





现代名中医肥胖 治疗绝技

主 编	吴大真	王 炎	王凤岐
	黄明达	刘燕玲	王 雷
副主编	苏圣仁	王怡心	王玉娇
	宋春鑫	曾 辉	周渐云
编 委	杨志文	阮建萍	王 雪
	赵 为		

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

“ ”

目 录

王绣兰	按摩拔罐结合耳压治疗肥胖症	(1)
刘 瑾	从痰辨治肥胖症	(3)
许振伟	单纯性肥胖症验案 1 例	(5)
周云英	耳穴贴压加经络减肥仪治疗肥胖病	(7)
袁志荣	耳穴压丸治疗肥胖病	(9)
陈 红	肥胖病的辨证论治	(10)
张如品	耳穴压丸治疗肥胖症	(11)

宋秀珍	针刺治疗肥胖型Ⅱ型糖尿病	(41)
徐自力	中药配合耳穴埋线治疗肥胖病	(43)
俞娜珍	中医辨治单纯性肥胖症	(45)
林 影	综合治疗小儿单纯性肥胖症	(48)
陈 香	“温”、“补”并用治肥胖	(50)
彭同安	按摩配合耳穴埋线治疗肥胖症	(51)

-
-
- 刘承卫 妙用手法治疗肥胖病 (92)
- 李淑霞 妙用温胆汤加减治疗儿童单纯性肥胖症 (95)
- 周 虹 排毒清脂丸治疗单纯性肥胖症 (97)
- 刘荣先 清脂减肥散治疗高脂血肥胖症 (99)
- 陈东成 瘦身汤妙治肥胖症..... (100)

王梦文	针灸治疗单纯性肥胖症·····	(145)
汪惠敏	针灸治疗局部肥胖·····	(147)
邹 军	针药结合分型辨治肥胖病·····	(149)
宋和平	中西医结合治疗肥胖病·····	(151)
辛 昕	诸法并用综合治疗肥胖症·····	(153)
王睦蕊	综合疗法治疗单纯性肥胖症·····	(155)

刘志诚	针刺辨证治疗单纯性肥胖病·····	(200)
谌剑飞	针刺治疗痛性肥胖·····	(203)
徐洁	针药合用治疗单纯性肥胖症·····	(206)
刘喜英	中西医结合治疗肥胖闭经不孕·····	(208)
张润秋	中西医结合治疗小儿肥胖和厌食症·····	(210)

张 军	针药结合治疗单纯性肥胖症·····	(249)
张伏炎	针灸治疗肥胖症验案举隅·····	(251)
张国忠	针药并施治疗单纯性肥胖症·····	(253)
张中成	补泻结合针刺肥胖病·····	(255)
赵晨光	腰身变细汤治疗肥胖症·····	(257)
赵进甲	苗味中药及气功治疗肥胖症·····	(259)



按摩拔罐结合耳压治疗肥胖症

王绣兰医师(华北煤炭医学院附属医院,邮编:063000)以按摩拔罐结合耳压治疗肥胖症,疗效满意。

治疗方法:

(1)耳穴贴压取穴:主穴取内分泌、神门、饥点;配穴取肾、胃、

减肥治疗。经2个疗程治疗,体重下降12.5 kg,腹围下降12 cm,症状消失。随访半年体重没有回升。

【按语】 祖国医学认为耳并不是单纯孤立的听觉器官,而是一个整体,它与经络脏腑有密切的联系。通过按压耳穴可调节人体脏腑生理功能。十名糖尿病患者经上述方法治疗后,血糖均恢复正常。

刘 瑾

从痰辨治肥胖症

肥胖症是指体内脂肪组织绝对量增多或相对比例增高,又称肥胖或肥胖病。若无明显病因可寻,单纯由于营养过度或能量消耗过少造成的全身性脂肪过量积聚,为单纯性肥胖。刘瑾(浙江中

仁 30 g,甘草 3 g,水煎服。上方连服 30 剂,体重下降至 68 kg,头晕、倦怠、多梦、便溏、胃脘痞满等症状均消失。加枳壳 10 g,黄芪 20 g,再服 20 剂,体重下降至 63 kg,能正常工作。

【按语】 中医学将肥胖症患者称为“肥人”、“肥满”,多列属

许振伟

单纯性肥胖症验案 1 例

许振伟医师以启宫丸加减治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

【典型病案】 杨某,男,40岁。腹胀4年,加重伴胸闷,活动时呼吸困难2个月,饮食差,神疲乏力,形体肥胖,身高176 cm,体

荷叶、泽泻，脾肾阳虚者加用巴戟、仙灵脾，瘀血阻滞者重用川芎，加丹参、山楂。

周
云
英

耳穴贴压加经络减肥仪 治疗肥胖病

周云英医师(福州市鼓楼区中医院)用耳穴压药疗法加经络减肥仪局部按摩、理疗治疗女性单纯性肥胖病,疗效满意。

1. 诊断标准

周云英 副主任医师 北京中医药大学 博士 副主任医师

肪容易积聚的部位,用松紧带固定后根据每个患者最大的耐受能力,从小到大调节相应的强度,促使肌肉有节奏地收缩,促进血液循环,增加局部的脂肪代谢。每次治疗时间 60 分钟,每天 1 次,10 次为一疗程 第一疗程隔 5 天治疗一次 第二疗程 3 天治疗一次 一

袁志荣

耳穴压丸治疗肥胖病

肥胖病是现代社会的—种常见病与多发病。袁志荣医师以耳穴压丸治疗肥胖症,疗效满意。

1. 治疗方法

材料:王不留行籽,剪成0.5 cm×0.5 cm之胶布数块。

取穴:主穴 袖门 十肠 佰秘占 内分泌 二佳竿 配穴 肺

陈 红

肥胖病的辨证论治

人体生化与生理机能的改变,会引起体内脂肪积聚(脂肪细胞增多变大和细胞内脂质含量增加),导致形体肥胖。标准体重(kg) = [身高(cm) - 100] × 0.9,实际体重超过标准重量的 20% 以上,

经,胃为足阳明经,二者同居中焦互为表里,胃主受纳腐熟,脾主运化水谷,为胃行其津液。脾主升,胃主降;脾喜燥,胃喜润;升降互用,润燥相济,共同完成饮食摄入、吸收、消化和传输人体所需热量的生理功能,故李东垣曰:“脾胃旺,能食而肥。”

治疗原则：燥湿化痰、调理气血。

药用：胆南星、全瓜蒌、焦山楂、薏苡仁、莱菔子、陈皮、半夏、茯苓、枳实、赤小豆、丹参、王不留行。

(3) 痰热气虚型

临床表现：形体肥胖，颜面虚浮，口苦心烦，神疲嗜睡，自汗气短，尿短多，手足麻木，舌质淡红，苔黄腻，脉滑而弱。

张如明

肥胖病验案举隅

肥胖病系人体脂肪积聚过高所致。当进食的热量超过消耗热量,多余的物质主要转化为脂肪,储存于各组织及皮下形成肥胖,一般以超过正常体重 10% 为过重 超过 20% 以上者为肥胖

例 2 赵某,女,32 岁,干部。1993 年 5 月 23 日初诊。肥胖 4 年余,伴头晕、头痛、咽干、五心烦热,日食 0.7 kg,倦怠乏力。检查:对称性肥胖,体重 94 kg,身高 1.74 m,血压 16/12 kPa,皮肤色暗无紫纹,心肺(-),下肢轻度浮肿,舌苔薄黄,舌质暗紫,脉沉细。

罗 四 维

肥胖病治验

肥胖病是现代社会的一种常见病与多发病。近几年发病率明显提高,它既可诱发心脑血管病和代谢性疾病,又影响体态美观。罗四维副主任医师从肝郁、气滞、血瘀、痰阻辨治该病,疗效显著。

治疗药物：柴胡、枳实、香附、白芍、决明子等。

方义：柴胡“能振举清阳，则大气斡旋，而积滞自化”（《本草正义》），为疏肝利胆之要药，加决明子以清泄肝胆郁热，配香附、枳实、白芍使疏肝解郁之功更佳。

(3) 血瘀气滞

临床特点：形体肥胖，面色青紫，唇色紫暗，舌质紫暗，脉弦涩。

路,促使其从二便排泄出体外。泽泻最善渗泄水道,专能通利小便,正如《本草正义》言“唯其滑利,故可消痰。”现代药理研究证明,泽泻有阻止脂质在血内停留或渗透到动脉内壁的能力,以干扰胆固醇的吸收分解。同时又促使其从小便排泄出体外。而说明了能通

杨

学

肥胖不孕验案 2 例

杨学医师(山西省运城市人民医院, 邮编:044000)以傅氏加味补中益气汤辨证施治, 治疗肥胖及肥胖不孕症, 疗效满意。

【典型病案】

例 1 畅某, 女, 34 岁。1990 年 3 月 15 日来诊, 主诉: 婚前月

效。气短喘促,体倦无力,头昏嗜睡,睡着后流口水,稍多走动则心慌易饥,下肢浮肿,行走劳作困难。查心肝肾正常,二便皆少,脉沉细、白带多。杨氏辨证属脾虚湿盛而致肥胖。治以健脾运湿,药用黄芪 9 g、人参 9 g、柴胡 3 g、当归 10 g、白术 50 g、升麻 2 g、陈皮

郑英华

肥胖验案 1 例

郑英华医师以经验方三子养亲汤治疗肥胖病,疗效满意。

【典型病案】 韩某,男,69岁。1997年5月19日初诊。近几年来退休闲居,每日必饮酒两餐,并喜食肥甘,体重日增直至

李

分型辨治肥胖病

莹

肥胖是由于机体生理代谢机能改变导致脂肪组织积聚过多所致。肥胖者易患多种疾病,如心脑血管病、脂肪肝、高脂血症、葡萄糖不耐受症、糖尿病和高血压等。李莹(黑龙江省佳木斯市中心医

蛤蚧粉 60 g, 牵牛子 120 g, 黄柏 45 g。

使用方法: 上药共研细粉, 水泛为丸, 如小豆大, 每次服 10~20 丸, 饭后开水送下, 每日 3 次。

方解: 方中选用天南星、制半夏、白矾以燥湿化痰; 干姜温肺化饮; 牵牛子泻水逐饮; 蛤蚧粉化痰软坚, 清热利湿, 为治痰要药; 更

食多,心情舒畅,好逸少动均为诱发或增加肥胖的重要因素。李氏认为该病初起时年轻体壮应以实证论治;中年以上的肥胖症患者则以虚证为主,故治疗上宜攻补兼施,同时结合健康科学的生活方式,以中医辨证治疗而达到减肥的目的。

陈
守
平

蝮蛇抗栓酶治疗肥胖症

陈守平(北海心脑血管病防治所,邮编:536000)以蝮蛇抗栓酶治疗肥胖症,疗效满意。

治疗方法:

陈氏用蝮蛇抗栓酶 0.00025 U 做过敏试验。皮试阴性后,用

梁 贤 家

加味消核汤治疗女性肥胖症

“消核汤”是著名老中医朱良春用以治疗“乳癖(乳腺小叶增生症)”之经验方。梁贤家医师以加味消核汤治疗女性肥胖症,疗效满意。

治疗方法:

组成:“消核汤”原方加苍术、白芍、茯苓、泽泻、薏苡仁、冬瓜皮、

虚标实。病位在肝脾肾三脏,其本多为气虚,其标多为痰湿与瘀血。梁氏认为肥胖症不但气虚为其本,气滞亦为其本,尤其为肥胖轻症,或妇女肥胖症,“气滞”为本而治,疗效显著,治疗时间亦短。
其病定位也应在肝脾肾三脏为多 加味消痰逐瘀丹右疏肝解郁

于真健

千金老来瘦汤治疗老年性肥胖

于真健医师以经验方千金老来瘦汤治疗老年性肥胖病,疗效满意。

1. 病因病机

于氏认为肥胖的原因除与先天禀赋有关外,更与后天因素相关。在诸多因素中,饮食和运动居于首位。由于老年人生理机能

【按语】 于氏认为肥胖病临床证型多,症状复杂,虚中有实,实中有虚,虚实并见,寒热交错,多脏受累,故应着眼本质。他概括其病机为“肥人多痰湿”。痰湿阻滞,气血运行不畅是其主要病理变化。于氏处方用药的作用点是抑制体内脂肪的合成,促进体内

熊兆荣

轻身汤治疗单纯性肥胖症

熊兆荣医师(安徽省霍山县第二人民医院,邮编:237281)以经验方轻身汤治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 病因病机

