

# 代謝性疾病針灸 治療

---

# 代謝症候群

---

高血壓

血脂異常

高血糖

肥胖

# 107年國

# METABOLIC SYNDROME

## Metabolic Syndrome?

A common condition in which obesity, high blood pressure, high blood glucose and cholesterol profile (dyslipidemia) cluster together in one person. When these risk factors develop separately, heart disease, stroke, and diabetes is much greater than they are independently. According to the American Heart Association, about 25% of adults have metabolic syndrome.

## Syndrome Risk Factors

An individual with metabolic syndrome must have at least three of the following risk factors:

**Abdominal obesity:** Excess fat mostly around the abdomen.

**High blood pressure:** Systolic blood pressure greater than 130 mmHg or diastolic blood pressure greater than 85 mmHg.

**High blood glucose:** Sugar (glucose) builds up in bloodstream.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

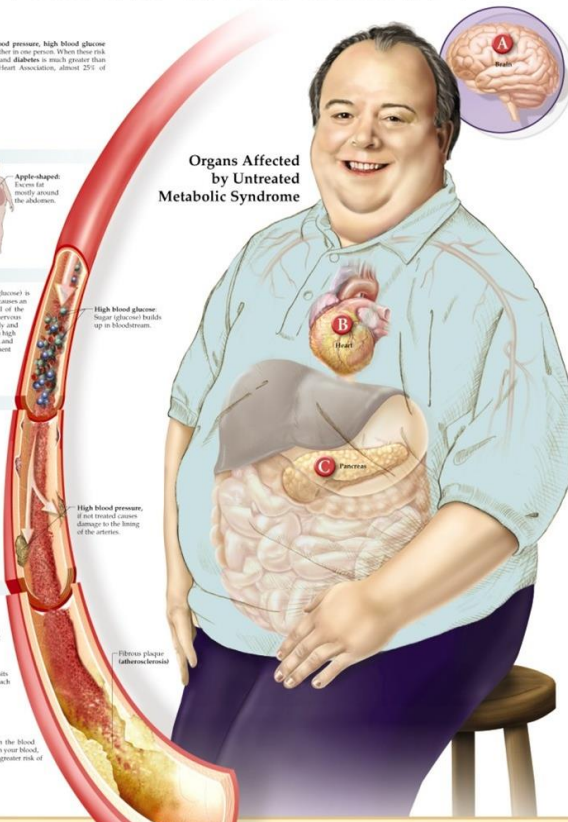
**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

**High blood pressure:** If not treated causes damage to the lining of the arteries.

## Organs Affected by Untreated Metabolic Syndrome



HEART DISEASE



DEMENTIA

## THE METABOLIC SYNDROME



LIPID PROFILE (Dyslipidemia)



CANCER

OVARIAN SYNDROME

FATTY LIVER DISEASE

## 年國人十大死因

- 1. 惡性腫瘤 (癌症)
- 2. 心臟疾病
- 3. 肺炎
- 4. 腦血管疾病
- 5. 糖尿病
- 6. 事故傷害
- 7. 慢性下呼吸道疾病
- 8. 高血壓性疾病
- 9. 腎炎、腎病症候群及腎病變
- 10. 慢性肝病及肝硬化

UCTVPrime

資料來源：衛福部統計處

圖：資料照 製表：記者吳亮儀

# 為什麼會得到代謝症候群？

---

不良的生活型態

遺傳因素

- 家族中有高血壓、糖尿病、高脂血症的人，其代謝症候群的機率比一般人高。

不是病是一種型態  
可以預警健康狀況

# The US National Cholesterol Education Programme Adult Treatment Panel III (NCEP ATP III) guidelines

高血壓	正接受高血壓藥物治療或血壓高於130/85
血脂異常	三酸甘油脂(TG)> 150 mg/dL
	高密度脂蛋白(HDL)男性<40 mg/dL女性<50 mg/dL
肥胖	腰圍男性>102 cm ; 女性> 88 cm (東方人男性>90 cm ; 女性> 80 cm) (35吋/32吋)
高血糖	空腹血糖>110 mg/dL
診斷標準	上述五項任三項成立

# 高血壓的分期 ( 1998年修定 )

代謝症候群- 血壓偏高	正接受高血壓藥物治療或血壓高於130/85
----------------	-----------------------

血壓分類	收縮壓	舒張壓
理想血壓	< 120 mmHg	< 80 mmHg
正常血壓	< 130 mmHg	< 85 mmHg
正常偏高型血壓	130-139 mmHg	85-89 mmHg
高血壓 第一期	140-159 mmHg	90 -99 mmHg
高血壓 第二期	160-179 mmHg	100-109 mmHg
高血壓 第三期	$\geq 180$ mmHg	$\geq 110$ mmHg

# 糖尿病的診斷標準

代謝症候群-高血糖	空腹血糖>110 mg/dL
-----------	----------------

空腹（至少八小時）血漿葡萄糖濃度  $\geq 126$  mg/dl

任意血漿葡萄糖濃度  $\geq 200$  mg/dl

葡萄糖耐受試驗(1.75 g/kg (75 g))，二小時血漿葡萄糖濃度  $\geq 200$  mg/dl

HbA1c  $\geq 6.5$  %

血糖界定在126mg/dL，是根據血糖在此濃度時，視網膜開始產生病變。但事實是，在血糖上升到這個濃度之前，病人雖不被歸為糖尿病人，動脈卻已開始硬化。而血糖超過110mg/dL表示，身體已出現葡萄糖不耐的狀況，也就是糖尿病的先兆。

