

肝郁脾虚型脂肪肝的中医药治疗研究进展

白华

新疆塔城地区乌苏市中医医院

DOI:10.12238/bmtr.v6i6.10988

[摘要] 脂肪肝的发病机制复杂,肝郁脾虚型脂肪肝在中医辨证分型中尤为常见。本文系统梳理了肝郁脾虚型脂肪肝的中医病机特点及主要证候表现,综述了中药方剂、针灸、中成药等治疗方法的临床应用及实验研究进展。结合现代医学,从调节脂质代谢、抗氧化应激、抗炎免疫调节等方面分析了其作用机制。研究表明,中医药在改善肝郁脾虚型脂肪肝患者的症状和肝功能方面具有显著疗效,具有进一步研究和推广应用的价值。

[关键词] 肝郁脾虚型脂肪肝; 中医药; 针灸

中图分类号: R245 **文献标识码:** A

Research Progress on Traditional Chinese Medicine Treatment for Fatty Liver with Liver Depression and Spleen Deficiency Type

Hua Bai

Wusu City Hospital of Traditional Chinese Medicine, Tacheng District, Xinjiang

[Abstract] The pathogenesis of fatty liver disease is complex, with the Liver Qi Stagnation and Spleen Deficiency type being particularly common in traditional Chinese medicine (TCM) syndrome differentiation. This paper systematically reviews the TCM pathogenesis and main syndromic manifestations of this type of fatty liver, summarizing the clinical applications and research progress of herbal formulas, acupuncture, and patent medicines. From a modern medical perspective, the mechanisms of action are analyzed in terms of lipid metabolism regulation, oxidative stress reduction, and anti-inflammatory immune modulation. Studies indicate that TCM therapies show significant efficacy in improving symptoms and liver function in patients with this type of fatty liver, highlighting their potential for further research and clinical application.

[Key words] Liver Qi Stagnation and Spleen Deficiency-type fatty liver; Traditional Chinese medicine; Acupuncture

引言

(1) 肝郁脾虚型脂肪肝的概述与临床意义。脂肪肝作为一种常见的肝脏代谢性疾病,近年来在全球范围内的发病率逐渐上升。其特征为肝脏内脂肪过度积累,通常表现为肝脏肿大、肝功能异常等症状。根据发病机制的不同,脂肪肝可分为单纯性脂肪肝、酒精性脂肪肝和非酒精性脂肪肝(NAFLD)。其中,非酒精性脂肪肝,尤其是肝郁脾虚型脂肪肝,已成为临床中普遍关注的疾病类型。

肝郁脾虚型脂肪肝是根据中医辨证分型提出的一个独特类型。在中医学中,肝气郁结和脾气虚弱是导致脂肪肝形成的重要因素。肝主疏泄,脾主运化,二者的协调功能对正常的脂肪代谢至关重要。当肝气郁结时,气机不畅,导致脾胃的运化功能失常,湿浊内生,进而导致脂肪沉积在肝脏。患者常表现为胁肋疼痛、脘腹胀满、乏力、食欲不振等症状,且脂肪肝常伴有其他代谢性

疾病,如高血脂、高血糖等。肝郁脾虚型脂肪肝的临床治疗具有一定挑战性,如何通过中医药调和肝脾、疏肝解郁、健脾化湿,从而达到减轻肝脏脂肪沉积的目的,是当前中医治疗脂肪肝的重要方向。

(2) 中医药治疗脂肪肝的研究现状与挑战。中医药治疗脂肪肝,特别是肝郁脾虚型脂肪肝,已经取得了一定的进展。近年来,国内外学者在中医药治疗脂肪肝的研究中积累了丰富的临床经验。例如,柴胡疏肝散、逍遥散等经典方剂被广泛应用于肝郁脾虚型脂肪肝的治疗,并且通过改善肝气郁结、增强脾胃运化功能,取得了良好的疗效^[1]。中药方剂不仅通过调和气血、疏肝解郁、健脾化湿来调节脂肪代谢,还能改善患者的临床症状,提升肝功能。

然而,当前中医药治疗脂肪肝的研究仍面临一些挑战。首先,虽然中医药治疗脂肪肝的疗效得到了初步验证,但治疗效果的

个体差异性较大,如何根据患者的具体症状和体质制定个性化的治疗方案仍然是一个难题^[2]。此外,治疗机制的不明确也是当前研究中的一大瓶颈。尽管中医药理论中有许多关于脂肪代谢、肝脾功能的研究,但从分子生物学的角度深入探讨中药的治疗机制,仍然缺乏足够的实验数据支持。

