2007,28(5):575-576.
- [3] 聂兵,党瑞山.足三里的应用基础研究[J].上海针灸杂志,2007,26(5):38-40.
- [4] 金宇.足三里现代医学研究[J].中国中医药现代远程教育,2011,9(1):50-51.
- [5] 林驰,王培,吴桂雯,等.初探得气对健康受试者体感诱发电位的影响[J].中华中医药杂志,2015,30(5):1651-1657.
- [6] 郝杰,朱江,张鹏,等.浅析《内经》《难经》后之著述在“得气”上的几点认识[J].针刺研究,2015,40(2):166-169.

(责任编辑:刘淑婷)

《新中医》杂志稿约(2016年)

《新中医》是由国家中医药管理局主管、广州中医药大学与中华中医药学会共同主办的国家级学术期刊,1969年创刊。标准刊号:ISSN 0256-7415, CN 44-1231/R,月刊,期刊代号:国内:46-38,国外:M186。根据国家的有关标准和科技期刊的编排规范,对来稿做出如下要求:一、征稿内容:本刊设有思路研究论著、名医研究论著、临床研究论著、针灸研究论著、实验研究论著、文献研究论著、养生研究论著、护理研究论著、医案感悟杂谈等专栏。二、来稿要求:主题鲜明,论点明确,论据充分,文字精炼,内容真实,资料可靠,数据准确,数据比较应做统计学处理。三、来稿格式:参照本刊格式。四、投稿方式:用电子邮件将稿件发往本编辑部投稿邮箱:139002863@qq.com。五、文责自负:作者如有侵权行为,本刊不负连带责任。署名人的顺序由作者决定。依照《著作权法》,本刊对文稿有修改权、删节权,修改稿未按时寄回视作自动撤稿。六、稿件采用:需与编辑部签订论文著作权转让书,并及时寄回《新中医》编辑部档案室。编辑部地址:广州市番禺区广州大学城外环东路232号广州中医药大学办公楼《新中医》编辑部。邮编:510006。电话:020-39359588。