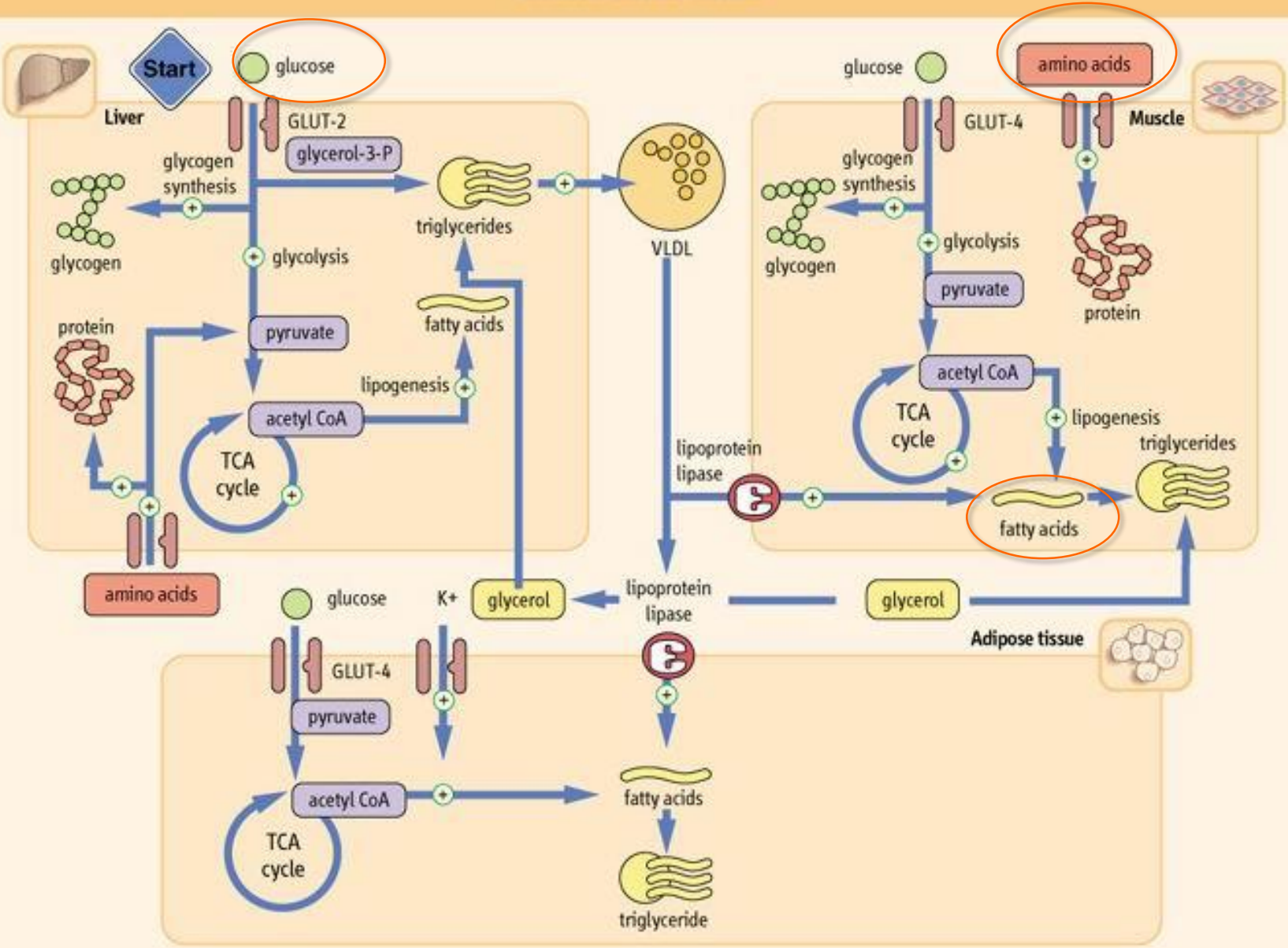
# 高血脂症

代謝症候群 血脂異常	三酸甘油脂(TG)> 150 mg/dL
	高密度脂蛋白(HDL)男性<40 mg/dL女性<50 mg/dL

	理想值 (mg/dl)	邊緣值 (mg/dl)	高值 (mg/dl)	危險值 (mg/dl)
總膽固醇 (非禁食)	< 200	200~239	> 240	> 240
三酸甘油脂 (禁食 12小時)	< 150	150~199	200~499	> 500
低 密度脂蛋白(禁食 12小時)	< 130	130~159	160~189	> 190
高密度脂蛋白	> 35	糖尿病人HDL-C男性應在40 mg/dl以上 女性應在50 mg/dl以上 (2004年美國糖尿病學會建議)		



