

# 壮医外治法治疗功能性便秘的研究进展

张豪伟

广西中医药大学壮医临床医学院, 广西 南宁

收稿日期: 2026年3月9日; 录用日期: 2026年4月29日; 发布日期: 2026年5月11日

## 摘要

近年来随着城市人口的增多, 人们工作压力和生活节奏的加快, 功能性便秘(functional constipation, FC)的发病率越来越高, 如果长期反复发作, 会增加患结直肠肿瘤、心脑血管意外、焦虑抑郁症等疾病的风险, 对患者生活、工作造成较大的影响。功能性便秘属于壮医“屙意卡”范畴, 近年来壮医外治法广泛应用于功能性便秘并取得良好疗效, 本文回顾近年来壮医外治法在功能性便秘中的应用进行综述, 为民族医学的现代化应用提供参考。

## 关键词

功能性便秘, 壮医外治法, 综述

# Research Progress on Zhuang Medicine External Therapies for Functional Constipation

Haowei Zhang

School of Clinical Zhuang Medicine, Guangxi University of Chinese Medicine, Nanning Guangxi

Received: March 9, 2026; accepted: April 29, 2026; published: May 11, 2026

## Abstract

In recent years, with the growth of the urban population, accelerated work pressure and rapid pace of life, the incidence of functional constipation (FC) has been increasing. Long-term recurrent episodes may increase the risk of colorectal cancer, cardiovascular and cerebrovascular accidents, anxiety, depression and other diseases, which exert a significant impact on patients' life and work. Functional constipation falls into the category of "E Yi Ka" in Zhuang Medicine. In recent years, Zhuang Medicine external therapies have been widely used in the treatment of functional constipation with

favorable efficacy. This paper reviews the application of Zhuang Medicine external therapies for functional constipation in recent years, so as to provide references for the modern application of ethnic medicine.

## Keywords

Functional Constipation, External Therapy of Zhuang Medicine, Review

Copyright © 2026 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

功能性便秘(functional constipation, FC)属于功能性肠道疾病范畴[1],其主要临床表现为排便困难、排便次数减少以及排便不尽感。近年来,由于人们生活节奏加快、膳食结构改变、工作压力攀升等多重因素的影响,FC的患病率呈逐年上升趋势,在全球约为16% [2],我国成人患病率为4%~10% [3]。功能性便秘的治疗主要以各种类型的泻剂、胃肠动力剂、胃肠促泌剂等药物治疗方式,尽管这些药物在短期内能显现疗效,长期应用可能会引发药物依赖性、药效持续性不足、不良反应发生率较高等副作用。同时,长期便秘还会提升患结直肠肿瘤、心脑血管意外、焦虑抑郁症等疾病的发病风险[4],严重影响到患者的生活质量。因此,探索FC的有效治疗方案至关重要。壮医高度重视外治疗法在疾病防治中的应用,其“内病外治、外病外治”构成了壮医临床实践的鲜明特色。在壮族人民长期与自然环境抗争的生产、生活实践中,经过反复医疗实践验证,多种壮医外治法[5]如壮医针刺、药线点灸、敷贴、壮医四方木疗法等,在功能性便秘的治疗中取得显著的临床疗效,获得越来越多患者的认可,具有深入挖掘与系统研究的价值。本文现就近年来壮医外治法在治疗功能性便秘的研究进展进行综述,以期临床治疗功能性便秘提供参考。

## 2. 壮医学对功能性便秘的认识

壮医作为一门独具特色的民族医学,不仅拥有源远流长的历史积淀,更彰显出鲜明的民族特质与地域文化印记。壮医学作为壮族先民在长期医疗实践中形成的智慧结晶,是壮族文化宝库中不可或缺的重要遗产,同时也是中华民族传统医学体系中具有代表性的组成部分。壮医学对功能性便秘具有独特的认识,其对应的壮医病名为“屙意卡”,壮语表述为“okhaexgaz”。“okhaexgaz”这一病名是依据其壮语读音,以“屙意卡”进行音译所得。“屙意卡”指的是谷道通降传导功能出现异常,进而导致大便秘结不通,排便周期延长,或者虽有便意,但粪便干硬,排出困难且不畅的一种病证[6]。壮医对[7]屙意卡有着独特的理解:“屙(ok)”,在壮语中的意思是“排,拉(大便、小便)”;“意(haex)”,在壮医语境中是指“大便”的意思;“卡(gaz)”在壮医语境中是指“不畅,不通,闭塞”,“屙意卡”整体表达的就是排便不通畅的意思。从病变部位来看,功能性便秘属于壮医学中谷道病的范畴。在壮医学里,谷道主要是指[8]食道和胃肠道,是人体摄入饮食,并对其进行消化、吸收,输送营养精微物质以及排泄体内糟粕的通道。谷道病是由于谷道不通而引发的一系列病变,其主要临床表现包括便秘、腹胀、腹痛等不适症状。故谷道功能障碍,则发为“屙意卡”。