熊氏认为单纯性肥胖症的早期 气而阴阳尚未产生明显失衡

72.8 kg,血清胆固醇 5.45 mmol/L,甘油三酯 1.03 mmol/L。复查:肝活检证明脂肪肝消失,一年半后询问无相关并发症发生。

戴
贻
超

清肝降脂散治疗肥胖病

戴贻超医师以经验方清肝降脂散治疗肥胖病,疗效满意。

1. 诊断标准

成人标准体重 = 身高(cm) - 105; 超过标准体重 20% 为肥胖病 超过 20% ~ 30% 为轻度肥胖 超过 30% - 50% 为中度肥胖 超

张
宽
智

祛痰化瘀软坚汤治疗肥胖闭经

张宽智医师(华北石油管理局总医院, 邮编:062552)以经验方祛痰化瘀软坚汤治疗女性肥胖闭经, 疗效满意。

张氏祛痰化瘀软坚汤组成: 姜半夏 陈皮 茯苓 当归 三棱 枳

诸症均除。后生一男婴,随访至今未复发。

【按语】 张氏认为女性肥胖闭经与肝有密切联系。肝主疏泄藏血又为血海,为女子先天之本。肝若疏泄失职,无力助五脏六腑化生精微,消化水谷,分别清浊,传送糟粕,加之过食肥甘厚味,湿

李
培
生

消瘦减肥丸治疗肥胖病

李培生医师(湖北中医学院, 邮编:430061)以经验方消瘦减肥丸治疗肥胖病, 疗效满意。

1. 病因病机

李氏认为肥胖病发病有内因、外因两种。内因多由于遗传, 上

服药方法：饭前每次吞服 10~20 g，每日 2~3 次，白开水送下。

【典型病案】 某女，30 多岁，曾住武汉市某大医院多日，诊断为脑垂体前叶增大症，服药无效，特来求治。患者出现肥胖病典型特征，每日体重以 0.5 kg 速度增长，月经尚好。李氏根据中医“怪

王
国
明

穴位埋线治疗单纯性肥胖症

单纯性肥胖症是当今社会的一种常见病、多发病,可加重全身各系统的负担,是多种慢性病发生、发展的直接因素,如高血压、冠心病等。王国民医师(河北省廊坊市中医医院针灸科 邮编:065000)

主要与脾胃、肝、肾相关,尤以脾胃失常为关键。李东垣认为“脾胃旺”的人能食而肥,《丹溪心法》进一步指出“肥人多湿痰”。故王氏治疗以调理脾胃、升清降浊为大法。穴取足阳明胃经天枢、丰隆,能引胃经之气上达于膈,行枢纽之升降作用,能执老清之,湿老利

曹 春

穴位埋线治疗肥胖症

曹春医师(长春市吉林市中心医院,邮编:132011)以穴位埋线法治疗肥胖症,疗效满意。

主穴:第1组取公孙、天枢、关元、三阴交。第2组取梁丘、足三里、气海、丰隆、大横。

配穴:脾经与胃经上肢穴 肝经与胆经四肢穴 大肠经与脾经上肢穴

汤 柯

针刺配合手法治疗肥胖症

汤柯医师(陕西省中医药研究院附属医院,邮编:710003)以针刺结合手法治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 针刺疗法

该法针刺以中脘、关元、带脉为基本穴,中脘、关元两穴长针深

(3)在足厥阴肝经的足内侧,由上而下做擦法。

(4)点按三阴交 1~2 分钟。

(5)在足少阴肾经的足内侧由上而下推擦 5 遍。

(6)以中脘、神阙、关元三穴分别为中心,先自下而上,顺时针急速不停地摩擦 2~3 分钟;再用较重的拿揉、擦振手法在脂肪堆

宋秀珍

针刺治疗肥胖型Ⅱ型糖尿病

宋秀珍医师以针刺治疗肥胖型Ⅱ型糖尿病,疗效满意。

1. 诊断标准

宋氏根据美国生产的Ⅱ型血糖仪检查确诊糖尿病,血糖值
7.2~15.9 mmol/L。根据首届全国中西医结合糖尿病研究学术

阳结谓之消”，内热潘灼真脏是其病机，治当滋阴清热、化痰湿。宋氏认为肥胖型Ⅱ型糖尿病病人除口渴多饮之外，多食欲亢进，而且患糖尿病之前已成肥胖。据调查，40岁以上的糖尿病患者，约2/3发病前体重超出正常范围10%以上。研究证明，细胞老化的细胞

徐自力

中药配合耳穴埋线治疗肥胖病

徐自力医师(河南大学医院,邮编:475001)以中药配合耳穴埋线治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 治疗方法

(1)耳穴埋线

工具及操作:常规消毒双侧所取耳穴,并用2%利多卡因皮下

【按语】 徐氏认为治疗肥胖病的耳穴埋线治疗虽与耳穴按压、耳穴埋针等原理相同,但有其独创之处。它既可以避免耳部贴胶布引起皮肤过敏及不美观,又可避免感染及时按压穴位之劳。
肥胖需要综合治疗 既要有效的方法 又要病人的积极配合

俞
娜
珍

中医辨治单纯性肥胖症

单纯性肥胖症是指脂肪积聚过多,当进食热量超过消耗量,多余的物质转化为脂肪,而脂肪又不能被充分利用,沉积人体各组织及皮下,致使体重超过标准体重20%以上的一种代谢性疾病。即

2. 气滞血瘀型

临床症状:形体肥胖,纳谷多,急躁易怒,腹胀胁痛,月经错后,色暗量少,大便秘结,舌暗瘀斑、苔薄,脉涩。

病因病机:多因肝郁发病,肝气郁结日久,疏泄不利,脏腑功能失调,气机不通,血脉壅滞,终致瘀阻,精微物质不能布散,瘀凝

部分高血压、糖尿病的肥胖患者。表现为形体肥胖，纳多，喜食肥甘厚味，胸闷，眩晕，月经量少或闭经不孕，舌苔白腻，脉细滑。

病因病机：多因过食肥甘厚味，痰湿内生，痰浊阻滞经络，肌肤与膏脂互结，瘀积皮下，痰浊脂腊阳滞胸官则不及

林影

· 综合治疗小儿单纯性肥胖症

林影医师以综合治疗小儿单纯性肥胖症,疗效满意。

一、诊断标准

林氏根据 WHO 推荐的体格发育评价标准进行诊断,凡超过同年龄、同性别、同身高儿童正常体重的 20% 者为肥胖症。包括

时禁食。

(3)严格限制摄入脂肪和甜食。

(4)体重以每月下降 1 kg 左右为科学,降幅已达正常体重的 10% 左右者就不必继续严格限制饮食。

2. 运动锻炼

体育活动可因地因人制宜,如体操、跳绳、爬楼梯、慢跑、仰卧

陈

“温”、“补”并用治肥胖

香

肥胖病是近年来发病率逐渐升高的一种常见病,且女性发病率比男性高一倍。陈香医师(北京中医医院,邮编:100010)采用温补法治疗女性单纯性肥胖并见月经不规律者,疗效显著。

3. 治疗方法

药物组成:黄芪 20 g,仙灵脾 15 g,茯苓 15 g,川断 10 g,白术 10 g,泽泻 10 g,山药 10 g,当归 10 g,泽兰 10 g,肉桂 3 g。

加减:带下少者加菟丝子 15 g,带下清稀者加补骨脂 10 g。

疗程:每日 1 剂,每日 2 次,3 个月为一疗程,平均治疗 2 个疗程。

古解 防氏川断补脾肾止泄 禹基基 补骨脂止泄 补骨脂

彭
国
富

按摩配合山楂银菊茶 治疗单纯性肥胖症

肥胖病是当今社会的一种时髦病、多发病、常见病,而单纯性肥胖约占肥胖人群的 95%,过度肥胖可并发糖尿病、心血管疾病及高血压症,极大影响患者生活质量。彭国富医师运用推拿按

【按语】 单纯性肥胖患者脂肪分布比较均匀,没有内分泌紊乱现象,也无代谢障碍性疾病,多为家族史或营养过度。彭氏认为肥胖与脾胃之气的盛衰有关,故他治疗多从脾胃入手,选用山楂以促进脾胃消化。药理研究表明,山楂所含的解脂酶能促进脂肪八

蔡敬宙

补泻结合治肥胖

肥胖是营养过剩的表现,是由于能量的供给大于消耗,而作为机体“燃料”的脂肪在体内过剩地蓄积起来有损于身体健康的一种超体重状态。蔡敬宙医师(广州市第一人民医院,邮编:510180)

张 雨

磁化针治疗肥胖症并发高脂血症

肥胖病是现代社会的一种常见病与多发病。它是由于机体内热量的摄入大于消耗,造成脂肪在体内积聚过多,导致体重超常的病症。肥胖患者并发高血压、高血脂、糖尿病、冠心病、脑动脉硬化、

脂血症。

3. 治疗方法

取穴：主穴为腹结、天枢、足三里、丰隆。配穴脾虚湿阻加公孙；胃热湿阻加内庭；肝郁气滞加太冲；阴虚内热加太溪、三阴交。

操作方法：局部皮肤消毒，右手持针，针尖接触穴位，压按结合
刺入表皮 进针深度适宜 用提插捻转法 得气后在膻中 丰隆穴

除,气血运行通畅。

磁化针疗法是近几十年应用于临床的一种治疗方法。实验证明,在穴位上施用磁力线的影响,能促进新陈代谢、肠蠕动及排空等功能。磁化针在针刺的基础上,加上磁力线对穴位的直接作用,增强了穴位改善代谢的作用。因此,在降低血脂指标等方面效

孟
云
凤

从脾论治肥胖病

肥胖病是目前常见病之一,且发病率有逐年增高的趋势。肥胖可使劳动能力下降,并能引起冠心病、高血压、糖尿病、高脂血症等多种疾病。孟云凤医师(安徽中医学院临床医学一系 邮编.

中医关于“肥人多痰湿”理论。另一方面可导致脂质代谢障碍,而从中医的五脏生理功能来看,与人体脂质代谢最为密切的莫过于脾。《内经》中称脾能“化糟粕,转味而出入者也”,即包括了现代医学所言的脂类代谢

(1)若胃强脾弱,则湿热内蕴,《灵枢·经脉篇》有“气盛则身以前皆热,其有余于胃,则消谷善饥,溺色黄”,可配公孙(平补平泻)、上巨虚、下巨虚、内庭(均用泻法)等穴合用,加强减肥作用。

(2)若脾胃功能失常,卫气郁结不畅,症见汗出,嗜睡,可配隐

旷秋和

电针治疗单纯性肥胖症

旷秋和医师以电针治疗单纯性肥胖症,效果满意。

1. 诊断标准

旷氏参照 1992 年中国中西医结合肥胖病研究学术组制定的单纯性肥胖病的诊断 疗效评定标准 空腹体重超过标准体重

外关。

脾肾阳虚型：基本穴加阴陵泉、箕门、太溪、气海、地机、丰隆、合谷。

(3)操作方法：按常规针刺操作，先将银针刺入各穴，令其得气，然后根据不同证型，分别选取3~4组穴(6~8个穴)进行电针治疗。选取疏密波，强度以患者能耐受为度，电针时间保持20分

谢,促进气血循环,改善组织营养。通过调理,由内而外,标本兼治。旷氏认为在治疗期间,减肥者结合饮食调理,可强化、延续减肥的效果,有利于体重持续稳定地下降,并对长期控制食量有很好的帮助。

李

肥胖病的辨证认识

晶

肥胖病是当今社会一种流行病与“富贵病”。发病趋势正逐年增加,其发病率为 10% ~ 20%。易并发高脂血症、冠心病、高血压、糖尿病等疾病。李晶医师(山西中医学院,邮编:030024)从胃

《素问·生气通天论》有“膏粱之变，足生大疔”之论。李氏认为对肥胖者来说，食欲旺盛，并不表示脾胃功能正常，相反则是处于“胃强脾弱”的一种病理状态，使肥胖不减。其特征为：肥胖，消谷善饥，大便干结，口干，舌红，苔黄腻，脉弦数。守阴空按本，脾胃要秘法。

梗塞、心肌梗死等,由于体形的增大,必然加重胰岛的负担,导致糖尿病的发生。其特征为:体形丰满,面色紫红或暗红,胸闷胁胀,舌暗红或有瘀点、瘀斑,脉沉弦或涩。实验室检查:甘油三酯增高,血