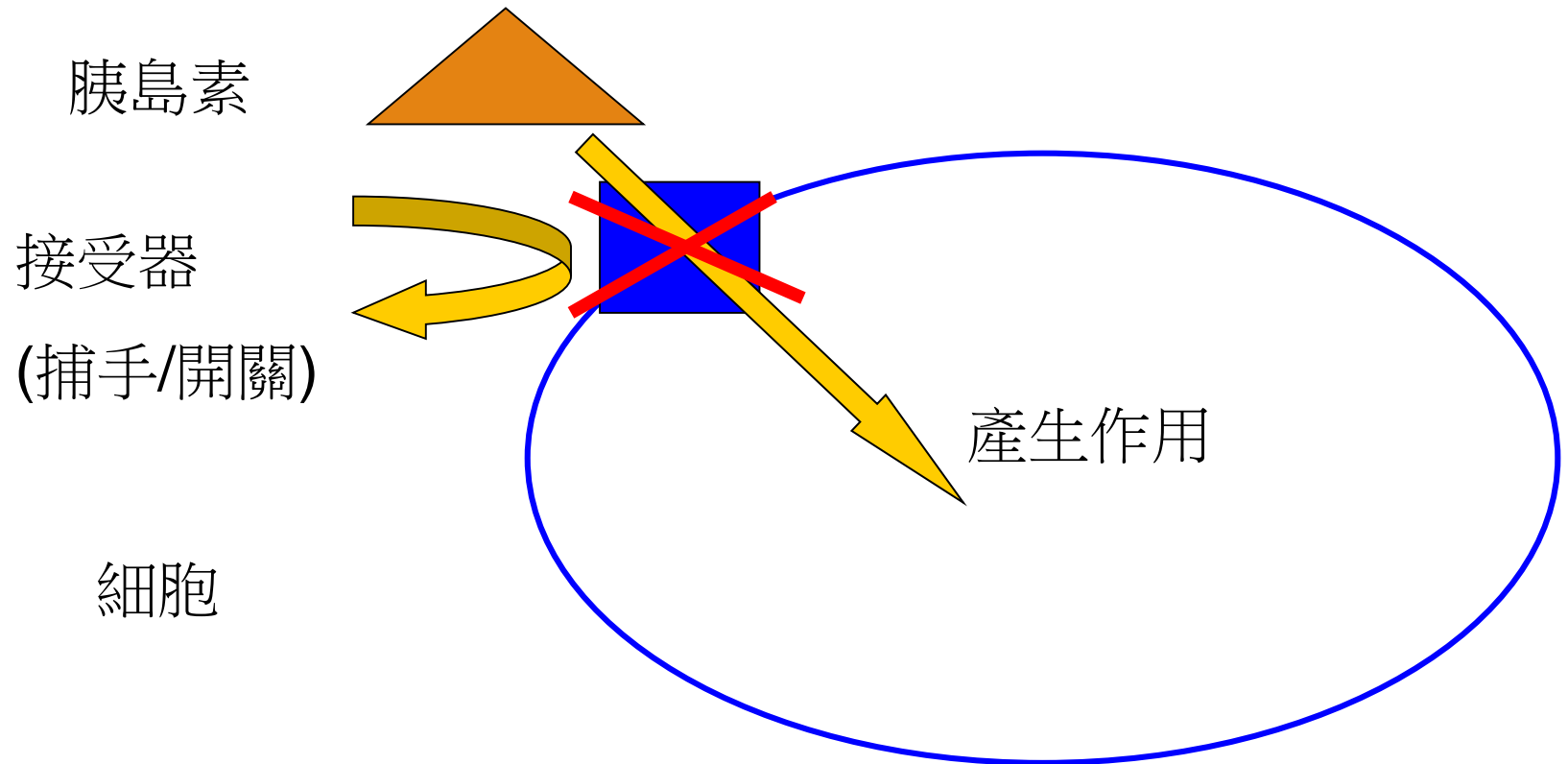
### Metabolic effects of insulin



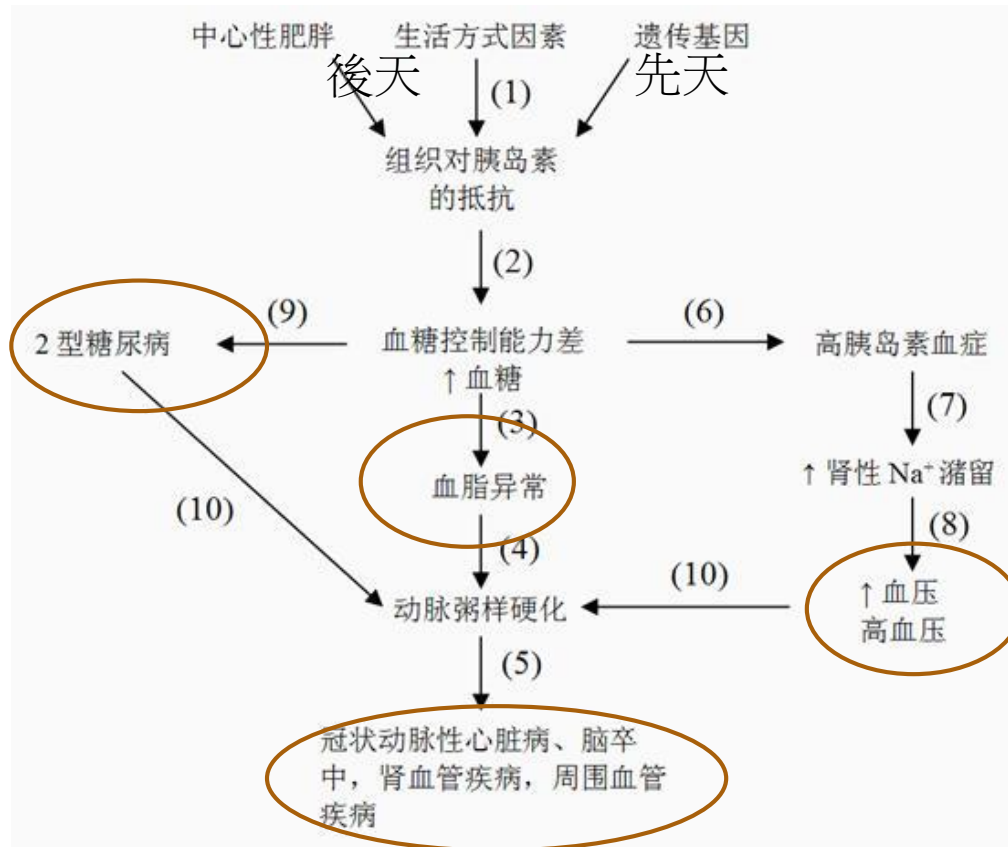
# INSULIN RESISTANCE

核心問題：胰島素抗性增加 → 胰島素分泌量增加

---



