

纤维肌痛综合症中医治疗的研究进展

融 慧¹, 孙 欢¹, 李泽光^{2*}

¹黑龙江中医药大学研究生院, 黑龙江 哈尔滨

²黑龙江中医药大学附属第一医院风湿免疫病科, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2024年10月13日; 录用日期: 2024年11月8日; 发布日期: 2024年11月22日

摘 要

纤维肌痛综合症是一种非关节性风湿病, 病程长, 发病率呈逐年上升趋势。西医病因病理尚未完全明确, 一般认为与遗传因素、环境因素、情感创伤、性激素等有关。中医学将其归属于“痹证”“周痹”范畴, 其具体症状包括广泛性肌肉骨骼疼痛、僵硬, 并伴有焦虑、睡眠障碍、疲劳等。西医治疗纤维肌痛综合症主要使用抗抑郁药物及抗肌松药物, 长期应用不良反应大。中医对纤维肌痛综合症的治疗多采用中药汤剂、针刺疗法、天灸疗法、八段锦疗法等。本文综述纤维肌痛综合症的病因病机以及中医内治法与中医外治法情况, 为此病的防治提供参考。

关键词

纤维肌痛综合症, 痹证, 中医治疗

Research Progress of Chinese Medicine Treatment of Fibromyalgia Syndrome

Hui Rong¹, Huan Sun¹, Zeguang Li^{2*}

¹Graduate School of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

²Department of Rheumatology and Immunology, First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

Received: Oct. 13th, 2024; accepted: Nov. 8th, 2024; published: Nov. 22nd, 2024

Abstract

Fibromyalgia syndrome is a kind of non-articular rheumatism with a long course and an increasing incidence year by year. Western medicine etiology is not completely clear, generally believed to be related to genetic factors, environmental factors, emotional trauma, sex hormones and so on. Traditional Chinese medicine classifies it in the category of “Bi syndrome” and “Zhou Bi”, and its specific

*通讯作者。

文章引用: 融慧, 孙欢, 李泽光. 纤维肌痛综合症中医治疗的研究进展[J]. 中医学, 2024, 13(11): 3073-3076.

DOI: 10.12677/tcm.2024.1311453

symptoms include widespread musculoskeletal pain, stiffness, accompanied by anxiety, sleep disorders, fatigue and so on. Western medicine mainly uses anti-depressants and anti-muscle relaxants to treat fibromyalgia syndrome, which has great adverse reactions in the long term. The treatment of fibromyalgia syndrome in traditional Chinese medicine mainly adopts traditional Chinese medicine decoction, acupuncture therapy, natural moxibustion therapy, eight duan brocade therapy and so on. This article reviews the etiology and pathogenesis of fibromyalgia syndrome and the internal and external treatment of Chinese medicine, so as to provide reference for the prevention and treatment of the disease.

Keywords

Fibromyalgia Syndrome, Bi Syndrome, Chinese Medicine Treatment

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

纤维肌痛综合征(Fibromyalgia Syndrome, FS)是一种病因不明的风湿性疾病,以全身广泛性疼痛,伴有晨僵、疲劳感,睡眠障碍和精神障碍等为主要临床表现,尤以中轴骨骼(颈椎、胸椎、下背部)及肩胛带及骨盆带等部位为常见[1]。本病多发于青年女性。纤维肌痛由于症状的复杂性,严重影响了病人的生活质量。FMS 全球发病率为 2%~8% [2]。FMS 患病率逐年升高,现已成为风湿门诊中仅次于骨关节炎的疾病[3]。中医学无相似病名记载,但根据 FMS 的临床表现,将其归为“痹证”“周痹”范畴。《黄帝内经》认为,痹证为风、寒、湿三种外邪所致。除此之外,肝郁脾虚、阴血亏虚亦为其主要病机。因此纤维肌痛综合征患者在感受外因或内因的作用下,致气血闭阻,脉络不通,精血不足,难以濡养肌腠而作痛。本文就纤维肌痛综合症的中医治疗进行综述,为此病的防治提供参考。