徐 琳

肥胖病的针刺疗法

徐琳医师(山东省济宁市中医院,272100)以针刺治疗单纯性肥胖病,疗效满意。

1. 针刺取穴

主穴:天枢、中脘、关元、足三里、三阴交、丰隆。

配穴:如伴多食易饥、口干喜饮、腹胀中满、大便秘结、舌红苔

而,肥胖症患者表面形体壮实,为实证,实际上引起肥胖的主要原因是正气虚衰,即正气虚衰为本(脾虚、肾虚),痰、湿浊、脂为标。徐氏治疗取足三里、三阴交、关元,补脾益肾,扶助正气;丰隆为化痰之要穴 标本兼治。针刺疗法可激发经络功能 伸之泻甘有全

李
洪
梅

肥胖病的综合治疗

肥胖是体内脂肪堆积过多和(或)分布异常的一种状态。肥胖是一种疾病,它包括了肥胖本身对健康的损害以及肥胖的相关疾病如高血压 糖尿病 高而脂 心肺血管疾病和其此癌症等对健康

食、啤酒等,多做体育锻炼和体力劳动,而不用药物。中度以上肥胖患者更须严格控制总热量,男性要求控制在 6 276~7 531 kJ/d,女性要求控制在 5 021~6 276 kJ/d。饮食结构要合理,如脂肪(不论动物脂肪还是植物脂肪)的量要加以限制。一般控制在总热量的

陈支红

肥胖验案 1 例

陈支红医师(湖北省长阳县中医院, 邮编: 443500)以化痰祛湿法治疗肥胖病疗效满意。现举其验案 1 例。

【典型病案】 张某, 女, 45 岁。近 5 年因工作性质而活动减少, 饮食不节, 喜食肥甘厚味之品, 体渐日丰, 遂致肥胖。形体肥胖, 行动迟缓, 常觉乏力, 嗜食甜食, 大便燥结, 舌红苔黄, 脉滑数。

乐 芹

荷泽口服液治疗儿童 单纯性肥胖症

乐芹医师(湖北中医学院附属医院儿科, 邮编:430061)治疗儿童单纯性肥胖症, 疗效满意。

1. 病因病机

乐氏认为儿童单纯性肥胖症的发病率正逐年增多, 这同人民

500 ml/瓶,含生药 2.33 g/ml。

服药方法:饭前半小时口服,7~11岁每次 20 ml,每日 2 次;11~14岁每次 30 ml,每日 2 次。

注意事项:治疗期间,每周由专人测量患儿体重、身高 1 次,注意保持恒定的测量条件(如排尿及排便时间、进食及饮水量、穿衣、运动情况等)。

赵
莉
娟

化痰减肥汤治疗单纯性肥胖症

肥胖是一种既在发展中国家又在发达国家流行的、既影响儿童又影响成人的疾病。易并发高脂血症、动脉粥样硬化、冠心病、高血压、糖尿病、痛风、脂肪肝、高血脂、哮喘、低钙血症、胰岛素抵抗等。

注意事项：服药期间，避免高脂、高糖及高盐饮食，在原有饮食基础上要求吃1个鸡蛋，1瓶牛奶；早餐吃饱吃好，午餐八成饱，饥者加服素食或水果；运动基本保持服药前状态，每月测体重、腰围、血脂1次。

【按语】 叔氏认为肥胖的“小气” 一方面因活动量小 且致气

张
焕
标

激光穴位照射治疗单纯性肥胖症

肥胖系人体脂肪积聚过多所致。肥胖病是现代社会的—种常见病。张焕标医师(南京市下关激光医院,邮编:210015)应用 He-Ne 激光照射穴位治疗单纯性肥胖症,疗效显著。

6.1 mmol/L,葡萄糖耐量试验、促肾上腺皮质激素试验均阴性,头颅 X 线平片无异常,基础代谢率 7%,吸¹³¹碘试验 22%,张氏诊断为重度单纯性肥胖。辨证为冲任失调,带脉失约。治以调理冲任,约束带脉。取体穴,曲池,关元,四满,带脉,三阴交,耳穴,肾,脾。

冯友顺

家传妙方治肥胖

冯友顺医师(河北省遵化市人民医院,邮编:064200)采用家传验方防麻参芪散配合针刺治疗轻中度单纯性肥胖症,疗效满意。

治疗方法:

冯氏家传防麻参芪散组成: 黄芪 90g ~ 120g 人参 60g ~ 80g 西洋参 10g

刘
卫
卫

减肥降脂灵丸治疗单纯性肥胖症

刘卫卫医师(浙江省宁波市第三医院,邮编:315020)以减肥降脂灵丸治疗单纯性肥胖症,效果满意。

1. 病因病机

刘氏认为,肥胖的发生多因嗜食甘肥,痰湿内蕴,气虚失运

体力下降、性功能衰退,还可引起冠心病、高血压、糖尿病等。减肥降脂灵胶囊能消化体内累积的脂肪,化解淀粉质,排除体内瘀积的水分,控制新脂肪的产生,改善机体的代谢过程,恢复机体的正常形态。

刘
锁
超

减肥丸治疗肥胖症

刘锁超医师(河南省中医院,邮编:450002)以经验方减肥丸治疗肥胖症,疗效满意。

1. 病因病机

刘氏认为,肥胖症内因为脾胃虚弱,运化功能失职,外因为嗜食肥甘厚味,外感湿邪,痰湿内生,日久成积,痰瘀互结,阻滞气机,导致肥胖。

陶
丽
华

经方辨治肥胖病

肥胖病是现代社会的一种常见病与多发病,陶丽华医师(浙江省湖州市中医院,邮编:313000)辨证以清、消、通、疏为主,运用经验方治疗肥胖病,疗效满意。

1. 大柴胡汤

本方出自《伤寒杂病论》,《伤寒论》第143条:“往来寒热,胸胁苦满,呕不止,郁郁微烦,心下痞硬,或心下满痛,大便下利,或不下利,但心下痞硬者,与大柴胡汤下之。”

组成。用于治疗“风湿脉浮身重，汗出恶风者”。临床主要用于治疗表虚风湿和气虚水肿，慢性肾小球肾炎，该方有益气健脾、利水消肿之功效。取其扶正祛邪、标本兼顾、清热利湿的配伍形式，陶氏以该方用于虚证肥胖病人加绞股蓝 30g，茯苓 30g，决明子

来
鸽
飞

针刺加按摩治疗 单纯性腹部肥胖病

肥胖病是现代社会的—种常见病与疑难病。来鸽飞医师(浙江省杭州市人民医院, 邮编:310023)以针灸加按摩治疗单纯性腹部肥胖病, 效果满意。

15 圈。

(4) 双手交叉推挤法：双手交叉按在患者两侧肋骨下缘处，用力将一手从右推挤向左侧腹股沟皱纹处，另一手从左推挤向右侧腹股沟皱纹处，双手各作 15 次。上述针刺及按摩每日或隔日进行 1 次，每次 45~60 分钟，10 次为一疗程。

【按语】本方运用推拿治疗法，操作简单，易学易懂，且无副作用。

孙升云

利湿活血法治疗 小儿单纯性肥胖症

小儿肥胖病是当今社会的一种常见病与多发病。孙升云医师(第一军医大学南方医院, 邮编:510515)以利湿活血法治疗小儿单纯性肥胖症, 疗效满意。

治法同前 证治利湿 祛湿除痰

布赫

两针一点疗法妙治肥胖病

布赫医师(包头医学院第二附属医院,邮编:014030)以体针、耳针、点穴结合治疗肥胖病,疗效满意。

1. 辨证分型取穴

(1)脾虚停湿型:取大肠经、胃经、脾经之穴,外陵、大巨、水道、天枢、中脘、胃脘、胃经(耳穴)

湿内阻,故该病治疗以化脂降浊法。他采取局部穴位,用泻法,以燃烧多余脂肪。耳穴取胃、饥点、体穴、足三里,通过刺激上述穴位产生信号沿迷走神经传导,同时阻断下丘脑的饥饿信息,因而抑制饥饿感,从总体上起到减肥消脂的作用。

张
吉
玲

芒针为主治疗肥胖病

肥胖病是一种伴随现代文明的世界性疾病,尤以单纯性肥胖病最为多发,常由营养过剩,摄入与支出失衡所致。张吉玲医师(甘肃省酒泉市中医院,邮编·735000)以芒针为主 配合耳穴贴压

之募穴，六腹之会。古人云：“中脘者，禀人之中气，营气之所出。”芒针治疗能激发诸经阳气，振奋中阳，升清降浊，以调整谷气，此乃阴中求阳之妙法。张氏根据脾主运化的生理功能，取脾经之穴腹哀、大横以健脾助运。配减肥经验穴即阿是穴以提高健脾消脂之

【按语】 张氏认为单纯性肥胖病是因机体内热量的摄入大于消耗,造成脂肪在体内积聚过多,导致体重超常的病症。属于中医“肥人”、“肥满”、“痰湿”等范畴。芒针减肥具有取穴少、进针深、得气快、针感强等优势,配合耳穴贴压疗法更能双管齐下地对症下药。

刘
承
卫

妙用手法治疗肥胖病

肥胖病是现代社会的一种“流行病”、常见病、多发病。它是指人体摄食过多,而消耗能量的体力活动减少,使摄入的热量超过机体所消耗热量,过多的热量在体内转变为脂肪贮存在体内,超过

门、章门、京门、梁门(俗称开四门)、中脘、气海、关元等穴;顺、反时针方向按摩中脘穴、脐周各 128 次,从右下腹髂前用指尖围绕脐周向左下腹髂前作圆切法,切下呼气抬起吸气,逐渐向肚脐靠近,切 10 圈左右,反之,从左向右切;摩腹顺、反时针方向各 50 次:以掌

意节制饮食,不要暴饮暴食,以免影响疗效。该手法不仅能降体重,且能降血脂,特别是降甘油三酯、胆固醇;腹部减肥手法也能治疗一些不明原因腹痛及前列腺肥大症、附件炎等。

李淑霞

妙用温胆汤加减治疗 儿童单纯性肥胖症

李淑霞医师(山东省枣庄市中医院小儿科,邮编:277101)以温胆汤加减治疗儿童单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 诊断

李氏认为单纯性肥胖症的儿童体质多痰湿之体,而脾胃虚,以

致新,安和五脏,配合健脾补气中药,不致攻伐太过。诸药并用,健脾补气,涤痰除湿,故疗效满意。

周虹

排毒清脂丸治疗单纯性肥胖症

单纯性肥胖可见于任何年龄,多见于中年女性。轻度肥胖常无症状,中、重度肥胖可引起乏力、易倦、低换气综合征、气促等症状,易诱发多种疾病,如各种心血管疾病、中风、糖尿病、骨质疏松

机理,为脂肪酶抑制剂刺激肠壁、减少吸收、促进脂肪肥大细胞体内分解代谢。

刘
荣
先

清脂减肥散治疗高脂血肥胖症

高脂血肥胖症是高血压、冠心病形成和发展的重要因素之一。刘荣先医师从“补脾肾不足，祛痰湿有余”着手，以经验方清脂减肥散治疗该病，疗效满意。

陈东成

瘦身汤妙治肥胖症

陈东成医师自拟补肾瘦身汤治疗中年单纯性肥胖症,效果满意。

1. 病因病机

陈氏认为肥胖可以发生在任何年龄,但在 40 岁以上者占多数。《素问·阴阳应象大论第五》曰,“年四十而阴气自半,起居衰”。

服药方法:水煎服,每日 1 剂,20 天为一疗程,共治疗 3 个疗程。后用上方配成丸药,每丸重 10 g,每日 2 次,每次 2 丸,巩固 1 个月。治疗期间不服任何减肥药,生活习惯不变。

方解:方中淫羊藿有补肾壮阳功效。《本草求真》曰:“淫羊藿与陆升阳 刚补阳助少”现代药理研究证明其含有黄酮类物质,有

胡
幼
平

体针耳穴结合治疗单纯性肥胖症

胡幼平医师(成都中医药大学针灸推拿学院,邮编:610075)以针刺配合耳穴治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

治疗方法

(1)体针:主穴天枢、关元、水分、三阴交、阴陵泉、足三里。配

BMI 在 33.21~34.38(I 度肥胖)。

【按语】 胡氏认为单纯性肥胖多因过食肥甘厚味,致使湿热蕴结,脾失健运,精微不布,气血壅塞,临床以清热除湿、健脾化痰为治疗原则。辨证以痰湿中阻和胃肠湿热两种证型为常见。体针