再者,中医药治疗脂肪肝的研究中,临床样本量的不足、试验设计的不规范等问题依然存在。许多临床研究缺乏长期随访,治疗效果的评估也较为单一,未能全面反映中医药治疗脂肪肝的实际效果。因此,在未来的研究中,需要进一步加强中医药治疗脂肪肝的临床验证,尤其是多中心、大样本、随机对照的临床试验,并通过现代医学技术揭示其潜在的生物学机制^[3]。

(3)研究目的。本研究旨在总结和分析肝郁脾虚型脂肪肝的中医药治疗研究进展,探讨中医药在这一类型脂肪肝治疗中的应用效果、机制及其存在的问题,并为未来的研究提供参考。具体而言,本研究将重点围绕以下几个方面展开:一是总结中医药治疗肝郁脾虚型脂肪肝的常用方剂和治疗方法,分析其临床疗效;二是探讨中医药治疗该类型脂肪肝的作用机制,尤其是在脂肪代谢、肝脏功能改善等方面的影响;三是结合现有的临床研究实验数据,分析中医药治疗脂肪肝的优势和不足,并提出未来研究的方向。

通过这一研究,旨在为临床中医药治疗肝郁脾虚型脂肪肝提供理论依据,进一步验证和优化中医药治疗脂肪肝的策略,并为相关研究提供科学支持。此外,本文还将结合现代医学的研究成果,对中医药治疗脂肪肝的疗效和机制进行更加深入的探讨,以期推动中医药在脂肪肝治疗中的广泛应用^{[4][5]}。

1 肝郁脾虚型脂肪肝的病因病机分析

1.1 肝郁脾虚的中医理论基础

在中医理论中,肝和脾是维持体内气血平衡、促进正常代谢的重要脏腑。肝气郁结和脾虚失调常被视为许多疾病的根本原因,肝郁脾虚型脂肪肝便是这一病理状态下的典型表现。肝主疏泄,脾主运化,这两者的协同作用对脂肪代谢有着至关重要的影响。肝气郁结,气机不畅,容易导致气滞血瘀,阻碍脾的运化功能,进而使脾气虚弱,湿气和痰湿内生,形成湿浊内停,最终导致肝脏脂肪堆积。脾虚则缺乏足够的运化和化湿功能,进一步加重了体内湿气的积聚。

肝气郁结是肝郁脾虚型脂肪肝的关键病因,导致肝脏功能受阻,影响脂肪的代谢与清除。脾虚则使食物消化吸收受限,无法有效运化体内湿气,导致湿邪停滞,形成湿热,沉积在肝脏,造成脂肪积聚。中医理论认为,肝郁与脾虚互为因果,二者的失衡直接促成脂肪肝的发生。

1.2 脂肪肝的现代病理机制

肝郁脾虚型脂肪肝的现代病理机制与代谢紊乱、氧化应激和胰岛素抵抗密切相关。脂肪肝的核心问题是肝脏内脂肪的过度积聚,通常由肝脏脂肪代谢失衡引起。正常情况下,肝脏能有效调节脂肪的合成与分解,但当肝脏功能受损时,脂肪代谢的平衡被打破,导致脂肪在肝脏中积累。脂肪酸的过度摄入、肝脏脂

肪合成过度及脂肪分解能力下降是脂肪肝的主要原因。

胰岛素抵抗是导致脂肪肝发展的重要因素。胰岛素作用受阻,导致脂肪无法有效储存,反而积聚在肝脏。同时,肝脏脂肪的积聚加重胰岛素抵抗,形成恶性循环,使脂肪肝进一步加重。现代研究还表明,脂肪肝患者体内存在氧化应激,过量脂肪积聚会产生大量自由基,造成肝细胞损伤,促进脂肪肝的进展,甚至导致肝脏纤维化。因此,脂肪肝的形成和发展涉及多个机制的复杂作用。