# Insulin resistance



# 中醫觀點

---

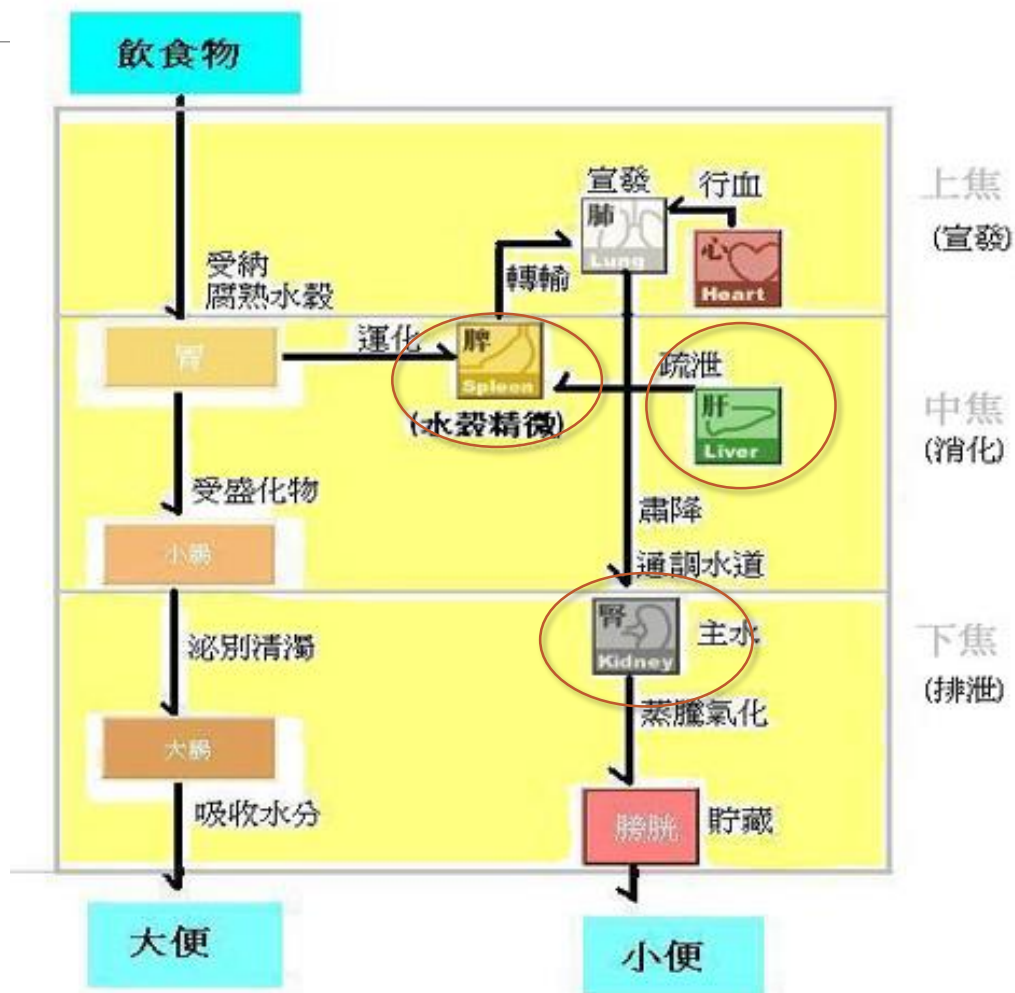
# 生理機轉

## 《素問·經脈別論》

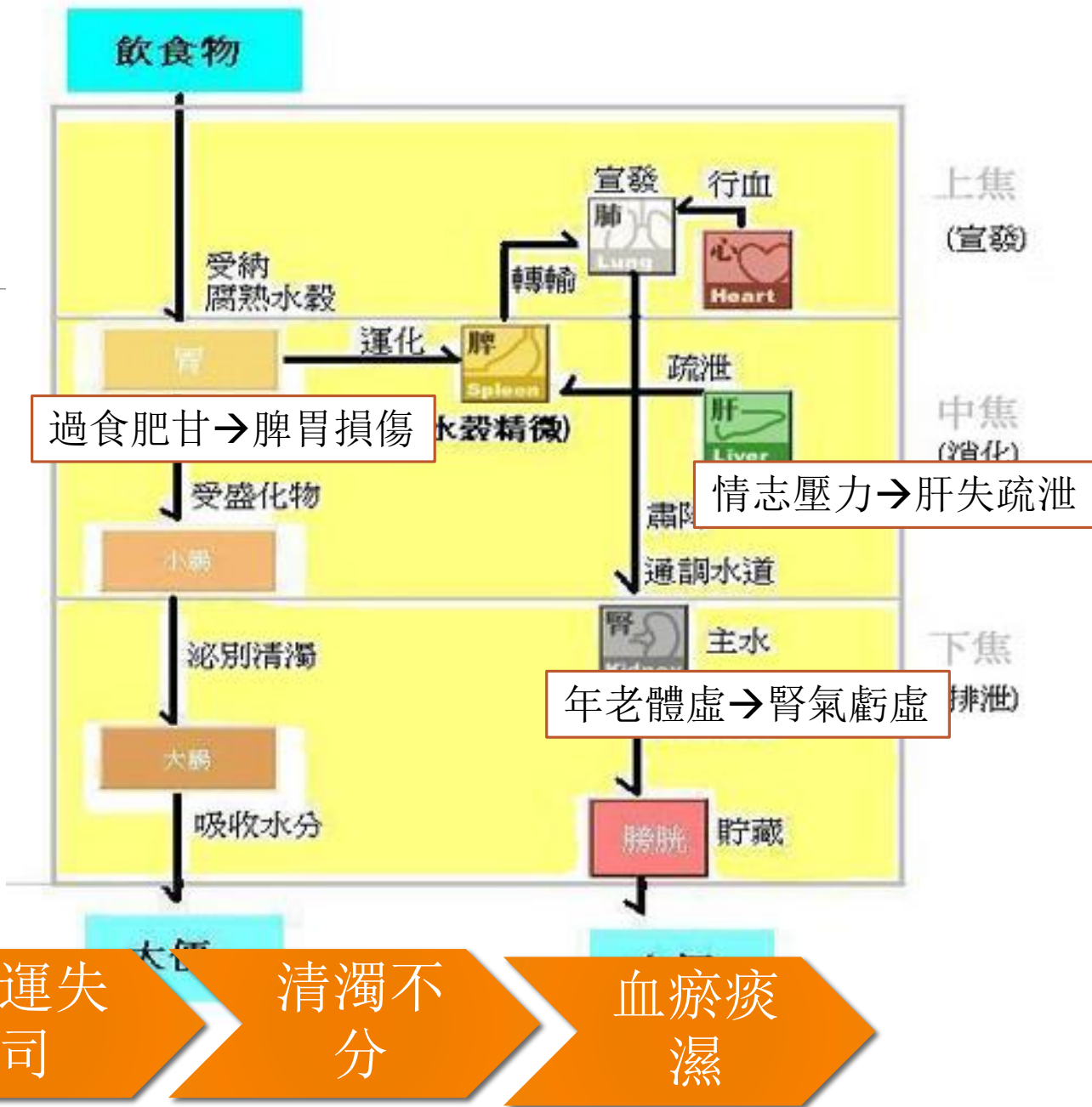
食入於胃，散精於肝，淫氣於筋。  
食入於胃，濁氣歸心，淫精於脈。  
脈氣流經，經氣歸於肺，肺朝百脈，  
輸精於皮毛。