汤
国
娟

体针耳压相结合治疗肥胖症

汤国娟医师(浙江省杭州市萧山区第一人民医院, 邮编: 311200)以体针与耳穴相结合治疗单纯性肥胖症, 疗效满意。

1. 病因病机

汤氏认为肥胖症的病机主要是脾胃肾三脏功能失调, 水湿停

饥饿时自行按压。隔3天后,换另一侧耳廓,两耳交替使用。

3. 注意事项

治疗期间禁食高糖、高脂及油炸食物,少食米、面类主食,宜多食蔬菜、水产类和低糖的水果。

【按语】 肥胖症早在《内经》中就有记载,如《灵枢·卫气失常》

贾
小
格

推拿辨治肥胖症

肥胖是指体内热量摄入大于消耗,造成脂肪在体内积聚过多,导致体重超常的病症。其中无明显内分泌代谢疾病者称为单纯性肥胖,占肥胖总数的95%以上。肥胖主要与饮食、体质、劳逸、情绪

平泻法。用右拇指点按中脘穴、点按关元穴指疗脐下症瘕，点按子宫穴，双拇指点按两侧天枢穴。应以左侧天枢为重点施治。

(2)辨证分型手法加减

胃热湿阻型：患者仰卧位，医者用双手掌重叠摩腹，点按中脘、中脘、天枢穴各1分钟，按揉脐后，只一用，天枢穴各1分钟。患者

用。循脏腑经络的走向按摩,振奋十四经之气,打通全身经脉的作用,活血行气,化痰祛湿,调理五脏六腑。通过有关穴位的刺激和按摩,能调整神经内分泌的功能,促进脂肪代谢和分解。推拿还能促进血液循环,使皮肤的毛细血管扩张,增加局部的代谢,全身的

谢远军

推拿治疗单纯性肥胖症

单纯性肥胖症为临床的一种常见病。谢远军医师(浙江中医学院, 邮编:310053)以推拿手法治疗该病, 疗效理想。

1. 辨证分型

(1) 肝郁气滞型. 肥胖 胸胁苦满 胃脘痞满 月经不调 印以

(3)寒湿困脾型:按揉三阴交、阴陵泉;捏脊;擦督脉;摩腹;指振中脘。

(4)脾肾阳虚型:擦肾俞、命门;拳击大椎;擦督脉(由下而上,单方向);按揉百会。

(5)阴虚内热型:按揉太溪、三阴交、阴陵泉;捏脊。

【按语】 谢氏认为运用推拿治疗单纯性肥胖症必须在辨证论治

马荫笃

外治妙方治肥胖

肥胖对身体健康十分有害,无论老人、妇女或儿童均可引起多种疾病,如高血压、心脏病、糖尿病、胆结石、内分泌紊乱、性功能障碍等。马荫笃医师以外治妙方治疗肥胖,疗效满意。

1 小儿减肥方

(3)方解:马氏认为老年肥胖主病在肾,实属本虚标实之候,故他采用“塞因塞用”的治法。方中淫羊藿、肉桂补肾壮阳,温中散寒;艾叶、藿香温中健脾,芳香化湿;麻黄、二丑可使湿滞从肌表外泄。兼可以用排虫,更有磁磁补少助阳。磁石滋阳补气。兼可以助津液。

成 8 cm×8 cm 的药蕊,外用彩色绸缎制成肚兜,紧贴肚脐处。每 15~20 天更换一次药蕊,使用 3~6 个药蕊为一疗程,一般 1~3 个疗程可使体重恢复正常。

方解:马氏认为妇女脾虚、阳气不振则寒湿内生,《素问·天元

徐
炳
国

详尽辨证 精确选穴

单纯性肥胖症是指由于脾胃功能的异常,以致膏脂、痰浊、水湿积聚体内,使体重超过正常的一种病症,中医辨证属于“肥人”、“胖人”、“肥满”、“痰湿”等范畴。徐炳国医师(南京中医药大学)以

形成肥胖。该型肥胖病人多并发有糖尿病。《针灸大成》曰：“极滋味之美，穷饮食之乐，而酷烈之气内蚀脏腑也。”《素问·奇病论》也指出：“病名曰脾瘕……此肥美之所发也，此人必数食甘美而多肥也。肥者令人内热，甘者令人中满，故甘与热，转而为湿。”脾与胃

床症状,则根据舌脉辨证治疗,舌脉也无明显异常者,则按胃肠实热型取穴治疗,效果满意。

【典型病案】

例1 男,42岁。全身性肥胖7年,7年前曾做腹部囊肿手术,术后开始肥胖,表现为食欲较好,口干,饮水不多,体乏无力,嗜

治以清泻胃肠腑热。耳穴选外鼻、口、胃、小肠、神门、内分泌；体穴选曲池、合谷、足三里、支沟、上巨虚、下巨虚、三阴交、内庭。治疗方法同病例 1。经过 3 个疗程的治疗后，体重 53.5 kg。皮下脂肪厚度：右肱三头肌处 19 mm，右肩胛下角处 18 mm，右脐旁 3 cm 处

杨

穴位埋线为主治疗单纯性肥胖症

涛

肥胖症分为单纯性肥胖症和继发性肥胖症两类,前者不伴有明显神经或内分泌系统功能变化,临床上最为常见;后者常继发于神经、内分泌和代谢疾病,或与遗传、药物有关。杨涛医师/贵阳市

滑小数,舌苔腻微黄,舌质红。体格检查未发现相关的阳性体征。杨氏诊断为单纯性肥胖症(胃热湿阻型),取穴三焦俞(双)、脾俞(双)、胃俞(双)、内庭(双);耳穴遵上述方案。患者经3个疗程治疗后,体重下降12 kg,经1年追访未复发。

罗
小
光

针刺、敷脐和耳穴 疗法治疗肥胖症

罗小光医师(贵阳医学院附院美容中心,邮编:550004)采用针刺、中药敷脐和耳穴刺激疗法对单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 诊断标准

罗氏参照 1997 年《中国中西医结合学会脂肪代谢紊乱与肥胖症专业委员会

3~4 天替换,嘱患者于饭前 30 分钟按压诸穴 3~5 分钟,以耳穴处发热为度。

【按语】《素问·奇病论》云:“此肥美之所发也,此人必数食其美而多肥也。”罗氏认为肥胖症的直接原因是过食肥甘、醇酒厚味,而致湿执渐和 脾生健运 精微不布 肥膏由积 可同脂耳穴能生

邹
秋
英

针刺辨证治疗肥胖病

肥胖病是指人体内脂肪积聚过多,体重超过标准体重而引起各种不合乎正常的生理现象。肥胖症患者往往伴有糖尿病、冠状动脉硬化性心脏病、高血压等并发症。邹秋英医师应用针

型取曲池、上巨虚、足三里、内庭等；脾胃气虚型取足三里、三阴交、丰隆等；肾阳不足型取太溪、照海等。

操作手法：患者取仰卧位，穴位行常规消毒，四肢一般用直径 0.25 mm，长 40～50 mm 毫针，腹部用直径 0.3 mm，长 50～60 mm 毫针。四肢一般行针有酸麻胀感即可，腹部针刺经提插

应“损其有余，补其不足”。太溪为输穴、原穴，照海为八脉交会穴，关元为募穴，3穴合用，滋阴益肾、调理冲任、益血生津；气海益气活血、培补下元；针刺脐周8穴可调理气血，健脾胃，补肾元，并可增强肠蠕动促进排泄，从而达到减肥效果。

魏
群
利

针刺辨治肥胖病

肥胖症为当今常见病和多发病。糖尿病、冠心病和高血压为其常见并发症,严重地危害着人们的身心健康。魏群利医师(南京军区南京总医院 邮编:210002)运用针灸辨证治疗肥胖症,疗效显

百骸,故为气血生化之源。脾胃功能一旦失常即脾气不升,胃气不降,则气血生化乏源,导致气血虚弱。魏氏按“损其有余,益其不足”的原则,取脾胃二经相关腧穴足三里、三阴交及内庭等穴,用补法或平补平泻,使气血阴阳得以调和;血海与足阳明胃经密切联

操作方法:每次留针 30 分钟,隔日 1 次,12 次为一疗程。均同时配合王不留行耳压,取饥点(外耳屏中点)、内分泌、肺、神门,左右交替,隔日 1 次,12 次一疗程。

【按语】 魏氏认为针刺治疗肥胖症取效的关键是辨证取穴,应该多经脉多穴位结合起来。有此穴位不同证型采用何方要有

赵银龙

针刺辨治肥胖症

赵银龙医师(福建省厦门市第一医院,邮编:361003)以针灸辨治肥胖症,疗效满意。

1. 辨证取穴

肝郁气滞:体穴:太冲、肝俞、曲池、上巨虚;耳穴:肝、脾。

胃中蕴热:体穴:曲池、内庭、上巨虚;耳穴:饥点、肺。

美而多肥也,肥者令人内热,甘者令人中满……”《脾胃论》曰:“脾胃俱旺,则能食而肥。脾胃俱虚,则不能食而瘦,或少食而肥,虽肥而四肢不举。”《傅青主女科》言:“妇人身体肥胖……乃脾土之内病也。”张景岳说:“肥人多有气虚之证。”朱丹溪说:“肥白人多湿。”

赵 辉

针刺耳穴结合治疗肥胖症

赵辉医师以针刺与耳穴相结合治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

治疗方法:

体针:取梁丘、公孙穴,梁丘穴直刺1~1.5寸,公孙穴斜刺3~5 cm,治疗时每次取1穴,两穴交替使用。通电20分钟,10次

沈 洁

针刺华佗夹脊治肥胖

肥胖症是指机体内的热量摄入大于消耗,造成脂肪在体内积聚过多,导致体重超常的病症。沈洁医师(天津中医学院第一附属医院针灸部,邮编:300193)采用针刺华佗夹脊治疗原发性单纯性肥胖症

疗。随访 6 个月,体重未反弹。

【按语】 沈氏认为华佗夹脊穴分布于督脉两侧,督脉为诸阳之会,主一身之阳气。针刺华佗夹脊穴(第 3 胸椎至第 5 腰椎)并向督脉斜刺,可调节各脏腑功能,振奋阳气,调畅气机,通调上、中、下三焦。诸阳会旺成,气机通畅,一身气机功能协调平衡,则可体

刘 鸿

针刺结合耳穴贴压治疗肥胖病

刘鸿医师(浙江省丽水市中医院,邮编:323000)以针刺配合耳穴贴压治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 辨证分型取穴

(1)脾虚湿阻型:症见形体肥胖,纳少泛呕,头重如裹,舌淡苔

法;气血亏虚型、脾肾阳虚型用重插轻提之补法。得气后均留针30分钟,隔日治疗1次,30日为一疗程。耳穴取胃、肺、三焦、内分泌、皮质下,以5 mm×5 mm小方块胶布上置决明子1粒,贴于所选穴位,嘱患者于进食前15分钟进行按揉。每次贴一侧耳廓,5日后换另一侧,连续贴3个疗程。

黄伟贞

针刺配合耳穴贴压治疗单纯性 肥胖症并发高脂血症

肥胖症是一种常见的代谢性疾病,常并发高血压、高脂血症、冠心病、脑血管疾病和糖尿病等,危及人们的健康和寿命。黄伟贞

性 ≤ 1.17 mmol/L者,即可确认。

3. 治疗方法

(1)耳穴埋针或压籽:在一侧耳廓上取耳穴神门、内分泌、饥点、口、食道、肺、胃、三焦、大肠,每次选用3~5个穴,常规消毒耳廓后,左手固定耳廓,绷紧皮肤,右手用血管钳或镊子夹住皮肤针的针柄,按抗剂耳所选耳穴中穴,再用左手用穴,或在所选耳穴中

巴
经
辉

针刺配合耳针埋留治疗 单纯性肥胖症

巴经辉医师以针刺配合耳针埋留治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 诊断标准

巴氏采用首届全国中西医结合肥胖病研究学术交流会制定的

阴、阳明两经为主,达到气血畅行、消除痰浊、清解胃热、化痰益气之功。减肥的原则是增加消耗,增加排泻,调整内分泌,减少饮食。现代针刺机理研究表明,针刺能够增强交感神经功能,抑制亢进的副交感神经功能,从而抑制食欲,减少进食量,促进能量代谢。

酸碱平衡,三阴交可使肾脏泌尿量显著增多,此效应可维持2小时以上,水道通便消胀。上穴相配,补虚泻实,相得益彰,是该疗法理想的关键。

【按语】“胃乃仓禀之官,脾为后天之本”,《脾胃论》曰:“脾胃俱旺,则能合而肥。”王氏以头维合天枢其日即能形成效于两穴中,此

张 路

针刺脾胃经和任脉经穴 治疗肥胖症

肥胖病是现代社会的—种常见病与多发病。张路医师(首都医科大学中医药学院)针刺脾胃经和任脉经穴治疗胃肠实热型单纯性肥胖症,疗效满意。

4. 治疗方法

令患者仰卧,局部皮肤常规消毒,用1.5~3寸不锈钢毫针刺入人体穴,每日行针1次,10天为一疗程。针用泻法,针刺得气后反复轻插重提,大幅度、快频率捻转,使患者产生强烈针感,在脂肪堆积较多处用电针持续刺激,留针30分钟。

