

# 耳穴在近视和视疲劳治疗中的临床研究进展

刘耀萌 哈略 黄畅 刘钧天 杨佳 于梦芸 韩丽 赵百孝

【摘要】 近视和视疲劳是发病率最高的眼科疾病,多因用眼过度引起。耳部汇集经络之气,与眼部联系紧密,耳穴疗法作为中医微针疗法之一,对本病有较好疗效。近年来运用耳穴治疗近视、视疲劳的临床研究较多,为研究探讨耳穴疗法的方法、效果和取穴规律,以“耳穴、耳针、视力、近视、视疲劳”为检索词,查阅近5年中国期刊全文数据库(CNKI)、万方知识服务平台、中国科技期刊全文数据库(VIP),将相关文献进行综述,发现耳穴治疗近视、视疲劳多以“疏通经络,改善局部血液循环”为主,取穴以“眼、目1、目2、肝、肾”为基本,已在临床取得较好疗效。

【关键词】 耳穴疗法; 近视; 眼疲劳; 临床应用; 综述

【中图分类号】 R276.7 【文献标识码】 A doi:10.3969/j.issn.1674-1749.2017.01.040

**Advances in clinical research on auricular therapy for myopia and asthenopia** LIU Yaomeng, HA Lue, HUANG Chang, et al. Beijing University of Traditional Chinese Medicine, School of Acupuncture Moxibustion and Tuina, Beijing 100029, China

Corresponding author: ZHAO Baixiao, E-mail:baixiao100@vip.sina.com

【Abstract】 Myopia and asthenopia are the highest incidence ophthalmic diseases and always caused by over-use of eyes. *qi* of meridians get together at ears, and have close connection with eyes. Auricular therapy has a good effect on ophthalmic diseases. There are many clinical researchs on auricular acupuncture in treatment of myopia and asthenopia in recent years. To explore the methods, effects and rules of selecting points, auricular point, auricular needle, vision, myopia, asthenopia, were used as search words to consult CNKI, Wanfang and VIP literature databases. The relevant literature found auricular acupuncture for treatment of myopia and asthenopia with dredging the meridians and improving local blood circulation, the basic acupuncture points are yan, MU 1, MU 2, liver and kidney, it has

基金项目:国家自然科学基金面上项目(81574068);国家自然科学基金青年基金(81403449);北京中医药大学自主课题(2015-JYB-XS125)

作者单位:100029 北京中医药大学针灸推拿学院[刘耀萌(硕士研究生)、哈略(硕士研究生)、黄畅(博士研究生)、刘钧天、杨佳、于梦芸(硕士研究生)、韩丽、赵百孝]

作者简介:刘耀萌(1990-),女,2013级在读硕士研究生。研究方向:耳穴特性的研究;艾灸的作用机理研究。E-mail:liuyaomeng\_great@163.com

通信作者:赵百孝(1963-),博士,教授,博士生导师。研究方向:耳穴特性的研究;艾灸的作用机理研究。E-mail:baixiao100@vip.sina.com

obtained good curative effect in clinic.

**【Key words】** Auricular therapy; Myopia; Asthenopia; Clinical application; Review

中医学治疗眼科疾病有着悠久历史,早在《黄帝内经》中,就已经对眼的解剖生理,眼病的病因病机、临床证候、针刺疗法等做了初步的论述<sup>[1]</sup>。耳穴疗法是中医微针疗法之一,相较针灸疗法,具有操作简便、创痛量小、疗效持久等特点,易被痛阈较低、年龄较小的患者接受,广泛应用于眼科疾病的治疗。随着近些年国内中医科研工作的进步,出现了较多耳穴治疗眼科疾病的临床实验,研究重点集中在近视和眼疲劳的治疗上,现对近五年来耳穴治疗近视和眼疲劳的临床研究进展进行综述如下。