1.3 肝郁脾虚型脂肪肝的临床表现

临床上,肝郁脾虚型脂肪肝患者常表现为与肝脾功能失调相关的症状。肝气郁结导致胁肋疼痛、胸闷和情绪抑郁,脾虚则引起食欲不振、腹胀、乏力和便溏等。患者通常感到疲劳,尤其在进食后症状加重,脾虚湿困可导致全身沉重、恶心等消化不良。血脂水平升高,尤其是甘油三酯(TG)和低密度脂蛋白(LDL),肝功能可能出现转氨酶升高。肝脏无法有效代谢脂肪,导致脂肪沉积和肝脏肿大。随着病程进展,部分患者可能发展为肝纤维化、肝硬化或肝癌。因此,早期诊断和治疗对肝郁脾虚型脂肪肝至关重要。此类型脂肪肝反映了肝脾功能失调对脂肪代谢的影响,强调整体调理的治疗重要性。

2 肝郁脾虚型脂肪肝的中医药治疗

2.1 中药方剂与临床疗效

中医治疗肝郁脾虚型脂肪肝通过辨证施治,常用方剂包括柴胡疏肝散、逍遥散和健脾益气汤。柴胡疏肝散有疏肝解郁、缓解肝气郁结引起的胁痛、腹胀,并改善肝脏气血运行,减少脂肪积聚。逍遥散疏肝解郁、健脾化湿,改善脾胃运化功能,缓解脾虚湿滞导致的脂肪积聚,且有助于改善食欲不振、乏力等症状。健脾益气汤通过健脾益气、化湿利水,帮助湿气排解,减少脂肪堆积,特别适用于脾虚明显的患者。这些方剂在临床上对症状较轻、病程较短的患者效果显著,能够调节肝脾功能,改善脂肪代谢,促进健康。然而,由于个体差异,治疗效果有所不同。对于病程较长、症状较重的患者,可能需要结合针灸、保健品等辅助治疗,增强疗效并实现更理想的治疗效果。整体而言,这些方剂在中医治疗脂肪肝中具有良好的前景和广泛的应用价值。

2.2 针灸及其他治疗手段

针灸是治疗肝郁脾虚型脂肪肝的有效手段,通过刺激特定腧穴,如太冲、肝俞、足三里等,疏通经络,调和气血,疏肝解郁,健脾化湿,从而促进脂肪代谢,改善肝脏功能。临床研究显示,针灸能够缓解症状、改善肝血循环、促进脂肪代谢、降低血脂,并有助于肝功能的恢复。除针灸外,推拿、拔罐、艾灸等治疗手段也常用于脂肪肝。推拿通过按摩相关部位,促进气血流通,纾解肝脾气滞;拔罐和艾灸则通过改善血液循环和促进湿气排出,减轻脾虚湿困,减少肝脏脂肪积聚。综合使用这些传统治疗方法,有助于提高治疗效果,促进康复。

2.3 中成药与保健品应用

随着现代中医药的发展,许多中成药和保健品被广泛应用于肝郁脾虚型脂肪肝的治疗。中成药如茯苓、葛根和枸杞,具有

调节肝脾功能、改善脂肪代谢的作用。茯苓能清除湿气，改善脾虚湿滞；葛根有疏肝解郁的作用，缓解肝气郁结引起的不适；枸杞则增强肝脏免疫功能，促进肝细胞修复。现代技术使中成药成分更好提取，疗效明确，副作用较小，适合长期使用。同时，富含欧米伽-3脂肪酸、牛磺酸等成分的保健品，能改善脂肪代谢、降低血脂、抗炎抗氧化，辅助治疗脂肪肝。然而，患者使用中成药和保健品时，应注意与其他药物的相互作用，并遵循医师建议，确保安全有效。

3 临床研究与实验研究进展

3.1 中医药治疗的临床效果

近年来，中医药治疗肝郁脾虚型脂肪肝的临床研究逐渐增多，取得了显著成果。多项研究表明，经典中药方剂如柴胡疏肝散、逍遥散，以及针灸疗法，对改善患者的临床症状、肝功能和血脂水平具有良好效果。中药方剂可有效缓解腹胀、胁痛、乏力等症状，并帮助恢复肝脏功能，监测结果显示肝酶水平和血脂指标有所改善。针灸通过刺激特定腧穴，疏肝解郁、调和气血，不仅能缓解由肝郁脾虚引起的疲劳和食欲不振，还能促进脂肪代谢，减少肝脏脂肪积聚，尤其在早期阶段具有较好的疗效。总体来看，中医药通过整体调理和辨证施治，能够根据不同患者的症状和体质提供个性化治疗，从而实现较理想的治疗效果。