2. 中医病因病机

中医学认为,纤维肌痛综合症的发生与多种病因和病机有关。《灵枢·周痹》有关纤维肌痛综合症的论述“风寒湿气,客于外分肉之间……真气不能周,故命曰周痹”。外感风寒湿三气杂至,侵犯肌肤,使气血不畅,脉络瘀阻发为此病。过劳与精神紧张易致肝郁脾虚,肝郁疏泄失常,使气血闭阻不能濡养筋脉而全身广泛性疼痛;肝失调达,则使情志抑郁,出现睡眠障碍与精神障碍;思虑过度伤脾胃,可出现肠道刺激症状。素来体质虚弱或大病久病后的患者,常常营血亏虚,气血不足,使肌肉筋脉“不荣则痛”,同时正气难以抵抗外来的风寒湿邪气,里虚外邪,痹阻经络而发为本病。

3. 中医内治法治疗纤维肌痛综合症

中药汤剂组方灵活,医生能够根据患者病情调整药物配伍,不良反应小,可达到标本同治的效果。中医强调辨证论治,需结合患者临床表现准确辨别证型,再予以相应治法。

梁美珍等[4]将招募的 89 例肝郁脾虚型纤维肌痛综合征患者进行随机数字表法分组研究,分成对照组与观察组,对照组 45 例患者采取西药洛索洛芬钠治疗,观察组 44 例患者均采取西药洛索洛芬钠联合中药柴胡藤芍汤治疗,比较各组患者治疗效果、治疗前后压痛点个数变化、压痛评分(VAS)变化、纤维肌痛影响调查表(FIQR)评分变化,研究结论指出柴胡藤芍汤治疗纤维肌痛综合征(肝郁脾虚型)临床疗效显著。

林昌松教授[5]认为纤维肌痛综合症核心病机为阳气亏虚，瘀血内阻，治法强调温阳散寒，养血通脉，活血祛瘀，临床上常以当归四逆汤合桂枝茯苓丸加减治疗纤维肌痛综合症。

徐长松[6]认为情志失调是纤维肌痛综合症主要发病原因，少阳枢机不利是发病的关键，疏达少阳是主要治疗方法，小柴胡汤、柴胡加龙骨牡蛎汤、柴胡桂枝汤、柴胡桂枝干姜汤等“柴胡剂”具有疏达少阳、疏肝解郁、调和气血的作用，是有效的治疗方药。

4. 中医外治法治疗纤维肌痛综合症

4.1. 针刺疗法

针刺疗法具有通经活络、调和阴阳、扶正祛邪的作用，可以改善关节疼痛、麻木症状。邵明璐等[7]招募 36 例纤维肌痛综合症患者，将其随机分为治疗组和对照组各 18 例。对照组予阿米替林，治疗组予针刺治疗，以疏肝解郁为原则，选穴为肝俞、脾俞、膈俞、血海、合谷、太冲、足三里、三阴交，研究结果显示治疗组总有效率明显高于对照组，说明疏肝解郁针刺法治疗优于阿米替林治疗。

4.2. 天灸疗法

天灸疗法是中医传统外治疗法之一，通过在特定穴位贴敷药物，利用药物刺激和经络传导作用，达到温经散寒、疏通经络、调节脏腑功能的效果。徐勇等[8]招募纤维肌痛综合征患者 42 例，随机分为对照组和治疗组各 21 例，治疗组采用院内自制的天灸药粉进行穴位贴药治疗，对照组选阿米替林，研究结果发现，天灸组治疗总有效率明显高于对照组，说明天灸疗法对于治疗纤维肌痛综合症效果明显。

4.3. 八段锦

八段锦是中医治疗的一种方式，其不但具有调理气血、促进人体新陈代谢的作用，还可改善患者不良心理状态，长期坚持练习八段锦可起到养气存神、抗疫祛病、健壮体质的作用[9]。李阳等[10]采用前瞻性病例对照研究设计，招募 85 例纤维肌痛综合症患者进行 12 周八段锦锻炼，再招募性别、年龄等与八段锦组相近的 35 例纤维肌痛综合症患者作为对照组，保持其原有治疗方式，不干预，研究结果显示，相较于不进行干预，除抑郁情绪外，习练八段锦 12 周后，患者的纤维肌痛相关症状、周身疼痛、心理压力状态以及睡眠质量均明显得到改善。