## 1 耳穴治疗近视

近视是最常见的眼科疾病之一,古称“能近怯远”,在全世界的发病率高达 25%<sup>[2]</sup>,中国有超过 3 亿的近视患者,且呈现出低龄化的趋势,学龄期青少年近视的患病率高达 70%~81%<sup>[3-4]</sup>。全世界范围内虽然对近视进行了将近二百年的研究,但其发病的机制仍未完全明确。一般认为,近视是由基因遗传和环境因素共同作用的结果。近年来随着电子产品的流行与普及,因用眼过度引发的近视呈节节攀升的趋势。治疗和预防近视的方法主要包括光学矫正、药物干预、手术干预等,该手术的疗效不确定,临床上尚未被广泛接受和使用。

### 1.1 耳穴治疗青少年近视

青少年时期,是近视的高发年龄段,此时学习压力大,用眼需求增加,但也是近视治疗的最佳时期。刘薇<sup>[5]</sup>认为耳穴疗法可以通过神经传导发挥作用,贴压耳穴时,耳廓处广泛分布的神经为将刺激通过冲动上行传导,可以直接或间接地对眼的屈光系统起调节作用。她将 70 例青少年近视患者随机分为治疗组和对照组,治疗组予王不留行籽贴压眼、目 1、目 2、肝、脾、肾等穴,对照组予复方托吡吡胺液滴眼液每晚一次,治疗 6 周后,用国际标准视力表检测视力,治疗组总有效率高于对照组。丁喆<sup>[6]</sup>则从经络学说解释耳穴的作用。耳穴刺激可改善耳部诸经的血液循环,促进气血流通,他在治疗青少年近视 120 例中,取用眼、肝、肾、脾、心、交感、神门等耳穴,配以面部阳白、上睛明、瞳子髎、承泣等穴,和足底涌泉穴至然谷穴的“近视线穴”,用探棒分别在所选穴区找出敏感点并贴上王不留行籽,嘱患者每日按压 4~6 次,每次按压 10~20 下,治疗 5

个月后可取得较好疗效。郑晓宇等<sup>[7]</sup>为了避免穴位疲劳,影响治疗效果,将耳穴分为两组,组 I 为肝、眼、肾、内分泌和神门;组 II 为脾、目 1、目 2、交感、皮质下和近视穴。选取 408 例单眼裸眼视力不足 1.0 的视力不良学生治疗,两组耳穴轮流选用,每周交换一次,治疗 2 个月后,裸眼视力有所提高。

### 1.2 耳穴治疗轻、中度近视

对于不同程度的近视,临床研究均表明,可通过耳穴治疗取得较好疗效。按屈光度区分,近视 300 度以下,眼底无病理性改变的可称为轻度近视;近视在 300 度至 600 度之间的,眼底可伴随豹纹状改变的,称为中度近视。

为了研究耳穴对轻度近视的疗效,罗向霞<sup>[8]</sup>、朱海等<sup>[9]</sup>分别予耳穴贴压眼、目 1、目 2、心、肝、肾等穴,治疗 2~3 个月后,治疗组总有效率高于对照组。薛堃等<sup>[10]</sup>将 116 例青少年轻度近视患者分为治疗组和对照组,对照组每天坚持做 2 次眼保健操,治疗组则在眼保健操的基础上耳穴贴压眼、目 1、目 2、肝、心 5 穴。治疗 2 个月后,发现加用耳穴比单用眼保健操疗效更好。为探索耳穴疗法的远期疗效,作者对受试者进行了为期两个月的随访,发现两组有效率在治疗过程中都随时间升高,在 2 个月的治疗完成后达到顶峰,然而在停止治疗后两组视力均出现不同程度的下降,且对照组的下降趋势高于治疗组,说明耳穴疗法在治疗结束后仍有一定的后续作用。对于中度近视,杨蓉等<sup>[11]</sup>将 100 例患者随机分为治疗组和对照组,两组均要求练习眼保健操每日一次。此外,治疗组患者还需每日砭石按压头部经脉,两耳轮流予王不留行籽贴压眼、目 1、目 2、肝、肾、神门等穴位。治疗 4 周后,标准对数视力表评价患者裸眼远视力、扩瞳后测量近视屈光度,治疗组疗效明显优于对照组。

