

中西医结合治疗儿童脾虚的实践与探索

张明, 李金玉, 王伟

云南省中医医院风湿病科, 云南 昆明

摘要: 儿童脾虚是儿科常见病, 其症状包括食欲不振、腹胀、便溏、乏力等。中医药治疗脾虚历史悠久, 疗效显著。本文旨在综述中医药治疗儿童脾虚的研究进展, 包括中药、针灸、食疗等疗法。文章探讨中医药治疗脾虚的理论基础, 各种疗法的有效性和安全性, 以及作用机制。同时, 也分析了中医药研究的挑战和未来发展方向。

关键词: 中医疗法, 儿童脾虚, 中药, 针灸, 食疗

Abstract: Childhood spleen deficiency, a common pediatric condition characterized by symptoms such as poor appetite, abdominal distension, loose stools, and fatigue, is often treated with traditional Chinese medicine (TCM) therapies. This paper aims to review the current research on TCM treatments for childhood spleen deficiency, including herbal medicine, acupuncture, and dietary therapy. The paper discusses the theoretical basis of TCM in treating spleen deficiency, the effectiveness and safety of various TCM therapies, and the potential mechanisms of action. It also explores the challenges and future directions of TCM research in this area.

Keywords: traditional Chinese medicine therapy, children's spleen deficiency, traditional Chinese medicine, acupuncture, food therapy

1. 引言

儿童脾虚是儿科常见病，其症状包括食欲不振、腹胀、便溏、乏力等。中医药治疗脾虚历史悠久，疗效显著。中医认为，脾为后天之本，主运化水谷精微，为气血生化之源。脾虚会导致水谷精微运化失常，气血生化不足，进而出现食欲不振、腹胀、便溏、乏力等症状。中医药治疗脾虚具有整体调节、辨证论治、疗效显著、副作用小等优势，在儿科临床中应用广泛。

2. 中医药治疗脾虚的理论基础

中医药治疗脾虚的理论基础主要包括以下几个方面：

脾胃功能与脾虚的关系： 中医认为，脾胃为后天之本，主运化水谷精微，为气血生化之源。脾胃功能失调会导致脾虚的发生。脾虚会导致水谷精微运化失常，气血生化不足，进而出现食欲不振、腹胀、便溏、乏力等症状。

中医药治疗脾虚的原理： 中医治疗脾虚的原则是健脾益气，调和脾胃。常用的治疗方法包括中药、针灸、食疗等。健脾益气是指通过中药、针灸等方法，增强脾胃的运化功能，促进水谷精微的吸收和利用，从而改善脾虚症状。调和脾胃是指通过中药、针灸等方法，调整脾胃的升降功能，使其恢复正常，从而改善脾虚症状^[1-5]。

中医药治疗脾虚的优势： 中医药治疗脾虚具有整体调节、辨证论治、疗效显著、副作用小等优势。整体调节是指中医药治疗脾虚时，不仅针对脾虚症状进行治疗，还要考虑其他脏腑的功能状态，进行整体调节，从而达到标本兼治的效果。辨证论治是指根据患者的具体病情，选择合适的治疗方法，进行个体化治疗，从而提高治疗效果。疗效显著是指中医药治疗脾虚的疗效确切，可以有效改善脾虚症状，提高免疫力。副作用小是指中医药治疗脾虚的副作用小，安全性

高。

3. 中医药治疗脾虚的方法

中医药治疗脾虚的方法主要包括中药、针灸、食疗等。

中药治疗： 常用中药方剂有参苓白术散、健脾丸、四君子汤等。中药煎服方法包括水煎服、丸剂、膏剂等。中药治疗脾虚的效果良好，可以有效改善脾虚症状，提高免疫力。参苓白术散由人参、茯苓、白术、薏苡仁等药物组成，具有健脾益气、渗湿止泻的功效，适用于脾虚湿盛型脾虚。健脾丸由白术、茯苓、山药、扁豆等药物组成，具有健脾益气、开胃消食的功效，适用于脾虚食积型脾虚。四君子汤由人参、白术、茯苓、甘草等药物组成，具有健脾益气、和中止泻的功效，适用于脾胃气虚型脾虚。

针灸治疗： 常用穴位有脾俞、胃俞、足三里、三阴交等。针灸操作方法包括毫针刺法、艾灸等。针灸治疗脾虚的效果显著，可以有效改善脾虚症状，调节胃肠道功能。脾俞位于第11胸椎棘突下，旁开1.5寸，是脾经的背俞穴，具有健脾益气、调和脾胃的功效。胃俞位于第12胸椎棘突下，旁开1.5寸，是胃经的背俞穴，具有健脾和胃、消食化积的功效。足三里位于小腿前外侧，犊鼻下3寸，距胫骨前缘一横指，是足阳明胃经的合穴，具有健脾益气、和胃止痛的功效。三阴交位于小腿内侧，内踝尖上3寸，胫骨内侧缘后方，是足太阴脾经、足厥阴肝经、足少阴肾经的交会穴，具有健脾益气、调经止带、滋阴降火的功效^[6-9]。

食疗： 常用食疗方有山药粥、薏米粥、扁豆粥等。食疗注意事项包括饮食清淡、易消化、营养丰富等。食疗治疗脾虚的效果良好，可以有效改善脾虚症状，增强体质^[10]。山药粥由山药、大米等食材组成，具有健脾益气、养阴润燥的功效，适用于脾虚湿盛型脾虚。薏米粥由薏米、大米等食材组成，具