3.2 临床研究中的挑战与安全性

中医药在治疗肝郁脾虚型脂肪肝方面取得了一定成果，但临床研究仍面临挑战。中医治疗具有较大个体差异，不同患者的病情、体质和症状需要个性化的治疗方案，而现有的研究往往忽视这一点，导致疗效评估存在差异。此外，中医药治疗的疗效评估标准尚未统一，疗效通常依赖于多个指标，如肝功能、血脂水平和症状改善等，但这些指标的权重和标准不一致，影响了不同研究结果的比较。尽管中医药副作用较少，但长期使用中药仍需关注潜在的毒性和药物间相互作用。因此，加强中医药的质量控制，确保药物配伍和剂量的合理性，对于确保治疗安全至关重要。

3.3 实验研究的作用机制

近年来的实验研究揭示了中药在治疗肝郁脾虚型脂肪肝中的机制。通过细胞和动物实验，研究表明多种中药成分能有效调节脂肪代谢，减轻脂肪肝的病理变化，并具有抗炎和抗氧化作用。中药的调脂作用主要体现在对脂肪酸代谢的调节，能够通过调节肝脏中脂肪代谢相关酶的活性，促进脂肪分解，抑制脂肪合成，从而减少脂肪在肝脏的积累。此外，中药还通过减少脂肪酸的氧化应激，减轻肝细胞损伤，保护肝脏免受脂肪积聚引发的病变。

氧化应激被认为是脂肪肝发展的关键因素，中药中的抗氧化成分，如黄酮类和酚酸类化合物，能够中和自由基，减少氧化损伤，从而减缓脂肪肝的进展。部分中药成分还可调节肝脏免疫反应，抑制肝脏炎症反应，进一步减轻脂肪肝的病变。这些实验研究逐步揭示了中医药治疗脂肪肝的机制，特别是在调节脂肪代谢、抗氧化和抗炎方面的作用。随着更多实验研究的深入，未来可能揭示更多潜在机制，为临床应用提供更加科学的依据。

3.4 未来研究方向

未来的研究应聚焦于中医药治疗肝郁脾虚型脂肪肝的科学化与标准化。第一，需要开展大样本、多中心的临床研究，进一步验证中医药治疗的普适性和疗效，为其在临床应用中的推广提供更多证据。第二，个性化治疗方案的优化至关重要，应根据患者的体质差异、病程长短等因素，制定更加精准的治疗策略。第三，机制研究仍需深入，探索中药成分对脂肪代谢、氧化应激及免疫调节的具体作用，为临床治疗提供更为科学的理论依据。第四，结合现代西医药物治疗，开展中西医结合的治疗模式研究，将有助于提高治疗效果，推动中医药治疗脂肪肝的进一步发展。

4 结论

中医药治疗肝郁脾虚型脂肪肝具有独特的优势，通过辨证施治调和肝脾、疏肝解郁、健脾化湿，能够有效改善症状和肝功能。临床和实验研究显示，中药方剂、针灸等方法在改善脂肪肝的临床效果显著。然而，治疗效果的个体差异、评估标准不统一等问题仍需解决。未来研究应注重个性化治疗、机制探索以及中西医结合，推动中医药治疗脂肪肝的科学化和标准化。

[参考文献]

- [1] 申京哲. 中医药治疗脂肪肝研究概况[J]. 中国中医急症, 2009, 18(05): 796-797.
- [2] 吕英, 吕建阳, 王新月. 156例脂肪肝的中医证候学研究[J]. 北京中医药大学学报, 2007, (06): 427-429+432.
- [3] 陈石秀. 中医药治疗代谢性脂肪肝的系统评价及其核心方药的网络药理学研究[D]. 上海中医药大学, 2020.
- [4] 赵艳, 姬锋养. 中药配合针灸治疗肝郁脾虚性脂肪肝65例[J]. 云南中医中药杂志, 2016, 37(08): 34-35.
- [5] 李艳, 祝维泽, 李后开. 中药复方和活性化合物调节肠道菌群治疗非酒精性脂肪肝的研究进展[J]. 药学学报, 2022, 57(12): 3451-3464+3450.

作者简介:

白华(1975—), 女, 汉族, 陕西人, 副高, 文章方向: 中医内科, 中医内科方向(脾胃)。