## 3. 病因病机

壮医认为,“屙意卡”的病因较为复杂[9],主要为热结、气滞、寒凝、气血阴阳亏虚等多种因素引

起谷道阻滞不畅使排便时间过长而发为本病。(1) 邪毒(热毒、火毒等)通过口鼻侵犯人体谷道导致大便难以排出。(2) 饮食失节(恣纵口腹、过食辛辣厚味)导致热毒内生,谷道积热,耗伤津液导致大便难以排出。(3) 热病后期余热未清,热毒内传谷道,耗伤阴液,导致大便失润干结难以排出。(4) “咪叠(肝)”主疏泄,促进“咪隆(脾)”、“咪胴(胃)”升降运动,故忧思恼怒,情志不遂,谷道气机不畅,使腑气壅滞,谷道不和导致大便难以排出。(5) 壮医认为虚是人体发病的病因之一,劳倦太过,或病后、产后气血阴阳耗损,谷道受纳运化传导无力,引起津液干枯,大肠失调,导致大便难以排出。(6) 或年高体虚,气血阴阳耗损,谷道失于濡养,导致大便难以排出。(7) 外感寒邪,或过服寒凉,寒邪凝滞于谷道,阳气不通,津液不利,谷道艰涩,导致大便难以排出。“屙意卡”的病位在谷道,但人体是一个有机的整体,各部分生理功能相互依存、相互制约。气道、水道、龙路、火路作为人体内气血、津液等物质运行输布的通道,谷道的通畅需要气道升降出入正常,需要水道的温煦,需要龙路输送营养物质,需要火路的信息传达。若三道两路通行不畅,导致天、地、人三气不同步,使谷道阻塞不畅或调节失度,发为“屙意卡”,治疗上应遵从通调谷道,促进排便的治疗原则。

#### 4. 壮医外治法治疗功能性便秘现状

功能性便秘是一种常见的消化系统疾病,是指在无明显器质性病变或无药物因素影响的情况下,患者出现排便困难或排便次数减少。壮族作为我国人口数量最多的少数民族,壮族人民在漫长与疾病抗争的过程中,逐步探索并总结出了一系列独具特色的壮医外治疗法[10]。这些外治疗法具备操作简便、疗效显著、成本低廉等优势,在治疗“谷道病”方面展现出了良好的疗效[11]。在壮医基础理论的指导下,运用壮医外治法对功能性便秘展开治疗时,应用药物或非药物方法直接作用于人体表面,以疏通“三道两路”(气道、谷道、水道、龙路、火路)之瘀滞,祛毒外出,调整气血平衡,恢复天、地、人三气同步运行,使机体内外平衡,促进消化系统恢复正常的功能,从而达到治疗疾病的目的。调治“屙意卡”主要包括壮医针刺疗法、壮医敷贴疗法、壮医四方木疗法等,以下是治疗功能性便秘壮医常用的外治方法。

##### 4.1. 壮医针刺疗法

壮医针刺疗法是通过刺激体表的部位、穴位或反应点上施行一定的操作,达到通调气血、畅通道路、调节脏腑功能的目的,进而实现治疗疾病的一种方法[12]。

黄浩[13]针对壮医针刺治疗功能性便秘展开了临床观察,选取患者 60 例,治疗组 30 例予壮医针刺疗法治疗,对照组 30 例予中医针刺疗法治疗。壮医针刺选取臂前穴、腹一环 4、8 穴、腹二环 2、10 穴、前上桩、足背二环 6、8 穴、踝后穴,以“8”环针法针刺。结果提示,两组患者治疗后的便秘症状评分量表(CCS)评分以及便秘患者生活质量量表(PAC-QOL)评分,相较于治疗前均有所降低,壮医针刺疗法在治疗功能性便秘方面具有良好的临床疗效。谢湖等[14]对 60 例“屙意卡”患者,治疗组 30 例,采用壮医腹针联合体针,取穴为脐环(包括脐内、脐外环),天枢,里内庭,足三里,大肠俞,孔最等。对照组 30 例采用口服缓泻剂的方式进行治疗。研究结果表明,治疗组的有效率为 93.3%,对照组的有效率为 66.7%,治疗组的有效率优于对照组( $P < 0.05$ )。张志伟等[15]研究发现,针刺壮医“脐内环穴”,通过刺激穴位,激发经气,鼓动气血运行,推动腑气向下通降,有利于排便。一项 meta 分析[16]显示,运用针刺壮医脐环针的方法用于治疗“屙意卡”,总有效率和痊愈率明显高于采用单纯常规针刺或西药治疗,同时具备较好的安全性。