4.4. 推拿

推拿是通过手法刺激体表特定部位，调节脏腑功能，具有安全、易行的特点，适合各个年龄段的病人。姜传捷等[11]将 60 例原发性纤维肌痛综合征患者随机分为治疗组(踩跷组)和对照组(电针组)，每组各 30 例。治疗组于患者身后督脉及膀胱经循行处施以踩跷调衡法推拿治疗，对照组给予电针疗法治疗，观察 2 组患者治疗前后躯体疼痛视觉模拟量表(VAS)评分及抑郁自评量表(SDS)评分的变化情况，研究发现治疗组对躯体疼痛 VAS 评分及 SDS 评分的降低作用均明显优于对照组，表明踩跷调衡法推拿治疗的疗效优于电针疗法。

4.5. 中药熏洗疗法

中药熏洗疗法是利用药物煎汤乘热在皮肤或患处进行熏蒸、淋洗的疗法，可促使腠理疏通、脉络调和、气血流畅。程立等[12]选取纤维肌痛综合征患者 60 例，随机分为观察组和对照组各 30 例，对照组患者给予单纯口服药物治疗，观察组患者给予单纯口服药物和中药熏洗辅助治疗，比较两组患者临床有效率和弥漫疼痛指数、症状严重程度评分，结论指出中药熏洗辅助治疗纤维肌痛综合征临床疗效显著，可有效减轻患者的临床症状，具有一定的临床推广价值。

5. 总结

对于纤维肌痛综合症的治疗，西医目前应用最为广泛的为改善症状的抗抑郁药物及抗肌松药物[13]，但其产生副作用较大，中医在应用内治法或外治法治疗纤维肌痛综合症具有疗效佳、不良反应少的优势，能极大提高患者生活质量。因此中医疗法在治疗纤维肌痛综合症方面前景较好，值得推广。

参考文献

- [1] 焦娟, 韩曼, 付静思, 等. 从血虚肝郁论纤维肌痛综合症的病因病机[J]. 中医杂志, 2020, 61(23): 2107-2108+2112.
- [2] Clauw, D.J. (2014) Fibromyalgia: A Clinical Review. *JAMA*, **311**, 1547-1555. <https://doi.org/10.1001/jama.2014.3266>
- [3] 徐长松. 纤维肌痛综合症, 折磨人的全身疼[J]. 江苏卫生保健, 2019(8): 6-7.
- [4] 梁美珍, 林捷, 徐日明. 柴胡藤芍汤治疗纤维肌痛综合症(肝郁脾虚型)临床研究[J]. 四川中医, 2023, 41(5): 169-171.
- [5] 廖发杰, 郑雪霞, 叶棠明, 等. 林昌松教授应用温阳祛瘀法治疗纤维肌痛综合症经验[J]. 河北中医, 2022, 44(9): 1422-1424.
- [6] 徐长松. 从疏达少阳治疗纤维肌痛综合症[J]. 国医论坛, 2020, 35(6): 60-61.
- [7] 邵明璐, 姜曼. 疏肝解郁针刺法治疗纤维肌痛综合症[J]. 湖北中医杂志, 2013, 35(12): 62.
- [8] 徐勇, 凌敬, 林仕群, 等. 天灸治疗纤维肌痛综合症 42 例[J]. 中医外治杂志, 2010, 19(3): 45.
- [9] 周玲, 邓敏, 蒋冬芳, 等. 八段锦辅助治疗脾胃虚寒型胃脘痛的效果观察[J]. 内蒙古中医药, 2024, 43(9): 124-126.
- [10] 李阳, 龙梅娟, 李延婷, 等. 八段锦治疗纤维肌痛综合症的疗效及影响因素分析[J]. 世界中医药, 2024, 19(10): 1494-1499.
- [11] 姜传捷, 张静. 踩跷调衡法推拿治疗纤维肌痛综合症患者的临床疗效观察[J]. 广州中医药大学学报, 2023, 40(1): 136-141.
- [12] 程立, 蒋雪峰, 陆丽君. 中药熏洗辅助治疗纤维肌痛综合症临床研究[J]. 亚太传统医药, 2017, 13(19): 133-134.
- [13] 朱谦. 纤维肌痛临床诊疗中国专家共识[J]. 中国疼痛医学杂志, 2021, 27(10): 721-727.