府”的论说取胃肠合穴(足三里为胃之合穴,上巨虚为大肠经合穴)相辅;同时针对胃肠实热,取相应穴位泻热,《难经·六十八难》曰:“荣主身热”,取胃经的荣穴“内庭”泻热;“肥人多痰湿”,脾经取阴陵泉祛湿。二阴交调节二阴 为整体调整之田 另外 张氏对特别

柳 向 荣

针刺治疗肥胖病

柳向荣医师(山东省烟台市中医医院,邮编:264002)以针刺治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

治疗方法:

取穴:建里、水分、石门、关元、滑肉门(双)、天枢(双)、大巨(双)、水道(双)、十谿(双)、幽门(双)、气舍(双)、四气白

王
琴
文

针灸治疗单纯性肥胖症

单纯性肥胖症是现代社会的常见病、多发病。是指热能摄入量多于消耗而以脂肪形式储存于体内,以肥胖为主要临床症状,可伴有代谢方面的障碍,但无明显神经、内分泌方面的异常表现。

的摄入;另一方面针灸可以促进能量代谢,增加能量的消耗,促进体脂的动员及分解,最终实现其减肥效应。针灸减肥的作用是通过机体植物神经、内分泌、物质代谢、活性物质的消化功能的调整来实现的。

汪
惠
敏

针灸治疗局部肥胖

汪惠敏医师(浙江中医学院,邮编:310008)以针刺治疗局部肥胖,疗效满意。

1. 诊断标准

(1)标准体重法:成人标准体重(kg)=[身高(cm)-100]
×0.9 实测体重超过标准20%以上者为肥胖,超过标准30%。

耳穴。

【典型病案】 某女,37岁,肥胖6年,曾试过药物减肥,但效果不明显。检查患者腹部膨隆,身高160 cm,体重71 kg,胸围99 cm,腰围90 cm,体重超过标准体重30%,胸腰指数为9。患者月经量少,胃纳好,舌质淡,苔白腻,脉滑。汗氏诊断为中度肥胖。

邹 军

针药结合分型辨治肥胖病

邹军医师(广州中医药大学针灸推拿学院,邮编:510405)以针药结合分型辨治肥胖病,疗效满意。

1. 诊断标准

邹氏参照单纯性肥胖病的中西医结合诊断标准:实测体重超

氏认为肥胖是本虚标实之证,本虚是脾失运化,肾失温煦滋润;标实为痰湿内阻,气机阻滞。邹氏据此分胃热湿阻、脾肾两虚、肝郁气滞、阴虚内热型。对胃热湿阻型,以泽泻、茯苓、白茅根、大黄、山楂健脾清热化湿,且发汗而降脂,助肾而虚利,以附子、肉桂、杜仲

宋
和
平

中西医结合治疗肥胖病

宋和平医师(上海市黄浦区中西医结合医院,邮编:200010)采用中西医结合治疗肥胖病,疗效满意。

1. 诊断标准

宋氏诊断参照 1991 年在上海召开的全国第三届肥胖病研究

体重 89 kg,腰围 111 cm,臀围 111 cm,脂肪度 46.1%。宋氏诊断为重度肥胖。综合降脂治疗(一般治疗 + 芬氟拉明 + 中药)1 个疗程后,体重 75 kg,腰围 94 cm,臀围 99 cm,脂肪度 38.0%。期间每月随访 1 次,随访 1 年后,体重 76 kg,腰围 96 cm,臀围 99 cm,脂

辛 昕

诸法并用综合治疗肥胖症

辛昕医师(广州中医药大学第一附属医院,邮编:510405)以电针、TPD照射、耳压、拔罐、刮痧综合治疗肥胖症,疗效满意。

1. 病因病机

辛氏认为肥人多痰 而痰湿的形成多与脾 胃 肺 肾等脏暗功

(5)刮痧:在患者腹部搽上万花油,用水牛角刮痧板刮脐部旁开2寸、4寸的腹部部位以及两侧的侧腹部、丰隆穴。要求刮至潮红,不要损伤皮肤及肌肉。

操作方法:一般一周内针刺、照射、拔罐3~4次,连续治疗2个月以上。

注意事项:女性月经期禁止刮刺,孕妇不可刮刺。

王
晓
燕

综合疗法治疗单纯性肥胖症

人体脂肪积聚过多,超过标准体重的20%以上时即称为肥胖症。肥胖与高血压病、糖尿病及心脑血管病变等有密切关系。王晓燕医师(吉林大学第一医院针灸科 邮编:130041)采用综合疗法

年龄 - 161] × 4.2。不同体力活动所需热量(大卡):轻体力劳动 = 静止代谢率 × 1.4;中体力劳动 = 静止代谢率 × 1.6;重体力劳动 = 静止代谢率 × 1.9。单纯性肥胖者治疗过程中所需热量(大卡) = 不同体力活动所需热量 - 2.09。根据计算得出所需热量,按

患者高脂血症、高血压、冠心病、高血糖、代谢性水肿等合并症也得到了不同程度的改善。因此,综合治疗也为肥胖症患者合并症的治疗开辟了新的治疗途径。

王
昱
瑶

综合疗法治疗肥胖病

王昱瑶医师(黑龙江中医药大学,邮编:150042)以综合疗法治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 诊断标准

王氏参照 1997 年国际卫生组织(WHO)的肥胖的诊断标准:
体重指数(BMI) = 体重(kg) / 身高(m)² ≥ 28 为肥胖。

10 针法,合并配穴法。

(2)饮食控制法:采用倒梯形营养配餐法。

早餐:以鱼、鸡肉、牛奶、鸡蛋为主,总量 $<250\text{ g}$;

中餐:以蔬菜为主,总量 $<200\text{ g}$;

晚餐:以黄瓜为主,其他食量 $<100\text{ g}$ 。

(3)运动法:采用游泳、动感单车、健美操等,每日 90 分钟。

张
秋
岳

从健脾祛湿针治肥胖症

肥胖病为现代社会的常见病和多发病。张秋岳医师运用针灸减肥治疗,效果满意。

治疗方法:

体针:取穴为丰隆、梁丘、阳陵泉,每日选一侧,两侧交替。进

穴。张氏对耳穴的选择亦是以调理脾胃功能、调节内分泌机能和全身体液代谢为主。两法结合,达到了运脾化湿、消肥轻身的目的。

王道友

从湿阻气虚论治肥胖闭经

肥胖病是现代社会的常见病与多发病。王道友医师(四川宜宾地区二医院)从湿阻气虚辨治肥胖闭经,疗效满意。

1. 病因病机

王氏认为该病与痰湿与虚二者的关系密切与虚且十两子

多。曾多次求治,服用人工周期性甲状腺等西药,益气化痰、活血通经等中药,治疗1年未见疗效。月经史:17岁初潮,来经后1年多,周期逐渐正常,21岁结婚,婚后半年人流一次,其后未再受孕。查体:身高156 cm,体重77 kg,呈对称性肥胖,双下肢凹陷性水

诸症消失。

【按语】 王氏认为,引起闭经的原因不外乎血枯、血滞两类,即虚实两类。虚者,多因久病肝肾不足,或脾肾阳虚,肾阴亏损,气血虚弱,冲任血海空虚,无血可下;实者,多因血瘀痰阻、寒凝气滞、脉不通 经而不得下行 治疗以温补肾阳 燥湿化痰 行血为要

沈
关
祯

从痰湿辨治妇人肥胖闭经

妇人肥胖而闭经,目前在闭经病例中渐有增多之势。沈关祯医师(浙江省嘉兴市妇幼保健院,邮编:314000)以《万氏女科》所载之苍术导痰汤为基础,以痰湿论治,收妇人肥胖闭经之效。阳虚者

量中色紫,血块较前为少,经行渐畅,5天干净。嘱守上方调理3个月,月经按时来潮,体重5个月后已下降7kg。

2. 痰湿阳虚型

临床表现:形体肥胖,肌肤松弛,乏力嗜睡,带下量多,腰酸膝软,大便溏薄,闭经,舌淡红、苔薄,脉细。

鉴别诊断: 痰湿者多嗜食, 痰虚者多嗜睡, 痰虚者多嗜睡, 痰虚者多嗜睡。

川楝子各 10 g。半月后复诊,上述诸症均已消失而月经仍未来潮。沈氏处以陈胆星、青皮、炒苍术、陈皮各 6 g,茯苓、制香附、鸡苏散(包)、当归、制半夏各 10 g,炒枳壳 5 g,生地、益母草、麦芽各 15 g。服药 1 周后月经来潮,量多色紫夹块;月经干净后,去益母

刁
爱
云

单纯性肥胖症的耳穴贴压治疗法

单纯性肥胖是指进食热量多于人体消耗量而以脂肪形式贮存体内、超过标准体重 20%、无明显内分泌代谢病病因者。刁爱云医师(山东中医药大学附属医院 邮编:250011)采用耳穴贴压法治

酸、麻、胀、痛为得气，嘱患者每日饭前 30 分钟按压每穴 50～60 次，每日 4～5 次。每穴留置 3 天，两耳交替进行。更换 10 次为一疗程。

齐
惠
涛

单纯性肥胖症耳穴 压豆治疗验案举隅

齐惠涛医师(济南市中心医院,邮编:250013)采用耳穴压豆疗法治疗单纯性肥胖症,效果满意。

诊断标准

齐氏采用世界公认的肥胖症评定法——体质指数(BMI)。具

直肠等穴以降低摄食量,增强胃肠功能,促进排便。诸穴配用,可达治疗单纯性肥胖症的目的。

杜
秀
花

单纯性肥胖症耳穴治疗举隅

耳穴诊疗法在我国已有悠久历史,它不仅可以用于治疗多种疾病,而且可以防病健身。耳与五脏六腑的关系十分密切,是体表与内脏联系的重要部位。当以经络脏腑的功能失调发生病理变化

耳部取穴：大肠、内分泌、三焦、肺、肝、饥点。采用上述方法贴压2次后，自觉饮食无味，食量明显下降，1个疗程后，体重减至86 kg。

【按语】 根据中医理论，肝胆可以克制脾土，肺与大肠相表里，开肺气可以通大肠，三焦能够通利水道，所以选用肝、口与饥点

殷
之
放

电针治疗肥胖症

单纯性肥胖症的患者日益增多,西医对此症的治疗尚未取得理想的效果,且药物治疗有较大的副作用。殷之放医师(上海市针灸经络研究所,邮编 200030)运用电针治疗该症,疗效满意。

维持在 80~82 kg。

【按语】 单纯性肥胖症的机理至今尚未完全阐明,其发病多与内分泌、遗传、神经精神因素有关。中医认为痰、湿、气虚是肥胖的主要病因。《内经》曰:“诸湿肿满,皆属于脾。”故殷氏针刺取穴

谢
春
华

儿童单纯性肥胖症的耳针治疗

谢春华医师(河北省石家庄市第三医院,邮编:050011)采用耳针疗法综合治疗儿童单纯性肥胖症,效果满意。

1. 耳针疗法

取穴:主穴:三焦、肺、皮质下、交感。配穴:食道、胃、口、颈等。

以巩固。

耳为宗脉所聚,通过耳甲艇、耳甲腔穴位刺激,调节皮质下、内分泌功能,影响胰岛素值,抑制食欲。同时耳穴也反应体内各脏腑经络关系,通过水湿运化,三焦气化代谢,使脂肪分解,脏腑间过多

姜
英

耳压磁珠法治疗单纯性肥胖

单纯性肥胖是指体重超出正常值 20% 而无明显内分泌代谢病因可寻的患者。肥胖不仅影响了形体的美观,而且也增加了高血压、高血脂、糖尿病及心脑血管病的发病机会。姜英医师(安徽

认为女性效果优于男性,这可能与雌激素参与脂肪的合成与代谢有关。肥胖与多食是有密切关系的。因此,适度的控制饮食对减肥是有益的,但简单的饥饿法对人体不利。姜氏认为针刺耳穴后,产生的信息沿迷走神经传导,可阻断下丘脑饥饿信号,限制了摄食

张
秀
辉

耳针体针相结合治疗肥胖症

肥胖病是危害人类健康的世界性主要疾病之一。张秀辉医师(天津医院,邮编:300211)运用耳针、体针相配合,治疗肥胖症患者,疗效满意。

1. 诊断标准

【典型病案】 陈某,女,60岁,于1993年4月初诊。患者身高165 cm,体重88 kg,超过标准体重35%,体重指数为32.32。自述原有高血压病史20年,糖尿病病史4年,血压在20~26.7/13.3~16 kPa之间波动,血糖在16~22 mmol/L之间波动。自觉