##### 4.2. 壮医敷贴疗法

壮医敷贴疗法是将特定的壮药敷于人体的某些部位或穴位上,借助药物经皮肤的吸收或对体表穴位及部位的刺激效应,达到疏通“三道两路”,调畅人体调畅气机,进而实现治疗疾病的目的[17]。在《壮医内儿科学》中[18],对壮医敷贴疗法治疗“屙意卡”有相关记载。具体操作是选取:连须葱头 3 个,姜

1 块, 盐 3 克, 豆豉 15 粒, 将其捣烂后制成药饼, 经烘热后敷贴于脐部。宁余音等[19]针对 80 例老年“厕意卡”患者使用敷贴疗法展开了临床观察, 以此改善老年“厕意卡”患者的临床症状以及生活质量。干预组 40 例采用温阳益气膏贴敷壮医脐环穴, 选择附子、吴茱萸、肉桂、黄芪、大黄、枳实等壮医常用的温阳益气药。对照组则采用大黄药膏贴敷神阙穴。壮医脐环穴的脐内环和脐外环圆圈上都是密布的穴位点, 连续不断, 各穴点均是壮医三道两路在人体体表交叉网络结点或气血汇聚之处。研究结果显示, 干预组贴敷于壮医脐环穴后, 患者的 Wexner 便秘评分, 便秘患者生活质量自评量表(PAC-QOL)中躯体不适、心理社会不适应、担忧焦虑、满意度这 4 个维度的积分均显著降低。温阳益气膏贴敷于壮医脐环穴, 更能有效改善老年阳虚便秘患者的症状, 提升其生活质量, 同时该疗法还具有较高的安全性。

### 4.3. 壮医四方木疗法

壮医四方木热叩疗法是指在壮医基础理论的指导下[12], 采用经过多种壮药制备液充分浸泡后的四方木, 将其一端置于灯火上点燃, 使之形成圆珠状炭火后, 再将四方木的炭火隔着药棉纱对患处进行叩打, 直至局部产生温热感, 通过这种方式实现补虚祛邪、祛除谷道湿邪、通调谷道疾病的目的[20]。张云波等[21]针对功能性便秘患者使用壮医四方木疗法进行了疗效观察研究, 将患者随机分成治疗组及对照组。治疗组采用壮医四方木疗法实施治疗, 具体操作如下: 选取四方木 50 g、肉苁蓉 500 g 以及五月艾 100 g, 置于酒精中浸泡 15 日。浸泡结束后, 取出四方木皮, 将其晒干以作备用, 同时对浸泡后的药水进行过滤去渣处理, 而后分装备用。治疗过程中, 选用纱布充分浸透药水, 将纱布平敷于相应穴位上, 在纱布上覆盖一张加厚皮纸, 将四方木着火端在厚皮纸覆盖纱布的区域内进行叩打, 直至局部产生温热感, 并间断点按穴位, 持续叩打直至纱布药水干。对照组则采用口服莫沙必利分散片及乳果糖口服液治疗。研究结果显示, 治疗组的总有效率达到 95.2%, 显著优于对照组的 80.0% ( $P < 0.05$ )。结果表明, 壮医四方木疗法在治疗脾肾阳虚型功能性便秘具有显著疗效。此外, 壮医四方木疗法具有特色鲜明、易于推广、操作简便等诸多优势, 具有较高的临床应用价值。

## 5. 小结与展望

壮医药作为独具特色的民族医药之一, 在疾病防治领域中日益彰显出其重要性, 其相关研究也得到了各界医学工作者的高度关注与重视。功能性便秘是肛肠疾病中常见的一种病症, 在壮医基础理论指导下, 壮医外治法调理、防治功能性便秘提供了新的治疗方法。壮医外治法具备诸多显著优势, 其操作简便易行、价格低廉、疗效显著, 契合现代医学的发展趋势与需求。然而, 目前壮医药与中医药、西医药相比, 壮医药目前仍存在一定的局限性, 其挖掘深度有待进一步提升。为了使壮医外治法能够更有效地为患者解除病痛、排忧解难, 有力推动大健康产业的蓬勃发展, 助力大健康产业, 我们需要从以下几点着手努力: ① 进一步深入挖掘壮医外治法治疗功能性便秘的作用机制。当前, 壮医药针对功能性便秘的研究尚不够深入, 亟待众多研究者们协同攻关, 以取得更为深入的研究成果; ② 壮医外治法在治疗疾病方面的临床研究以及动物实验研究存在明显不足, 其治病的机制尚未能明确阐释, 因此有必要加大在这方面的研究投入与力度; ③ 关于壮医外治法的相关文献研究较为匮乏, 对临床治疗的指导作用尚不够充分有力, 应加强对相关文献的收集、整理与研究, 为临床治疗提供更为坚实可靠的理论支撑; ④ 目前严重缺乏基于大数据、大样本、多中心的实验研究, 此类研究对于提高壮医外治法治疗的有效性和安全性尤为重要, 能够为壮医外治法治疗功能性便秘提供更具可信度、说服力的临床证据。