通过对不同程度近视治疗的疗效比较发现,虽然均能取得改善效果,但轻度近视的疗效相对优于中度近视,提示耳穴疗法的早期作用。

### 1.3 耳穴治疗假性近视

除了已明确确诊的近视,耳穴疗法也常常用于治疗睫状肌痉挛引起的假性近视。郑芙蓉等<sup>[12]</sup>招募青少年假性近视患者 100 例,予王不留行籽耳穴贴压选用眼、心、肝、脾、肾、神门穴,嘱患者回家后每天按压上述穴位 5 次,3 次为一疗程,治疗 4 周

后,治愈 112 只眼,总有效率为 88.5%。何明等<sup>[13]</sup>通过对照实验来验证耳穴对假性近视的疗效,他将 96 例青少年假性近视患者随机分为治疗组和对照组,每组 48 例,治疗组采用耳穴贴压目 1、目 2、肝、肾、心、神门等耳穴,对照组采用常规针刺双侧承泣、睛明、风池、翳明、合谷、足三里。治疗 12 周后比较疗效,治疗组总有效率 95.8%,高于对照组 93.8%。

总的来说,针对近视的耳穴治疗,呈现出假性优于真性,轻度优于中重度的趋势。且年龄越小的患者治愈倾向越大。结合青少年学习忙碌、怕疼的特点,耳穴疗法有取穴少而精,简便易行的特点,适合用于近视的早期干预治疗。除了单独使用,耳穴也可以配合其他疗法用于近视的治疗,例如陈海林等<sup>[14]</sup>用体针结合耳穴治疗近视;张建等<sup>[15]</sup>用三步(眼部、颈部、头部)推拿法结合王不留行籽贴压治疗近视 30 例;唐敏等<sup>[16]</sup>用中药熏洗液,每日熏洗患者双眼,同时配合王不留行籽贴压治疗青少年近视 360 例;夏秀<sup>[17]</sup>用梅花针取眼周部、后项部穴位扣刺,同时配合王不留行籽耳穴贴压治疗青少年近视 210 例;彭翠波等<sup>[18]</sup>用五灵脂 10 g、生蒲黄粉 10 g 调酒为膏,涂于硬质纸上,胶布固定在患者“眼穴”“肝穴”上,用药物刺激患者耳部穴位,取得了较好疗效。

## 2 耳穴治疗视疲劳

视疲劳是指在从事近距离注视的工作或学习时,由于过度使用眼睛而产生的眼部疲劳,该病以病人自觉眼部症状为基础,临床多表现为视物不能持久,久视者视物昏花,眼球或眶周酸胀感。多发于用眼强度大的文字工作者或从事近距离精密工作、电脑工作者。目前,普遍认为视疲劳是诱发近视及引起近视度数加深的主要因素<sup>[19]</sup>。

张茂梅等<sup>[20]</sup>认为眼疲劳由局部气血不畅引起,耳部汇集人体十二经脉、三百六十五络之气,耳穴贴压可以疏通经络,增加脑与眼睛的气血循环,予王不留行籽埋压眼、肝、肾、内分泌、皮质下、神门穴来治疗非器质性眼疲劳,与对照组每天予贝复舒滴眼,口服谷维素、维生素 B1、鱼肝油丸相比较,治疗组痊愈时间明显缩短。张花治等<sup>[21]</sup>查阅文献,指出视疲劳与脾虚有关,脾主肌肉,睑司开合,脾虚则眼部肌肉调合不畅,故针刺从脾胃经入手,耳穴加用“脾”“胃”穴,予承泣、四白、阳白、

风池、足三里等穴针刺配合耳穴眼、目 1、目 2、脾、胃、皮质下、神门、交感压丸法治疗视疲劳,疗效优于滴用萘敏维滴眼液。梁爽等<sup>[22]</sup>提出视疲劳的治则是疏通三阳经脉,三阳经脉与经别入耳中,或入耳前,耳上角,针刺耳穴有疏调三阳经之效。治疗组予柴葛解肌汤,日一剂,另针刺耳穴眼、目 1、目 2、肝、神门穴,每次选取 2~3 穴,留针 30 分钟,疗效优于单纯服用柴葛解肌汤。渠鸿颖<sup>[23]</sup>予治疗组患者口服中药汤剂配合王不留行籽按压眼、目 1、目 2、肝、脾、神门穴,对照组采用玻璃酸钠滴眼液进行滴眼治疗,依据头晕、流泪、视物模糊、复视、眼干涩酸胀、眼睛刺痛、畏光、眨眼、恶心、眼沉重感等临床症状设立评分量表,治疗两周后,耳穴组患者的评分高于对照组。