飲入於胃，游溢精氣，  
上輸於脾。脾氣散精，  
上歸於肺，通調水道，  
下輸膀胱。  
水精四布，五經並行。

飲食物的運化轉輸過程中，腎的「溫煦作用」推動各個臟腑的生理活動，其「氣化作用」負責全身水液平衡。另外又依賴脾的「升清降濁」、肺的「宣發肅降」、肝的「疏泄」，來協調消化吸收功能。



# 病因病機



# 高血脂症

---

# 病因病機

---

從高脂血症的臨床症狀和發病機理分析，高脂血症可歸屬於中醫“痰濁、汙血、濁血、瘀血”等範疇。

其病因與飲食不節(外源性)和內傷肝、脾、胃、腎等臟腑功能(內源性)有關，最終導致膏脂生成、輸化失常。

究其病機演變，多數學者認為高脂血症的病理性質總屬**本虛標實**。



# 病因病機

---

本虛主要表現為脾腎陽氣虧損，或肝腎陰血不足，標實主要為痰濁內蘊，久則兼挾瘀血，導致痰瘀互結為患。

脾腎陽氣虧損，蒸騰氣化無力，膏脂不得布散，反滲入血而成。或肝腎陰血不足，虛火灼津為痰，痰阻血凝，最終為患。

標實早期以痰濁為主，久則兼有瘀血內停，致痰瘀膠結。

後期病久及血，血行瘀滯，則病及於心。

# 針灸治療高血脂症

---

## 高血脂針灸穴位

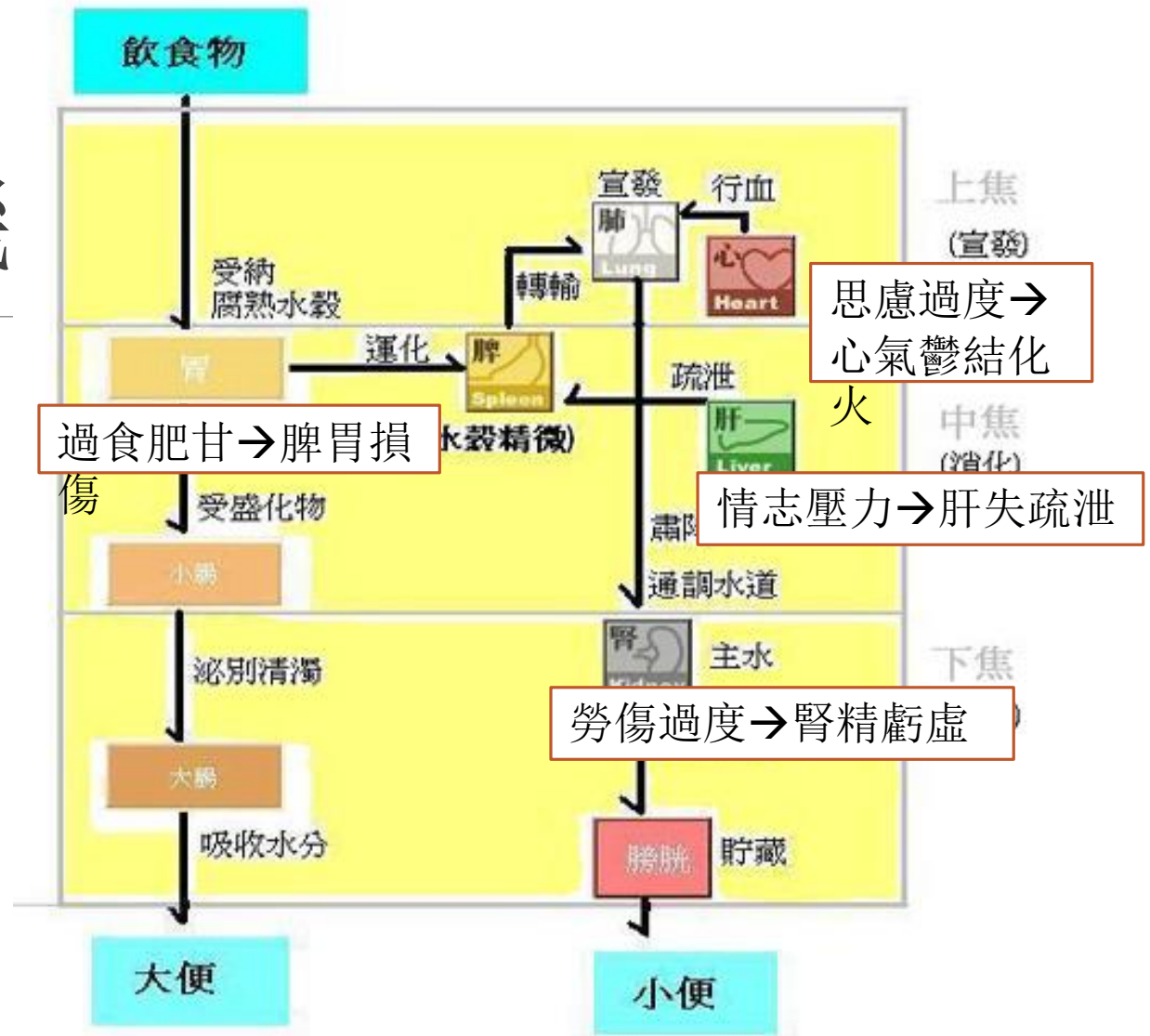
- 常用穴
  - 內關、足三里、豐隆。
- 備用穴
  - 三陰交、太衝、太白。