潘
瑞
亮

肥胖女性闭经辨治经验

肥胖女性在行经年龄中停经3个月以上者谓闭经。闭经是肥胖女性常见病症之一,既能带来身体不适,也会引起不孕,故应及时治疗。潘瑞亮医师(江苏省南京市第一医院 邮编,210006)对

治疗原则:行气化痰,祛癖通络,佐以降脂。

方药:制半夏、漏芦、制南星、防己各 10 g,生地、草决明、水牛角(先煎)各 20 g,牛膝、枳壳、香附各 12 g,茯苓、鸡血藤各 15 g。

【典型病案】 兰某,女性,22岁,未婚。身体肥胖,身高 162 cm,体重 70.5 kg(标准体重应为 55.9 kg,已超过标准体重

葛春芳

康复治疗儿童期单纯性肥胖症

儿童期单纯性肥胖症的康复治疗与成人有所不同,儿童正处于生长发育时期,而生长发育需要大量的营养素作基础。用于成人的综合 加糖 手术 药物等方法不适用于儿童。葛春芳主任医师

日热耗 1 672 kJ。

(2)饮食调整:热量分配为摄入的蛋白质占总热量的 30%,糖占 40%~50%,脂肪占 20%~30%。若餐前出现饥饿感,用水果充饥。每日供应热量:1~2 岁病儿约 3 557 kJ,3~4 岁病儿约 5 196 kJ,10~14 岁病儿约 6 646 kJ。

(3)行为指导 除接受正规的运动处方和饮食调整外,平时应

杨 兆 钢

芒针治疗肥胖症

肥胖是危害生命健康的主要杀手之一。杨兆钢教授开创芒针治病先河已闻名于国内外,近两年又将芒针运用于治疗肥胖病,疗效卓著。

肥胖是一种常见的营养障碍性疾病,是由于遗传因素与环境

病与肾脾胃最为密切；又因脾失运化，气血生化不足，肺主气，心主血脉，肝主藏血，故该病也与心肺肝有关，尤其久病之后。

2. 辨证分型

(1) 胃热炽盛型：面色红润，肌肉结实，多食易饥，体态肥胖，口干口臭，小便赤，大便干燥，舌红苔黄，脉滑数有力。

疗程,患者体重减至 60 kg,其余症状全部消失。

【按语】 杨氏治疗该病取任脉的关元、气海,督脉之命门,施以芒针,补益肾阳,鼓舞阳气,培补元气,以助气化,同时取脾经之大横,胃经之水道、天枢以及经外奇穴提托,配合四肢诸穴,在补益

吴
学
芳

贴压耳穴治疗单纯性肥胖症

吴学芳医师(天津市南开区南门医院, 邮编 300090)应用贴压耳穴治疗单纯性肥胖症, 疗效满意。

1. 病因病机

吴氏认为单纯性肥胖症多是由于饮食不节, 过食或偏食高脂

丘脑、内分泌、缘中：调节此穴使机体适应环境变化，使分泌功能得以稳定。

肾、三焦、肺、大肠：肺以增强发汗、行走之功，肾为水脏，主水液，三焦可通调水道。

诸穴合用，可增强气化作用而利排泄。另外腹水点有利于健

潘
丰
华

推拿为主结合针灸耳穴 贴压治疗肥胖症

肥胖症易于并发脏腑功能失调,产生多种疾病。肥胖症可始于任何年龄,多见于40~50岁的中壮年,尤以女性为多。潘丰华医师(冷水江市卫生局 邮编:417500)运用推拿为主结合针灸耳

2. 体针

取穴：中脘、天枢、丰隆为主穴。

随症加减：脾胃俱热加合谷、内庭、曲池；脾虚湿盛加脾俞、胃俞、足三里；真元不足加关元、命门(温针灸)。

操作方法：皮肤常规消毒后，以 28 号 3 寸毫针直刺，进针后用

陈
香

温补脾肾法辨治女性
肥胖并发闭经

肥胖病是近年来发病率逐渐升高的一种常见病,且女性发病率比男性高一倍。陈香医师(北京中医医院,邮编 100010)采用补脾肾法治疗女性单纯性肥胖并发闭经,疗效满意。

关系密切。

2. 临床表现

体胖,疲乏无力,腰酸腿软,畏寒肢冷,便溏,舌淡苔薄白,脉沉细无力,同时伴有闭经。

3. 治疗方法

原则:温补脾肾,健脾利湿。

治疗方药:黄芪 20 g,仙灵脾 15 g,茯苓 15 g,白术 10 g,山药 10 g,当归 10 g,泽泻 10 g,泽兰 10 g,川断 10 g,肉桂 3 g。

邱
志
济

小儿减肥散治疗少年肥胖症

邱志济医师(浙江省瑞安市广益中医疑难病诊所, 邮编: 325200)以经验方小儿减肥散治疗少年肥胖症, 疗效满意。

1. 病因病机

邱氏认为少年肥胖症和由老年肥胖症 甘症用症却同由右耳

祛脂减肥；更有荔枝核之助，颇能行散水湿痰浊，且荔枝核固精益肾，能祛脂减肥，皂荚伍荔枝核有一开一敛之妙，盖痰浊垢腻并水湿之邪宜开，脾肾精气宜敛，取荔枝核为伍乃亦取前人治痰者必须

李
红
阳

针刺按摩治疗单纯性肥胖症

李红阳医师(广西中医学院, 邮编: 530000)应用针刺加电动按摩器治疗单纯性肥胖症, 特别是以腹腿部脂肪堆积超过理想尺寸为主者, 效果满意。

1. 病因病机

布固定,3~5天后换对侧穴位。30天为一疗程。

穴解:取穴以脾胃经的梁丘、公孙、大横与大肠经之曲池等为主穴,配以补益元气及调理脾胃大肠消化功能的关元、建里等穴以健脾和胃;同时根据脂肪堆积情况选配局部穴位。诸穴合用,则达

丘脑中枢,使食欲减退及减少食物消耗达到减肥效果,尤以耳穴脾、胃、饥点等作用更明显。

李氏以中医整体观念为指导,辨证施治,采用局部与整体相结合的治疗措施,通过针刺、耳穴埋针和电动按摩,达到调节经络脏

刘
志
诚

针刺辨证治疗单纯性肥胖症

肥胖病往往伴有糖尿病、冠心病、高血压等并发症,给人民生活带来很大的危害。刘志诚主任医师(南京中医药大学第二临床医学院 邮编:210020)以针刺辨证治疗单纯性肥胖症 疗效显著

(3)脾虚湿阻型

临床表现:肥胖,纳少乏力,肢体困重,腹胀便溏,尿少肢肿,舌淡体胖,苔薄或腻,脉沉或细。

治疗方法:清热利湿。

耳穴:取三焦、脾、肺。

体穴:取水分、气海、阴陵泉、足临泣等。

(4)心脾两虚型

临床表现:肥胖,心悸怔忡,失眠健忘,头昏眼花,神疲乏力,食欲不振,大便溏薄,舌淡体胖,脉细弱。

耳穴：取肺、脾、三焦。

体穴：取肺俞、脾俞、足三里、列缺等。

(8)心肺气虚型

临床表现：肥胖，心悸气短，咳喘少气，胸闷发憋，乏力自汗，动则更甚。面色晄白或暗滞，甚则可见口唇青紫，舌质暗淡，脉象细弱。

治疗方法：补益心肺。

耳穴：取心、肺、神门。

谌
剑
飞

针刺治疗痛性肥胖

痛性肥胖又称 Dercum 氏病,其特征为在肥胖的基础上于体表尤其是关节周围的松弛部位形成长期的疼痛性皮下结节,进而严重影响病人的正常活动功能。谌剑飞医师(广州中医药大学附

和糖类代谢)的作用。

【按语】 湛氏认为,针刺引起的食欲减退并不立即消失,可持续数月或更长,其作用机制可能是中枢性的(下丘脑机制)或是通过体液机制而作用于脂肪分解和脂肪生成。运动或针刺时,不但脂肪的氧化产物质增加,而且血糖降低,胰岛素分泌减少,胰岛素

徐
洁

针药合用治疗单纯性肥胖症

肥胖病是危害人类健康的主要疾病之一。肥胖病系机体脂肪组织能量过多,脂肪组织与其他软组织的比例过高。实际体重超过标准体重 20% 体重指数 $>25 \text{ kg/m}^2$ 可诊断为肥胖症。徐

适,减肥效果显著。针药合用治疗单纯性肥胖,患者可不必节食,痛苦小,是减肥行之有效的途径。

刘喜英

中西医结合治疗肥胖闭经不孕

刘喜英副主任医师根据祖国医学和现代医学的妇科理论,诊治肥胖不孕患者,疗效满意。

1. 病因病机

《妇青主女科校释》种子篇中载有“肥胖不孕”的产生机制,文

【按语】 《妇青主女科校释》种子篇中亦载有“肥胖不孕”的治疗大法,文中记载:“治宜补脾胃、泄水而化痰,方用加味补中益气汤。此方之妙,妙在提脾气而升于上,作云作雨,则水湿反利于下行;助胃气而消于下,为津为液,则痰涎转易于上化。阳气旺则

张
润
秋

中西医结合治疗小儿 肥胖和厌食症

近年来由于营养过剩等引起的小儿单纯性肥胖有增多趋势，相反由于乱给零食及不适当的营养品等原因引起的胃肠功能紊乱
导致厌食症也具临床常见病症之一 张润秋医师/天津医科大学

血管疾病的危险因素已被确认,对儿童期健康损害越来越受重视。张氏以中药治疗该病收到了满意的效果。明显表现出服用中药治疗后小儿食欲容易满足,比较容易坚持规定的饮食标准和体力活

王君义

中药结合针灸治疗单纯性肥胖症

单纯性肥胖症系因摄入饮食过量,营养过剩,能量消耗过少,脂肪在体内堆积过多,使体重超过标准体重 20% 者。世界卫生组织及英美等国的标准 以男性超过标准体重 20% 女性超过标准

1次,15次为一疗程。服药针灸期间停服其他药物。

【按语】 祖国医学对针灸作用的论述可概括为调正阴阳和扶正祛邪。调正阴阳即调整气血的偏盛与偏衰。研究发现,针灸对血液循环、呼吸、消化等功能均有调整作用。王氏根据肥胖症的

陈
丽
贤

耳穴加电针治疗肥胖症

陈丽贤医师(解放军广州军区广州总医院康复理疗科, 邮编: 510010)运用耳穴加电针治疗肥胖症, 效果满意。

1. 病因病机

《医门法律》曰:“肥人湿多”, 其病理为“脾为生痰之源”。

食中枢的活动水平占优势,促进代谢以减少多余脂肪堆积,诸法合用能较快达到减肥之目的。

陈世伟

针灸治疗肥胖病

陈世伟医师(广东省深圳市罗湖区人民医院, 邮编 :518004)
运用针灸治疗肥胖病, 效果满意。

1. 诊断标准

标准体重计算公式: 男性标准体重(kg) = [身高(cm) - 100]

× 0.9 女性标准体重(kg) = [身高(cm) - 100] × 0.85 计算结果

丛
日
波

清瘦丸治疗成人肥胖症

肥胖症在临床上较为常见,丛日波医师以经验方消瘦丸治疗该症,疗效满意。

1. 诊断标准

体重超过标准体重 30% 以上者,平素嗜食肥甘烟酒,口中黏腻,倦怠乏力,或伴有嗜睡、多汗、作呕、手足麻木(或发冷发凉)等

6. 注意事项

在服药的同时配合适当控制饮食及加强体育活动(散步、慢跑、太极拳)等。

崔
鸿
峥

针灸合并中药治疗肥胖症

随着人们生活水平的提高,肥胖症患者越来越多。崔鸿峥医师(辽宁省锦州铁路中心医院,邮编:121000)运用针灸合并中药治疗该病,效果满意。

1. 病因病机

(3)冲任失调:症见体胖、腰酸乏力、月经不调。

方药:以逍遥散加减治疗。

方解:柴胡、当归、白芍、茯苓、白术为主药,具有调益冲任、活血养颜、利水轻身之功。

针灸:上脘、中脘、关元、天枢、带脉、血海、三阴交,得气后用补法。

冯
玉
娟

分型论治单纯性肥胖症

单纯性肥胖症是由于人体热量的摄入量超过消耗量,体内脂肪堆积过多,引起体态异常,脂肪、糖类、水等代谢紊乱,激素分泌显著的一种营养代谢障碍综合征。冯玉娟医师/山东省淄博市

