

使用內關穴按壓對胃食道逆流症患者的療效評估

許為迪¹、施宜興^{1,2}、謝慶良^{1,3}、劉心萍⁴、林維勇^{1,5}

¹中國醫藥大學中西醫結合研究所；²中國醫藥大學附設醫院消化內科、³中醫部；

⁴中國醫藥大學針灸研究所；⁵中國醫藥大學附設醫院醫學研究部

研究背景與目地：

近年來胃食道逆流症的患者有增加的趨勢，其主要成因是因為胃酸逆流到食道而造成不舒服的症狀。常見的症狀有胸口灼熱感、呃酸、胸悶、咳嗽、氣喘、咽喉異物感等，嚴重時夜間會因胸口不適而影響睡眠，且胃酸長期刺激食道黏膜也有可能增加罹患食道癌的風險。治療方式包括生活型態的調整、藥物治療、抗逆流手術及內視鏡治療，但仍有部分非糜爛性胃逆流疾病的患者對治療反應差，而且長期使用藥物會產生感染、腹痛、腹瀉、骨質疏鬆等副作用。傳統中醫的「十總穴」當中的「內關心胸胃」，提到內關可以治療胸部和上腹部的症狀。因此，本研究的目的是探討使用內關穴按壓對胃食道逆流症患者的臨床療效。

研究對象與方法：

於中國醫藥大學附設醫院台中分院及豐原分院，篩選過去三個月平均每週至少一次以上發生心口灼熱感(heartburn)或有無胃酸逆流(acid regurgitation)現象的患者。納入標準：1. 男性、女性皆可。2. 從20歲至60歲。排除標準：1. 經檢查證實為癌症或消化性潰瘍、膽結石等。2. Barrett's esophagus。3. 食道、胃十二指腸手術史。4. 嚴重心血管疾病患者。5. 懷孕婦女或正在授乳之婦女。經詳細說明研究目的及整個試驗過程後，同意參加試驗並簽署同意書。本研究採單盲、隨機的研究設計，將受試者隨機分為控制組和試驗組。(A)試驗組：除了接受常規治療外，將按壓手環置於兩側手腕內關穴上，按壓內關穴，連續七天。(B)對照組：除了接受常規治療外，將按壓手環反置於手腕內關穴上，沒有按壓內關穴，連續七天。主要評估為逆流性疾病問卷(RDQ)，而次要評估為世界衛生組織生活品質問卷(台灣簡明版)，於試驗前後各評估一次，最後比較試驗組與對照組在試驗前後RDQ分數及生活品質分數的差異。

研究結果：

- 共有4位受試者納入研究，2位男性及2位女性，平均年齡 34.3 ± 12.1 歲，試驗組有3位(A、B、C)而對照組有1位(D)。本次研究的初步結果顯示：
- 一. 在逆流性疾病發生頻率方面：試驗組中，A、B兩位分別減少44.4%及100%，但C沒有改善。對照組D則沒有差異。
 - 二. 在逆流性疾病嚴重程度方面：試驗組中，A、B、C三位分別減少50%、100%及16.7%。對照組D則減少12.5%。
 - 三. 在生活品質方面：試驗組中，A增加了6%，B降低了1%，但C沒有影響。對照組D則沒有差異。

結論：

根據本次研究初步觀察顯示輔助使用內關穴按壓，對於有些胃食道逆流症患者確實能有效減輕臨床症狀的發生頻率及嚴重程度，但對於生活品質的影響則不明確。未來若有更多的研究數據能證實此結論，則可以推廣內關穴按壓應用於胃食道逆流症患者，配合內科藥物治療、生活及飲食習慣的調整，讓患者的生活品質獲得更進一步的提升。