# 糖尿病

---

# 病因病機

糖尿病屬於“消渴”範疇，中醫認為其主要病機為陰虛燥熱。依症狀表現不同，分為上消，中消，下消。治療主要是圍繞滋陰降火入手



健運失司

清濁不分

血瘀痰濕

# 針灸治療糖尿病

---

(一) 針刺可以調節與血糖代謝有關的物質。有人用經絡經皮低頻電針治療某些糖尿病患者，發現於針後胰島素立即上升達治療前的3~5倍，其效應可持續達3個小時以上，同時生長激素降低、血糖下降。有人針灸治療DM(II)型患者，發現針後甲狀腺素T3、T4下降，cAMP下降、而cGMP上升。可見針灸作用，不僅局限於胰內。還有較強的胰外作用。

(二) 對胰島組織形態和細胞分子水平的影響。有研究證實，針刺對四氧嘧啶性糖尿病動物(如小鼠、大鼠、家兔等)的 $\beta$ 細胞有明顯地保護作用，維持細胞的完整性。也有研究表明，針刺可以提高受體與配體的結合力和使下降的受體數目上調，從而提高胰島素的敏感性。

# 上消

## 主症

- 煩渴多飲，口乾舌燥，食量稍增，小便較頻，舌邊尖紅，苔薄黃少津，脈細滑數。

## 治則

- 清肺瀉火，生津止渴。

## 主穴

- 胰俞經外奇穴，為治療消渴的驗穴，有調節胰腺功能；
- 補肺俞、太淵，以養肺陰，清燥熱
- 瀉少府，以清心瀉火

## 配穴

- 膈俞為血會，以養血生津
- 瀉少商、魚際，可清肺利咽喉
- 金津、玉液點刺出血，可生津止渴

# 中消

## 主症

- 多食易飢，胃脘嘈雜，形體消瘦，口渴欲飲，小便頻數，大便秘結，舌紅苔黃燥，脈滑有力

## 治則

- 清胃瀉火，養陰生津

## 主穴

- 胰俞為治消渴要穴
- 補脾俞、三陰交，以健脾助運以布津
- 瀉內庭，以清胃瀉火救陰

## 配穴

- 配足三里以調脾胃之氣，配瀉中脘，以和胃清燥而除嘈雜

# 下消

## 主症

- 尿頻量多，味甘如脂膏，口乾舌燥，心煩欲飲，頭暈目糊，腰膝痠軟，舌紅苔少，脈沉細數。
- 若久病陰損及陽，陰陽兩虛，則兼見面色黧黑，畏寒肢冷，尿量特多或飲一溲一，男子陽痿不育，女子月經不調，舌淡苔白，脈沉細無力。