程的多个环节均可起到调整作用,使肥胖患者已紊乱的物质代谢、水盐代谢和能量代谢重趋平衡,从而显示了较好疗效。

丰
玉
红

运用针灸疗法治疗单纯性肥胖症

单纯性肥胖症是指摄入的热量超过消耗的热量,导致人体脂肪过多积聚。丰玉红医师(山东省东营市利津县第二人民医院,邮编:257447)运用针灸疗法治疗该病 效果显著

而主形体……故血实气虚则肥，气实血虚则瘦。”所以用阴陵泉、三阴交以健脾祛湿；关元、气海以益气，用手足阳明经经穴可促进气血运行。

(2)耳穴取穴：脾、胃、三焦、内分泌、皮质下、交感、饥点。

随症加减：食欲过剩配口、神门；轻度浮肿者配肾、艇中。另外

富
羽
翔

运用综合疗法治疗单纯性肥胖症

肥胖症是当今一种多发病,富羽翔医师(哈尔滨市中医医院,邮编:150076)运用综合疗法治疗该症,疗效满意。

1. 诊断标准

肥胖的诊断标准,体重指数(BMI) = 体重(kg) / 身高(m)²

日 1 次,每次留针 30 分钟,针 13 次为一疗程,采用腹部 10 针法。

配穴:脾胃湿阻型针阴陵泉、丰隆、足三里、三阴交;胃腹蕴热者可选胃俞、内庭、曲池、足三里等穴;小肠实热者针小海、曲池、前谷、下巨虚;肠燥便结者针曲池、内庭、上巨虚、二间;肝气郁结型针

高
洪
生

单纯性肥胖症的针刺治疗

肥胖症是临床上一种常见病,高洪生医师采用针刺治疗,效果满意。

1. 治疗原则

泻其有余,补其不足。

2. 治疗方法

(1)针刺取穴:胃热易饥型取天枢、关门、足三里、内庭;痰湿内

级),超过标准体重 42%,体重指数 30.5。高氏辨证属痰湿内盛型。治疗:针刺主穴中脘、内关、公孙、丰隆,加刺腹部脐周阿氏穴,均用泻法,得气后接通 G6805 电针仪,通电 30 分钟。取双侧耳穴压王不留行籽。患者经过 1 个疗程减肥治疗后无不自感觉 自觉

古
丽
米
娜

腹针治疗单纯性肥胖症验案举隅

单纯性肥胖症主要因摄食过量(相对或绝对),脂肪在体内积聚过多,造成肥胖。古丽米娜医师(新疆克拉玛依市中心医院针灸科 邮编 834000)运用腹针治疗,效果显著。

Ⅱ度肥胖。古氏腹针取穴。在治疗期间患者,食欲降低,大便通畅,每日1~2次,精力充沛,1个疗程后体重下降13 kg,2个疗程后体重降至61 kg。

【按语】 古氏认为:人之先天,从无形的精气到胚胎的形成,完全依赖于神阙系统。以神阙为轴心的上腹部不仅有一个已知的

(3)脾虚湿盛型,加运脾土、运八卦、揉按天枢、上巨虚、公孙、足三里各 50 次。

耳穴:每次取单侧耳穴,双侧耳穴交替使用,贴耳穴前将探针于穴区按压寻找准确痛点,将贴有磁珠的胶布固定于耳穴,每日按压 3~5 次,每次约 5 分钟,3 日更换一次。

姜
美
香

针灸与推拿并用治疗肥胖症

肥胖症是一种生活方式性疾病,姜美香医师(山东省青钢医院,邮编:266043)运用针灸与推拿并用治疗,效果满意。

1. 辨证分型

分为虚实夹杂型、实证型、虚症型。

2. 治法

推拿手法:擦八髎、擦肾俞、擦命门至热,捏脊、摩腹、抖腹以消脂。

耳穴取穴:脾、肾、甲状腺、内分泌、三焦、脑垂体。

针灸操作:常规消毒、取穴,行针得气后留针 20~40 分钟,日 1 次,12 次为一疗程,停 6 天后行第二疗程,根据情况第二疗程可

李洪玲

推拿与行为矫正合用 治疗儿童单纯性肥胖症

儿童单纯性肥胖症是当今的一种多发病,李洪玲医师(郑州大学第三附属医院儿科,邮编:450052)运用中医循经推拿和行为矫正治疗 效果满意

李
伟
红

腕踝针加耳穴贴压磁珠 治疗单纯性肥胖症

肥胖病是目前临床上常见的一个病症,李伟红医师运用腕踝针加耳穴贴压磁珠治疗该病,效果满意。

1. 诊断标准

肥胖程度,按身高体重指数(体重/身高²)判定

【典型病案】 张某,女,21岁,未婚,1999年5月11日诊。就诊时体重60 kg,身高体重指数26.3,轻度肥胖。2年前突然发胖,体重1月内增加7.5kg。曾节食并服用“更娇丽”减肥茶无效。腕踝针刺内踝以上约三横指,靠跟腱内缘;耳穴贴压磁珠取神门、

梁
国
新

儿童单纯性肥胖症的综合治疗

梁国新医师(广州市儿童医院内分泌科,邮编:510120)运用综合方法治疗儿童单纯性肥胖症,效果满意。

1. 诊断标准

根据0~6岁儿童身高、体重参考值及评价标准 按身高和体

龙
志
江

穴位埋线与耳压疗法合用 治疗单纯性肥胖症

单纯性肥胖症是指摄入热量多于消耗而以脂肪的形式储存于体内,以肥胖为主要临床症状。龙志江医师(湖南中医学院第一附属医院 邮编:410007)运用穴位埋线结合耳压疗法治疗单纯性肥胖症,取得显著疗效。

化湿;带脉、阿胖穴诸穴合用,共奏健脾利湿、化痰和中、化脂降浊之功,从而达到减肥强身的目的。

操作方法:将0号羊肠线剪成1.5~1.8 cm长若干段,浸泡于盛有0.9%生理盐水的弯盘中。暴露穴位并用龙胆紫定位后,穴

孙定隆

启宫丸加减治疗 单纯性肥胖症验案

肥胖症为临床之常见病,孙氏用启宫丸加减治疗单纯性肥胖,效果满意。

1. 病因病机

单纯性肥胖症属中医“痰湿”范畴,中医有“肥人多痰湿”之说。

方解：该方以苍术、猪苓、法半夏健脾燥湿祛痰；藿香、广木香芳香醒脾祛浊，以其燥性运化痰湿脂浊；以荷叶、泽泻、草决明、川芎活血祛湿化脂浊，以其润性调节血中精浊，使脾得健运而标本兼治。

孙
岚
云

针刺配合耳穴按压 治疗单纯性肥胖症

肥胖不仅仅影响人的体型美观,更主要的是它可以引发冠心病、高血压病、糖尿病等多种疾病。孙岚云医师(天津市中医医院,邮编:300140)运用针刺配合耳穴按压治疗肥胖症,效果显著。

的要穴；交替选用手足阳明经穴，可促进气血运行，因为阳明经为多气多血之经。

王
少
锦

针刺耳穴结合辨治肥胖病

单纯性肥胖症是肥胖症中最常见的一种严重危害健康的病症,可引发糖尿病、冠状动脉粥样硬化、脑血管病、高血压病、高脂血症等疾病。王少锦医师(河北医科大学中医学院 邮编,050001)

杨若俊

小儿减肥丸治疗单纯性肥胖症

单纯性肥胖症是一种营养代谢性疾病，杨若俊医师(云南中医学院医学系，邮编:650200)运用小儿减肥丸治疗该症，疗效满意。

1. 诊断标准

(1) 主要标准 年龄体重高于同龄儿童，身高在正常范围内，无其他

经,具有破气消积、化痰除痞之功;草决明甘苦微寒,具有降脂、润肠通便之功;山楂酸甘微温,能消食化积、活血散瘀,三药合用共开祛邪之道路,使水湿、痰饮等浊阴之邪从下而去。再佐以厚朴,行

与温源,深于汗而化痰,若吐升发津阳,散瘀而利湿,使六气升

张 军

针药结合治疗单纯性肥胖症

肥胖症是指体内脂肪组织绝对量增多或相对比例增高,其中无明显病因可寻、单纯由于营养过度或能量消耗过少所造成的全身性脂肪过量堆积和单纯性肥胖症。张军医师(贵阳中医学院第

150 ml, 10 天为一疗程, 连续服用 30 天。

方解: 山药、柴胡、生晒参、太子参、茯苓、茵陈等组成复方, 健脾养阴、补益肝肾、通调脏腑, 抑制亢进的胃肠蠕动和消化吸收, 从而健身减肥。

【典型病案】 谈某, 女性, 32 岁。患单纯性肥胖症 8 年。身高

张伏炎

针灸治疗肥胖症验案举隅

张伏炎医师以针灸治疗肥胖症,疗效满意。现介绍如下。

1. 病因病机

肥胖症大都由脾气虚、痰湿聚、瘀脂凝所致。

2. 治疗原则

以健脾胃、化痰浊为主。

3. 治法举例

疗程,共治疗观察3个疗程。

【典型病案】 莫尼卡,女,40岁,巴西人。1998年7月11日初诊。身高175 cm,体重125 kg,平素多食易饥,喜饮甜味,产后3年来体重增加了30 kg。为了减肥,虽平日外出步行,参加游泳并每日练太极拳,但减肥效果不明显。在法国时听说针灸各种精油

张
国
忠

针药并施治疗单纯性肥胖症

肥胖症是目前常见病之一,且发病率有逐年上升的趋势。张国忠医师(甘肃武威市中医医院,邮编:733000)运用针药并施治疗该症,疗效满意。

1. 临床表现

患者男,45岁,身高175cm,体重100kg,BMI=32.9,腹围100cm,腰围95cm,臀围100cm,颈围40cm,四肢

配穴：上巨虚、下巨虚、脾俞、胃俞、肾俞、内庭、太溪、列缺。以上各穴交替应用。

耳穴：脾、胃、大小肠、内分泌等点。

【按语】 张氏认为中药不仅能减肥，而且能降低血中甘油三酯和总胆固醇，调整机体的代谢，使紊乱的物质、能量、水盐代谢重

张
中
成

补泻结合针刺肥胖病

肥胖病是指因体内热量摄入大于消耗,造成脂肪在体内积聚过多,导致体重超常的病症。张中成医师(南京中医药大学,邮编:210029)以针灸治疗该病,疗法满意。

1 病因病机

3. 治疗原则

健脾利湿,温阳化湿,通腑泻热,理气化滞。

4. 治疗方法

(1)体针主穴:取足三里、上巨虚、天枢,脾虚湿盛加阴陵泉、气海、丰隆;胃肠实热加曲池、支沟、内庭;肝郁气滞加太冲、蠡沟;脾肾阳虚加脾俞、肾俞、命门。针刺隔日1次,每次30分钟,10次为

赵
晨
光

腰身变细汤治疗肥胖症

肥胖症是临床上一种多发病、常见病,赵晨光医师(聊城市第四人民医院,邮编:252000)运用腰身变细汤治疗该症,疗效满意。

1. 诊断标准

标准体重计算公式为:身高(厘米)²×0.02(千克)

正常输布,脂浊痰湿不得内聚,则肥胖不能形成。

服药方法:每日 1 剂,水煎 2 次,早晚分服。

赵进军

单味中药及复方治疗肥胖症

赵进军医师(解放军第一军医大学中医系,邮编:510515)应用单味中药和复方药治疗肥胖症,疗效满意。

1. 中医分型

赵氏将肥胖症分为四型:(1)脾虚湿阻型;(2)肝阳湿热型;(3)

滋阴养血、减肥降脂的中药有：旱莲草、女贞子、首乌、生地、山茱萸、枸杞子、菊花、桑寄生、灵芝等。

4. 复方治疗

(1)脾虚湿阻型：寒湿者予以温中化湿，选苓桂术甘汤加减；湿热者予以清热利湿，选三仁汤加减。

(2)肝阳湿阻型：治以疏肝理气利湿，选芍药汤、白芷、防风、羌活

植 兰 英

埋线法治疗单纯性肥胖症

植兰英医师(广西中医学院瑞康医院针灸科, 邮编: 530001)运用埋线疗法治疗单纯性肥胖症, 效果满意。

1. 取穴

(1) 足太阳膀胱经穴: 五脏背俞穴、大肠俞、承山。

(2) 脾胃经穴: 中脘、天枢、大横、腹结、腹中、气海、中极、关元、石门、阴交、横骨。

可调节和振奋各脏腑机能,达到健脾布津、化痰祛湿、通腑祛积作用;并且人体的分解系统以交感神经为主导,其节后纤维的解剖位区均来自胸腰部,刺激同一节段的脏腑背俞穴,可兴奋交感神经,但此迷走神经能具抑制调节作用,故其作用复杂。

