

针刺治疗围绝经期抑郁症临床观察

何宇峰, 郭瑞兰, 何逸均

中山市中医院康复科, 广东 528400, 中国

【摘要】目的: 观察针刺治疗围绝经期抑郁症的临床疗效。**方法:** 将 60 例围绝经期抑郁症患者随机分为针刺组和对照组, 每组 30 例。针刺组采用薄氏腹针治疗, 对照组口服百忧解治疗。分别于治疗前后采用汉密尔顿抑郁量表(Hamilton Depression Scale, HAMD)和 Beck 抑郁量表(Beck Depression Inventory, BDI)进行评分, 以评价该疗法对本病的临床疗效。**结果:** 治疗后两组患者抑郁程度均有所减轻 ($P<0.05$), 两组总有效率及 BDI 评价差异无统计学意义。**结论:** 腹针治疗围绝经期抑郁症疗效与百忧解相当, 且无不良反应。

【关键词】 针刺疗法; 围绝经期综合征; 更年期综合征; 并发症; 抑郁症

围绝经期抑郁症是一种发生在女性围绝经期的常见精神障碍。患者常常发生生理和心理方面的改变。生理方面变化常在精神症状之前出现, 往往随着病情发展而加重, 严重影响了患者的工作和生活。笔者运用腹针疗法治疗本病, 分别于治疗前后采用汉密尔顿抑郁量表(Hamilton Depression Scale, HAMD)和 Beck 抑郁量表(Beck Depression Inventory, BDI)进行评分, 以评价该疗法对本病的临床疗效, 现报道如下。

1 临床资料

1.1 诊断标准

符合第三版《中国精神障碍分类与诊断标准》(Chinese Classification and Diagnostic Criteria of Mental Disorders, CCMD-3)中抑郁发作的诊断标准^[1], 并结合 21 项版 HAMD (前 17 项总分 >17 分)进行诊断^[2]。

患者以心境低落为主, 并有下列 9 项中的至少 4 项者: 兴趣丧失、无愉快感; 精力减退或疲乏感; 精神运动性迟滞或激越; 自我评价过低、自责, 或有内疚感; 联想困难或自觉思考能力下降; 反复出现想死的念头或有自杀、自伤行为; 睡眠障碍, 如失眠、早醒, 或睡眠过多; 食欲降低或体重明显减轻; 性欲减退。

1.2 排除标准

器质性精神障碍, 或精神活性物质和非成瘾性物质所致抑郁者; 患多器官衰竭、血友病等非针刺适应病证者。

1.3 一般资料

共收集 60 例女性围绝经期抑郁症患者, 均来自我院神经内科门诊。采用 PEMS3.1 产生的

随机数字将 60 例患者随机分为针刺组和对照组。针刺组 30 例, 年龄 45~59 岁, 平均 (51.8 ± 4.2) 岁; 病程 1~6 年, 平均 (30.6 ± 10.1) 月; 绝经者 21 例, 未绝经者 9 例(均月经紊乱)。对照组 30 例, 年龄 44~57 岁, 平均 (48.9 ± 3.8) 岁; 病程 1~7 年, 平均 (26.3 ± 9.6) 月; 绝经者 19 例, 均为自然绝经, 未绝经者 11 例(月经基本正常者 1 例, 月经紊乱者 10 例)。两组患者年龄、病程、绝经与未绝经人数经统计学处理, 差异无统计学意义($P>0.05$), 具有可比性。

2 治疗方法

2.1 针刺组

穴位: 引气归元(中脘、下脘、关元、气海), 气穴, 气旁(气海旁开 0.5 寸)^[3]。

操作: 采用直径 0.22 mm, 长 30-40 mm 一次性针灸针。针刺时先避开毛孔、血管, 然后严格按照腹针的三步针刺手法, 即进针后停留 3~5 min 候气; 3~5 min 后再捻转使局部产生针感、行气; 再隔 5 min 行针 1 次加强针感, 使之向四周扩散, 催气。留针 30 min, 每天 1 次。

2.2 对照组

口服百忧解 20 mg 每次, 每天 1 次。

两组患者均治疗 8 星期后观察疗效。

3 结果

3.1 疗效标准

两组患者治疗前、后均接受 HAMD 和 Beck 量表评分。以 HAMD 减分率进行疗效评定。

HAMD 减分率=(治疗前 HAMD 评分-治疗后 HAMD 评分)/治疗前 HAMD 评分 $\times$ 100%。

痊愈: HAMD 减分率 $\geq$ 75%。

显著进步: HAMD 减分率 $\geq$ 50%, 但 $<$ 75%。

进步: HAMD 减分率 $\geq$ 25%, 但 $<$ 49%。

无效: HAMD 减分率 $\leq$ 25%。

治疗后, 两组总有效率差异无统计学意义($P>0.05$), 见表 1。

表 1. 两组疗效比较 (例数)

组别	n	痊愈	显著进步	进步	无效	总有效率 (%)
针刺组	30	8	12	8	2	93.3
对照组	30	6	15	6	3	90.0

表 2. 两组 Beck 评分比较 (例数)

组别	n	时间	重度	中度	轻度	无抑郁或极轻微
针刺组	30	治疗前	9	12	9	0
		治疗后	1	3	9	17
对照组	30	治疗前	8	12	10	0
		治疗后	0	4	7	19

4 体会

围绝经期抑郁症属中医学“郁症”、“脏躁”、“百合病”等范畴, 其主要病因病机为肾虚, 并累及心、肝、脾。腹针疗法通过刺激腹部腧穴和一些特定的穴位, 调节内脏平衡, 使机体逐渐地处于稳定而达到治疗全身疾病的目的, 体现了中医学“治病必求其本”的辨证施治原则。笔者选用薄氏腹针的引气归元、气旁、气穴, 以调理气机, 达到治疗女性围绝经期抑郁症的目的。治疗效果经 HAMD 和 BDI 测评, 其疗效与百忧解相当, 但无不良反应。

参考文献

[1] Chinese Society of Psychiatry. Chinese Classification

根据患者病情的重度、中度、轻度、无抑郁或极轻微等不同程度进行 BDI 评分处理。治疗后, 两组 BDI 程度经秩和检验均较本组治疗前减轻($P<0.05$), 说明两组治疗后抑郁程度均有显著改善。但治疗后两组 Beck 评分比差异无统计学意义($P>0.05$), 说明两种治疗方案疗效相当, 见表 2。

and Diagnostic Criteria of Mental Disorders. 3rd Edition. Jinan: Shandong Science & Technology Press, 2001: 87-88.

[2] 王威, 金光虎, 李有田. 舒肝解郁饮配合针刺治疗抑郁症临床疗效观察. 辽宁中医杂志, 2007, 34(2): 164. 165.

[3] 薄智云. 腹针疗法. 北京: 中国科学技术出版社, 1999: 101.

作者简介: 何宇峰, 医师。E-mail: zsszyy@21cn.net