## 参考文献

[1] 中国中西医结合学会消化系统疾病专业委员会. 功能性便秘中西医结合诊疗专家共识(2025 年) [J]. 中国中西医

- 结合消化杂志, 2025, 33(3): 195-216.
- [2] Vlismas, L., Wu, W. and Ho, V. (2024) Idiopathic Slow Transit Constipation: Pathophysiology, Diagnosis, and Management. *Medicina*, **60**, Article 108. <https://doi.org/10.3390/medicina60010108>
- [3] Barberio, B., Judge, C., Savarino, E.V. and Ford, A.C. (2021) Global Prevalence of Functional Constipation According to the Rome Criteria: A Systematic Review and Meta-Analysis. *The Lancet Gastroenterology & Hepatology*, **6**, 638-648. [https://doi.org/10.1016/s2468-1253\(21\)00111-4](https://doi.org/10.1016/s2468-1253(21)00111-4)
- [4] Classen, M., Righini-Geunder, F., Schumann, S., et al. (2022) Constipation in Children and Adolescents. *Deutsches Ärzteblatt International*, **119**, 697-708.
- [5] 蒋俊娥, 陈丹丹, 王振常. 壮医外治疗法在谷道病中的应用研究进展[J]. 广西医学, 2019, 41(19): 2499-2501.
- [6] 庞声航, 王柏灿, 莫滚. 中国壮医内科学[M]. 南宁: 广西科学技术出版社, 2018.
- [7] 曾振东. 壮医常见病证名称考释[J]. 中国民族医药杂志, 2014, 20(1): 58-61.
- [8] 覃雁, 林武红, 高松林, 等. 国医大师黄瑾明从壮医“毒虚论”辨治谷道病经验[J]. 中华中医药杂志, 2024, 39(12): 6488-6491.
- [9] 林辰. 中国壮医针刺学[M]. 南宁: 广西科学技术出版社, 2014.
- [10] 李希, 曾翠琼, 李凯风, 等. 壮医针挑疗法的临床应用研究进展[J]. 广西医学, 2023, 45(24): 3042-3045+3050.
- [11] 税典奎, 覃凌娜, 罗诗雨, 等. 基于壮医“三道两路”理论探析功能性消化不良[J]. 中国中医基础医学杂志, 2025, 31(6): 1078-1080.
- [12] 林辰, 陈攀, 黎玉宣. 中国壮医外治学[M]. 南宁: 广西科学技术出版社, 2015: 227-250.
- [13] 黄浩. 壮医针刺治疗功能性便秘的临床观察[D]: [硕士学位论文]. 南宁: 广西中医药大学, 2020.
- [14] 谢湖, 熊瑜, 李耀新, 等. 壮医腹针联合体针治疗中风后便秘疗效观察[J]. 广西中医药大学学报, 2016, 19(1): 22-23.
- [15] 张志伟, 胡跃强, 陈炜, 等. 小柴胡汤联合壮医“脐内环穴”针刺治疗焦虑障碍伴便秘临床研究[J]. 现代中西医结合杂志, 2025, 34(4): 485-488+555.
- [16] 常亚辉, 邓思炎, 王成龙, 等. 针刺壮医脐环穴治疗常见消化系统疾病疗效及安全性的 Meta 分析[J]. 中国民族民间医药, 2025, 34(17): 102-112.
- [17] 蒋桂江, 李凤珍, 龙朝阳, 等. 壮医敷贴疗法文献记载及应用概况[J]. 中国民族医药杂志, 2016, 22(3): 36-37.
- [18] 庞宇舟, 李伟伟. 壮医内儿科学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2022.
- [19] 宁余音, 刘芮, 黄沂, 等. 温阳益气膏贴敷壮医脐环穴对老年阳虚便秘患者的影响[J]. 护理学杂志, 2020, 35(12): 42-44+53.
- [20] 张云波, 潘柳娟, 于锦江. 壮医四方木疗法治疗腹泻型肠易激综合征的临床疗效观察[J]. 中医外治杂志, 2014, 23(6): 8-9.
- [21] 张云波, 韦素丹, 韦淑宁. 壮医四方木疗法治疗脾肾阳虚型功能性便秘疗效观察[J]. 广西中医药, 2014, 37(6): 52-54.