朱桂英

吸脂术治疗肥胖症

朱桂英医师(山东大学临床医学院)运用吸脂术治疗肥胖症,疗效满意。

1. 诊断标准

朱氏采用体重指数法,即实际体重(kg)除以身高的平方。按中国人体重指数(BMI)测量 BMI ≤ 22 为正常, 24.0 为超重, ≥ 25 为肥胖。

分布。

(6)操作方法:朱氏根据不同部位选择相对隐蔽且便于操作的部位作长约 8 mm 的切口。

首先,先用注射器配合内径 1.8 mm 吸脂吸头进行抽吸,将吸头插入皮下脂肪层,拉出针芯,形成负压,进行预抽吸,主要以形成多层次 多方向的皮下隧道为目的

朱
升
朝

幼儿单纯性肥胖症的按摩疗法

小儿单纯性肥胖症是指没有显著内分泌神经功能异常,仅在遗传基因的影响下加之多食、贪睡、少活动等外在因素引起皮下脂肪和聚积多,体重超过按身长计算的标准体重20%者。朱升朝医

随证加减：胃肠实热证加清大肠、退六腑、清胃经各 100 次；肝郁气滞证加清肝经、拿肩井各 50 次；脾虚湿阻证加运脾土、运八卦、揉按足三里各 50 次。

(4) 注意事项：每天按摩 1 次，4 周为一疗程，共治 3 个疗程。
每次按摩结束后均要喝一杯水，且不宜立即进食，以免影响疗效。

段
阳
泉

藿香正气散治疗肥胖症验案举隅

藿香正气散出自《太平惠民和剂局方》，具有解表和中、健脾理气化湿之功效，用于治疗外感风寒、内伤湿滞之证。段阳泉医师根

便尚可。血压为 20.8/15.2 kPa。守上方后下大黄,加车前子 5 g,又服 10 剂,大便稀,每日 2 次,小便量多,舌脉正常。血压为 17.6/12.2 kPa。身重减 4.5 kg。惟患者形体肥胖,多湿多痰,湿多必困脾,痰多必阻气机,影响脾之健运,因此,段氏用藿香正气丸

风痰上扰,脾胃不和。

治疗原则:健脾燥湿,祛痰化浊。

治疗方药:藿香正气散合导痰汤加减。药用竹茹、半夏、天麻各 15 g,白术、厚朴、陈皮、茯苓各 12 g,生龙骨、代赭石、生牡蛎各 30 g,川芎、枳实、夏枯草各 12 g,生姜 5 片。5 剂,水煎服,每日 1 剂。

综上所述,燥湿祛痰,渗湿于下为治疗的关键,故段氏重用半夏,燥湿祛痰以止吐,为标本兼治的要药。用生姜取小半夏汤之旨,和胃以止呕。生姜为“呕家圣药”,既能健胃止呕,又能制约半夏的毒性。

胡
艳
红

透穴法治疗单纯性肥胖症

胡艳红医师(北京市第六医院,100007)以透穴法治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 病因病机

祖国医学认为,肥胖形成的原因主要与过食肥甘厚味及先天

枢,天枢透水道,大横透腹结,脾关透伏兔,肩髃透曲池等;阴陵泉、内庭、三阴交直刺;并配合耳穴贴压治疗。经过1个疗程治疗,体重下降8.5 kg。经过3个疗程治疗,体重下降19 kg,腰围由89.9减至69.9 cm。随访1年未反弹,其他症状消失。

李
道
平

综合疗法治疗单纯性肥胖症

李道平医师(黑龙江省鹤岗市中医院,邮编:154100)以综合疗法治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 病因病机

祖国医学认为肥胖与先天禀赋,过食肥甘、膏粱厚味,劳逸失

用泻法刮拭督脉(由上而下)、足太阳经(由下而上)一、二侧线。重点刮拭大椎、T₅₋₁₂及其两侧、腰骶部。

用泻法刮拭任脉(由上而下)、足阳明(由下而上)、足太阴(由上而下)的腹部经脉。重点刮拭膻中、中脘、气海、关元、梁门、天枢、水道、十横等穴。刮拭腹部时刮至肠鸣辘辘。左右侧交替进行。

饮,易出汗,小便短赤,大便秘结,舌红苔黄,脉弦滑。李氏以上述方法治疗1个疗程后体重减为75 kg,精神状态好,饥饿感减轻,大便通畅,口渴减轻,饮食减少,不吃零食。又治疗2个疗程后,体重减为60 kg,其肥胖症状和体征完全消失。之后该患者一直坚持运动

彭
红
华

体针、耳穴、减肥脐膏 综合治疗女性肥胖病

肥胖病是现代社会的一种常见病与多发病。它不仅引起很多并发症,而且影响人的形体美。彭红华医师(广西中医学院,邮编:530004)以体针、耳穴、减肥脐膏综合治疗女性肥胖病,疗效显著。

(3)减肥脐膏疗法:用上海古神保健品有限公司生产的古神减肥脐贴,撕开防粘纸并将脐贴对准脐中部粘贴平整,留置 24 小时更换,连续 20 天为一疗程。

【按语】 祖国医学认为肥胖多由饮食不节,恣食肥甘厚腻之品,痰湿内聚,脾失健运所致。脐为冲任之脉,且一息在脐中

朴
联
友

灵龟八法治疗单纯性肥胖症

朴联友医师(北京中医药大学东直门医院针灸科,邮编:100700)以灵龟八法治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 诊断标准

标准体重按下列公式计算:

北方成年人标准体重(kg)=[身高(cm)-150]×0.6+50

辨证取下面的辅穴,气滞取太冲;痰浊取中脘;胃热取内庭;脾肾虚取太溪、阴陵泉。实证针刺用泻法,虚证针刺用补法,留针 30 分钟。每日治疗 1 次,5 次为一疗程。休息 2 天,继续下一个疗程。

【典型病案】 耿某,女,45 岁,已婚,初诊日期 1999 年 9 月 15

王
凤
艳

针刺为主配合耳穴 治疗单纯性肥胖症

单纯性肥胖是指热量超过消耗而导致的脂肪组织过剩,多半系因营养过度,引起脂肪细胞肥大和脂肪细胞数量增加。王凤艳医师(哈尔滨市第一医院 邮编:150001)采用针刺为主配合耳穴

功能,既辅助正气,又通过经络的疏通作用祛除停于体内的邪气,即祛邪。针灸减肥的过程就是通过扶正祛邪使机体达到平和的目的。王氏选用天枢、水分、关元、中脘有抑制食欲、促进代谢、调整脾胃的功能,从而达到减肥目的,使症状和机体得到恢复。

夏
茗
琦

针药并用治疗单纯性肥胖症

夏茗琦医师(辽宁省人民医院,邮编:110015)以中药针灸相结合治疗单纯性肥胖症,疗效满意。

1. 诊断标准

夏氏参照全国中西医结合肥胖研究学术会议确定的计算方

为度。

【按语】《素问·奇病论》曰：“肥者令人中满，此肥点之所发、其人必数食其美而多肥也。”夏氏认为肥胖的主要原因为过食肥甘、醇酒厚味，而致湿热渐积，脾失健运，水精不布，脂膏内瘀。脾

许
姿
妙

辨证分型穴位埋线法治疗肥胖症

许姿妙医师(台湾省台中市联合中医医院针灸科)辨证分型穴位埋线法治疗肥胖症,疗效满意。

1. 辨证分型

(1)脾虚湿阻型

临床特点 形体肥胖 胸脘痞闷 纳呆腹胀 头重如裹 舌淡苔厚 脉

隆、足临泣。

(5)脾肾阳虚型

临床症状:形体肥胖,面色晄白、形寒肢冷,少腹腰膝冷痛,纳少便溏,尿少肢肿,妇女经量变少甚或闭经,舌质淡胖,脉沉或弱。

取穴:脾俞、肾俞、三阴交、气海、太溪、足三里、命门、关元、天枢、阳陵泉、百会、水分、二焦命

位埋线是针灸的改良与延伸,但其作用的持续性则非针刺所能比拟,对采用过传统针灸减肥而疗效不佳的患者,改用穴位埋线疗法减肥,都能达到满意的效果。

参 考 文 献

- 1 王绣兰. 耳压结合按摩拔罐治疗肥胖症 50 例. 陕西中医, 1994, 15(8): 367
- 2 刘 瑾. 从痰证论治肥胖症 24 例. 浙江中医学院学报, 2004, 28(1): 46
- 3 许振伟. 启宫丸加减治疗单纯性肥胖症举隅. 实用中医药杂志, 2000, 16(11): 40
- 4 周云英, 等. 耳穴贴压加经络减肥仪治疗单纯性肥胖 200 例. 福建医药杂志. 1997. 19(2). 122

- 17 李培生. 谈肥胖病的病因、治法及应用效方. 光明中医杂志, 1994, 4: 19
- 18 王国明. 穴位埋线治疗单纯性肥胖症 60 例疗效观察. 中国针灸, 2001, 21(7): 395
- 19 汤 柯, 等. 针刺配合手法治疗单纯性肥胖症 36 例. 陕西中医, 1997, 18, (2): 80
- 20 宋秀珍, 等. 针刺治疗肥胖型 II 型糖尿病 36 例. 中国乡村医药, 1999, 6

- 35 邹秋英. 针刺治疗肥胖症 100 例疗效观察. 河北中医, 2001, 23(7): 530
- 36 汪惠敏, 等. 针刺治疗局部肥胖. 中国中医药信息杂志, 2003, 10(6): 82
- 37 王梦文, 等. 针灸治疗单纯性肥胖病 80 例疗效观察. 吉林中医药, 2003, 23(6): 38
- 38 布 赫, 等. 针刺治疗肥胖症 126 例临床观察. 内蒙古中医药, 2002, 2.

- 52 汤国娟,等. 体针结合耳压治疗单纯性肥胖症 132 例疗效观察. 中国中医药科技,2002,9(5):288
- 53 谢远军. 推拿治疗 106 例单纯性肥胖症的临床研究. 推拿与按摩,2002,18(4):5
- 54 贾小格. 推拿治疗单纯性肥胖症 30 例疗效观察. 按摩与导引,2003,19(3):19
- 55 李伟华. 推拿治疗单纯性肥胖症 30 例疗效观察. 按摩与导引,2003,19(3):19

- 68 孟云凤,等. 肥胖病针灸从脾论治. 针灸临床杂志,2003,19(7):4
- 69 张 丽,等. 磁针治疗单纯性肥胖症并发高脂血症的疗效观察. 上海针灸杂志,2003,22(2):7
- 70 王晓燕. 综合疗法治疗单纯性肥胖症 212 例临床观察. 新中医,2003,35(4):44
- 71 刘书波,等. 综合疗法治疗单纯性肥胖症 212 例临床观察. 新中医,2003,35(4):44

(3):282

- 87 湛剑飞. 痛性肥胖针刺治疗的研究. 上海针灸杂志, 1998, 17(4):6
- 88 齐惠涛. 耳穴压豆治疗单纯性肥胖症 45 例. 山东中医杂志, 1997, 16(2):76
- 89 谢春华, 等. 耳针治疗儿童单纯性肥胖症 35 例疗效观察. 现代康复, 1999, 3(2):198
- 90 邱志济 等. 自拟小儿减肥散治疗少年肥胖症 160 例. 辽宁中医 2000

The first part of the document discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions. It emphasizes that every entry, no matter how small, should be recorded to ensure the integrity of the financial data. This includes not only sales and purchases but also expenses and income. The document provides a detailed list of items that should be tracked, such as inventory levels, accounts payable, and accounts receivable. It also outlines the procedures for recording these transactions, including the use of double-entry bookkeeping to ensure that the books balance.

The second part of the document focuses on the analysis of the financial data. It explains how to calculate key financial ratios and metrics, such as the gross profit margin, operating profit margin, and return on equity. These metrics are used to evaluate the company's performance and identify areas for improvement. The document also discusses the importance of comparing the company's performance to industry benchmarks and providing a clear explanation of any variances.

The final part of the document covers the preparation of financial statements. It provides a step-by-step guide to the preparation of the income statement, balance sheet, and cash flow statement. It also discusses the importance of auditing the financial statements to ensure their accuracy and reliability. The document concludes with a summary of the key findings and recommendations for the future.