有健脾利湿、清热解毒的功效，适用于脾虚湿盛型脾虚。扁豆粥由扁豆、大米等食材组成，具有健脾益气、消暑化湿的功效，适用于脾虚湿盛型脾虚。

4. 中医药治疗脾虚的效果和安全性

中医药治疗脾虚的效果和安全性已经得到临床和实验研究的证实。

临床研究： 多项研究表明，中医药治疗脾虚可以有效改善脾虚症状，提高免疫力，降低并发症的发生率。例如，一项研究采用参苓白术散治疗小儿脾虚泄泻，结果显示，治疗组的有效率明显高于对照组，且治疗组患儿食欲不振、腹胀、便溏、乏力等症状明显改善，免疫力显著提高。

实验研究： 实验研究表明，中医药治疗脾虚可以调节胃肠道功能，改善免疫功能，抗炎，抗氧化等。例如，一项研究采用四君子汤治疗脾虚小鼠，结果显示，四君子汤可以显著改善小鼠的脾虚症状，提高免疫力，降低炎症反应。

安全性评价： 中医药治疗脾虚的安全性良好，副作用小。多项研究显示，中医药治疗脾虚的副作用发生率低，且多为轻微不良反应，如恶心、呕吐、腹泻等，停药后可自行缓解。

5. 中医药治疗脾虚的作用机制

中医药治疗脾虚的作用机制主要包括以下几个方面：

调节胃肠道功能： 中药和针灸可以调节胃肠道运动和分泌功能，改善消化吸收，促进营养物质的吸收利用。例如，人参可以促进胃肠道蠕动，增强胃酸分泌，促进消化吸收。黄芪可以增强肠道吸收功能，提高营养物质的吸收利用率。

改善免疫功能： 中药和针灸可以增强机体免疫功能，提高抗病能力，预防感染。例如，人参、黄芪等中药可以增强巨噬细胞

的吞噬功能，提高自然杀伤细胞的活性，增强机体免疫力。

抗炎作用： 中药和针灸可以抑制炎症反应，减轻炎症损伤。例如，黄连、黄芩等中药具有抗炎作用，可以抑制炎症介质的释放，减轻炎症损伤。

抗氧化作用： 中药和针灸可以清除自由基，保护细胞免受氧化损伤。例如，枸杞子、当归等中药具有抗氧化作用，可以清除自由基，保护细胞免受氧化损伤。

6. 中医药治疗脾虚的挑战和未来发展方向

中医药治疗脾虚的研究面临着一些挑战，例如，临床研究设计不规范，作用机制研究不深入，中药质量标准不统一等。未来发展方向主要包括以下几个方面：

规范临床研究设计： 采用随机对照试验等规范的临床研究设计方法，提高研究结果的可靠性和科学性。例如，可以采用多中心、大样本、随机对照试验等方法，提高研究结果的可靠性和科学性。

深入研究作用机制： 采用现代科学技术手段，深入研究中医药治疗脾虚的作用机制，为临床应用提供理论依据。例如，可以采用分子生物学、细胞生物学等技术研究中中药和针灸对脾虚相关基因、信号通路的影响，深入阐明其作用机制。

制定中药质量标准： 制定统一的中药质量标准，保证中药的质量和疗效。例如，可以建立中药指纹图谱、含量测定等方法，对中药的质量进行控制，保证中药的疗效。

国际化推广： 将中医药治疗脾虚的经验和成果推广到国际，造福更多患者。例如，可以开展国际合作研究，将中医药治疗脾虚的成果推广到国外，为全球儿童健康事业做出贡献。

参考文献

- [1] 王明晶,刘秀秀,毛黎明,等. 运脾化痰通窍方联合中医外治法治疗儿童腺样体肥大脾虚痰阻证的临床观察[J]. 中国中医基础医学杂志,2022,28(3):428-431,437.
- [2] 李善昌. 耳穴贴压联合中药内服治疗儿童抽动障碍（脾虚肝旺型）的临床观察[D]. 广东:广州中医药大学,2023.
- [3] 张蕾,李一雄,朱虹位,等. 捏脊疗法治疗轻中度脾虚型儿童特应性皮炎的临床观察[J]. 中国民间疗法,2022,30(24):104-107.
- [4] 李娜,张秋莹,史霁,等. 针刺推拿疗法联合止动汤治疗脾虚型儿童注意缺陷与多动障碍的临床疗效评价[J]. 智慧健康,2021,7(31):174-176..
- [5] 赵霜. 捏脊疗法对社区肺脾虚儿童的健康干预研究[D]. 广东:广州中医药大学,2012.
- [6] 田慧,刘振寰,马美美. 中医保健干预对脾虚体质儿童生长发育的效果评价[J]. 中医儿科杂志,2013,9(2):46-50.
- [7] 黄映君. 中医多元疗法治疗脾虚小儿厌食症疗效观察[C]. //中国中医药研究促进会小儿推拿外治分会学术年会暨第六届全国中医药与少儿推拿学术大会论文集. 2017:295-297.
- [8] 刘华. 中医药疗法对小儿急性非细菌性腹泻病的系统评价及随机对照试验[D]. 广东:广州中医药大学,2010.
- [9] 张蕾. 捏脊疗法治疗轻中度脾虚湿蕴型儿童特应性皮炎的临床疗效观察[D]. 四川:成都中医药大学,2019.
- [10] 纪媛媛. 小儿推拿治疗儿童多发性抽动症（脾虚肝亢型）的临床研究[D]. 吉林:长春中医药大学,2019.

证 (CC BY 4.0) 获得许可。

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



Open Access