## 治則

- 滋補腎陰，益氣固精。

## 主穴

- 胰俞為治消渴之要穴。
- 腎俞、太溪，以滋陰補腎

## 配穴

- 配復溜、水泉，以攝納腎氣，益氣固精。
- 腎陽虧虛，加灸命門、氣海以固下元



肥胖

---

# 文獻回顧

---

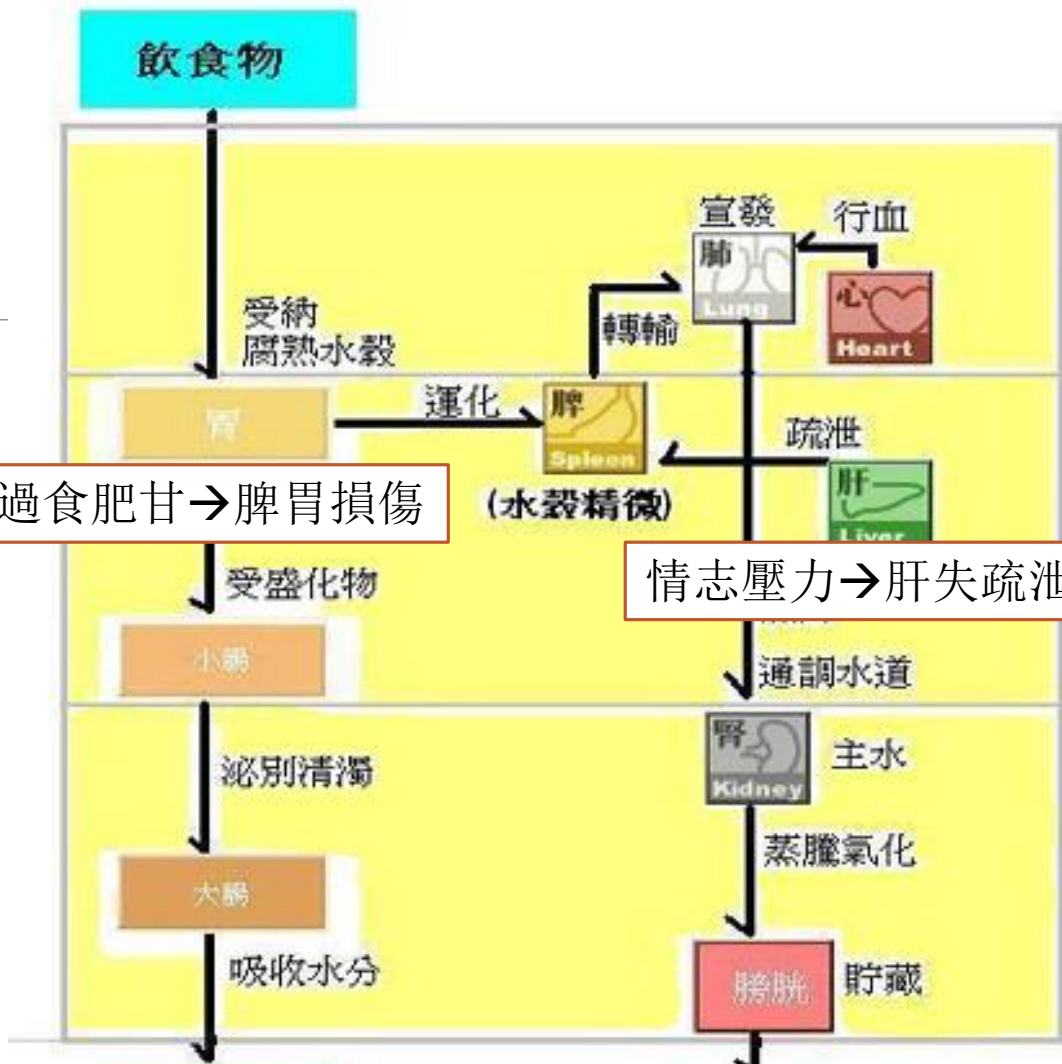
- 《素問·通評虛實論》：“肥貴人，則高粱之疾也”
- 《素問·奇病論》：“必數食甘美而多肥也” 即由於多實膏粱厚味，膏脂肥膩積蓄體內，令身體逐漸肥滿。
- 《脾胃論》：“脾胃俱旺，則能食而肥”
- 《汪昂·素問靈樞類纂約注》 “肥人多痰而經阻，氣不運也”。



# 病因病機

## 先天稟賦體質

《靈樞。陰陽二十五人》：“土形於之人，...其為人黃色圓面、大頭、美肩背、大腹、美股脛、小手足、多肉、上下相稱行安地，舉足浮。” “水形之人，...大頭，小肩大腹”。前者為全身性肥胖，後者為腹型肥胖，兩者均與先天稟賦有密切關係



健運失司

清濁不分

血瘀痰濕

小便

# 針灸減肥

---

## 調整肥胖者神經及內分泌功能

- 抑制肥胖者亢進的食欲：使胃蠕動減弱、抑制胃酸分泌、延長胃排空時間，從而抑制食欲，減少食量，同時抑制肥胖者亢進的腸胃消化吸收功能，控制機體對營養物質的吸收，**減少人體能量的攝入與儲存**
- 針灸可以促進人體脂肪代謝，產熱增加，消耗積存的脂肪，促進能量的新陳代謝，**增加能量的消耗**，使體脂動員及脂肪分解。