相较于普通人,从事射击运动的职业运动员有更高的视疲劳发病率,汪东颖等<sup>[24]</sup>将 24 名运动员随机分为治疗组和对照组,每组 12 人,治疗组选眼、目 1、目 2、心、肝、肾和神门 7 个穴位,耳穴贴压治疗两月;对照组则每日做眼保健操。治疗组闪光融合频率、视觉反应时、明视持久度和自觉疲劳分级测试均较前有所改善,表明耳穴贴压对于视疲劳和恢复视觉功能有一定的作用。现代医学治疗视疲劳多采用神经营养剂、镇静剂或局部滴用 B 受体阻滞剂等眼药,但其针对性较弱,仅能短暂性的缓解局部症状,而相关研究表明,耳穴疗法对视疲劳有促进恢复,缓解症状的效果。

## 3 小结

### 3.1 耳穴治疗眼科疾病的选穴特点

《灵枢·口问》云“耳者,宗脉之所聚也”,十二经脉皆上通于耳,全身器官脏腑皆连系于耳。故耳通过经脉而与眼及其周围紧密相连,使气血相互流注,形成一个整体。耳穴凭借其不可替代的优势,大量运用于临床眼科疾病的治疗。在治疗眼科疾病方面,首选眼、目 1、目 2 等与眼部有关的穴位为主穴,随后根据疾病的病性、病位,选配肝、肾等脏腑穴位相搭配,最后配用神门以安神止痛,皮质下、内分泌以调节全身。眼、目 1、目 2 为治疗眼科疾病的基本穴,主治一切眼科疾病;“肝开窍于目”“肝上行,系目系”,《内经》指出“五脏六腑之精气皆上注于目”“肝藏血,目得血而能视”故治疗眼科疾病常选用肝穴;肾藏精,精血同源,取肾穴可配合肝穴,调理眼部气血流注。



### 3.2 耳穴治疗眼科疾病的发展特点

近十年来,耳穴治疗眼科疾病的临床研究有了较大的发展,单独使用耳穴或配合其他疗法使用,对多种眼科疾病均有良好疗效。且耳穴疗法具有安全可靠,无毒副作用,操作简单的特点,适合在临床大范围推广。如今耳穴疗法在眼科的优势病种还是以近视和视疲劳为主,对于功能性眼病疗效优于器质性眼病,外耳穴治疗麦粒肿<sup>[25-27]</sup>、干眼病<sup>[28]</sup>,眼科术后疼痛<sup>[29-30]</sup>的临床研究也较为多见,但与十年前相比较,耳穴治疗视神经萎缩、治疗糖尿病视网膜膜病的研究有大幅度的减少,这些情况可能是临床疗效对实验研究的指导性反馈。

### 3.3 耳穴相关研究的不足与展望

目前耳穴的相关研究多为临床疗效观察,但不同研究者采用相同干预手段,针对同一疾病开展的研究,依然面临着最终结果不统一、总有效率数值相差较大的问题,笔者认为这除了与实验样本量较小不足以排除个体差异有关,也与部分实验设计不够严谨且关于“治愈”“有效”“显效”等判断标准不统一有关。此外,对于青少年近视等慢性病,还应该安排随访,以观察耳穴疗法的远期疗效,但目前只有个别研究有设计随访。此外,现在关于耳穴治疗眼科疾病的临床研究较多,但在作用机理方面还鲜有研究。因此,进一步的深入机理研究,同时统一临床研究标准,加大研究样本量是很有必要的,齐头并进才能最终推广耳穴治疗眼科疾病的发展及应用。