# 辨證論治取穴

---

---

證型取穴

胃腸實熱

脾虛濕阻

肝氣鬱結

局部取穴



# 胃腸實熱

## 治則

---

- 清胃瀉熱

## 針刺處方

- 胃俞、內庭、曲池、足三里

## 配穴

- 公孫、衝陽

## 刺灸法

- 多用瀉法

# 脾虛濕阻

## 治則

---

- 健脾祛濕

## 針刺處方

- 陰陵泉、三陰交、豐隆、足三里

## 配穴

- 水分、足臨泣、太白

## 刺灸法

- 平補平瀉



# 肝氣鬱結

## 治則

---

- 疏肝解鬱

## 針刺處方

- 太衝、三陰交、期門、支溝

## 配穴

- 陽陵泉、公孫、肝俞、血海

## 刺灸法

- 以瀉法為主

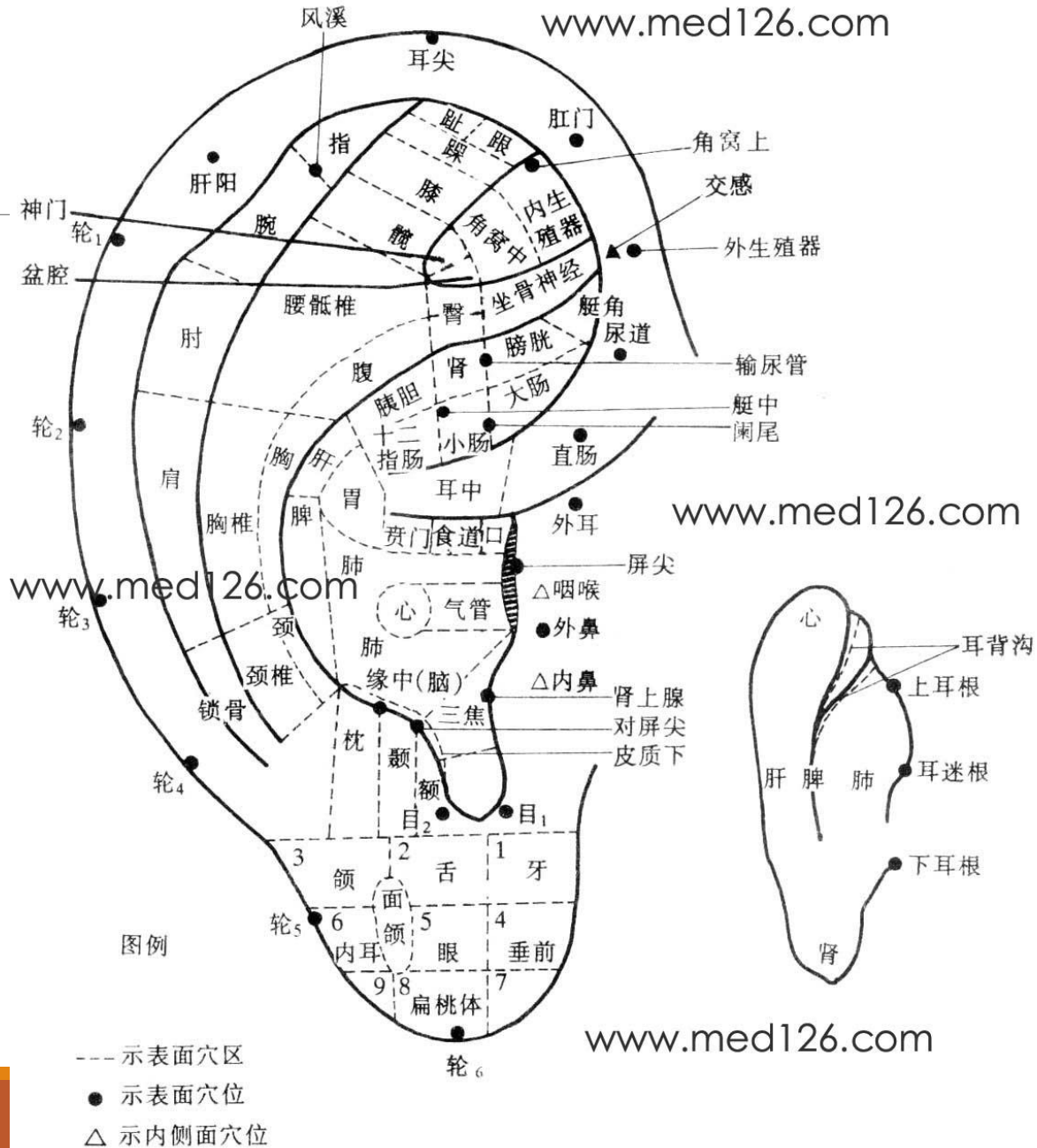
# 耳針

取穴內分泌、脾、胃、大腸、饑點、三焦、皮質下、神門與相應部位(臀、腹)。

每次取3-4個耳穴，壓入王不留行籽，兩耳交替使用。

每天於三餐前半小時按壓，每穴按壓30次，以酸痛為度。

3天換貼1次。



# 穴位埋線減肥療法

針灸療法的延伸，也屬於一種經絡穴位療法。

---

將人體可吸收的生物蛋白線利用特殊的針具埋入穴位，達到長效刺激穴位，疏通經絡，從而防治疾病的一種針灸替代療法，也是一種長效針灸療法。

它彌補了針灸原有的扎針時間短、扎針次數多、療效不持久、病癒後不易鞏固的缺陷。

植入人體內的生物蛋白線在體內停留10-15天就會自然被身體溶解或吸收，不需再取出，比起傳統的針灸減肥每三日要進針的方法，更適合繁忙的現代人。

# 面部肥胖

---

大迎，下關，頰車

水溝，承漿

上廉泉

局部阿是穴

34號0.5寸-1寸直接針刺，輕度刺激

辨證論治！

# 腹部肥胖

---

帶脈

大橫，腹結

天樞，歸來

氣海，水分

阿是穴

30號2寸-3寸直刺

大幅度提插捻轉，瀉法為主

電針以局部肌肉明顯跳動，患者能耐受為度

照燈

# 臀部肥胖

---

白環俞

環跳

臀部下垂：會陽，承扶

臀部寬大：居骨麥，阿是穴

上臀肥胖：髂脊下(iliac crest 最高點下一寸左右豐滿處)

1.5寸-3寸直刺至酸麻脹感後，輕插重提瀉法一分鐘

再提到皮下，改為平刺，方向朝脂肪堆積處

換穴，換方向

# 四肢肥胖

---

上肢肥胖-合谷，曲池

肩關節附近-肩髃，肩貞，肩前，巨骨

上臂-臑會，消灤，極泉，青靈

前臂-手三里，外關

下肢肥胖

秩邊，環跳

大腿-阿是穴，每隔1.5寸取一穴

小腿-陽陵泉，陰陵泉，承山，三陰交，懸鍾

電針以局部肌肉明顯跳動，患者能耐受為度

# 注意事項

---

以瀉為主，刺激強度夠大

配合整體辨證論治

療程不可中斷

一個療程10次，至少三個療程(一階段)，每一階段間隔1-3個月

停滯期



THANKS FOR  
YOUR ATTENTION

---