## 参 考 文 献

- [1] 曾庆华. 中医眼科学[M]. 北京:中国中医药出版社,2007:206.
- [2] Loman Jane, Quin Graham E, Kamoun Layla, et al. Darkness and nearwork; myopiaand its progression in third-year law students[J]. Oph-rhalmology,2002;109(5):1032-1038.
- [3] He M,Zeng J,Liu Y,et al. Refractive error and visualimpairment in urban children in southern China[J]. Invest ophthalmol Vis Sci,2004,45:793-99.
- [4] Edwards MH, Lam CS. The epidemiology of myopia in Hong Kong[J]. Ann Acad Med Singapore,2004,33:34-38.
- [5] 刘薇. 王不留行籽耳穴贴压治疗青少年近视 70 例[J]. 河南中医,2012,32(8):1030-1031.
- [6] 丁喆. 穴位贴压治疗青少年近视 120 例[J]. 中国民间疗法,2010,18(11):16.
- [7] 郑晓宇,王宏丰. 耳穴贴压治疗学生近视 408 例效果分析[J]. 中国初级卫生保健,2010,24(8):95-96.
- [8] 罗向霞,张黎,刘永红,等. 中医综合疗法治疗青少年轻度近视近期疗效观察[J]. 西部中医药,2012,25(5):90-91.
- [9] 朱海,梁先军,何锦贤,等. 磁贴压耳穴治疗青少年轻度近视的临床观察[J]. 临床医学工程,2011,18(3):416-417.
- [10] 薛堃,马昭,沈思佳,等. 耳穴贴压与眼保健操对于青少年轻度近视的干预[J]. 上海针灸杂志,2013,32(12):1022-1024.
- [11] 杨蓉,曾流芝,茅敏. 砭石结合耳压治疗青少年中度近视临床研究[J]. 中医学报,2015,30(3):457-459.
- [12] 郑芙蓉,明庭武. 耳穴贴压治疗青少年假性近视 100 例[J]. 上海针灸杂志,2010,29(9):608.
- [13] 何明,罗荣芬. 耳穴贴压治疗青少年假性近视疗效观察[J]. 上海针灸杂志,2014,33(7):646-647.
- [14] 陈海林,鲍一珂. 针刺加耳穴压籽治疗近视疗效观察[J]. 浙江中医药大学学报,2013,(6):782-784.
- [15] 张健,金龙涛,马玉琴,等. 三步推拿法结合耳穴贴敷治疗青少年近视近期疗效观察[J]. 时珍国医国药,2013,24(11):2693-2695.
- [16] 唐敏,岳丽菁,张超然. 中药熏洗联合耳穴贴压治疗近视的临床研究[J]. 国际眼科杂志,2011,11(7):1265-1266.
- [17] 夏秀. 耳穴贴压配合梅花针治疗青少年近视 210 例分析[J]. 中国误诊学杂志,2010,10(3):626.
- [18] 彭翠波,万春,林瀚,等. 五灵脂蒲黄膏耳穴按压治疗假性近视 100 例临床研究[J]. 实用中西医结合临床,2011,11(3):12-14.
- [19] 宿蕾艳,庄曾渊. 视疲劳病因机制及防治的研究进展[J]. 中国中医眼科杂志,2010,20(3):183-185.
- [20] 张茂梅,徐明亮,耿祥娥,等. 非器质性视疲劳耳穴按压疗效观察[J]. 中国实用医药,2013,8(11):82-83.
- [21] 张花治,侯春英,刘莹. 针刺配合耳穴压丸治疗视疲劳的临床观察[J]. 中国中医眼科杂志,2011,21(1):19-21.
- [22] 梁爽,张静. 柴葛解肌汤联合针刺耳穴治疗视疲劳疗效观察[J]. 长春中医药大学学报,2012,28(4):702-703.
- [23] 渠鸿颖. 中药配合耳穴压豆在视疲劳治疗中的疗效及安全性[J]. 亚太传统医药,2015,11(13):88-89.
- [24] 汪东颖,裴建,王跃舫,等. 耳穴贴压缓解射击运动员视疲劳的研究[J]. 中华针灸电子杂志,2014,(6):1-5.
- [25] 贾金金,尹百顺. 耳穴疗法治疗麦粒肿 74 例的临床疗效[J]. 中国社区医师,2015,(24):85,87.
- [26] 赵英,王博. 耳穴治疗麦粒肿之体会[J]. 中外妇儿健康,2011,(7):148.
- [27] 周相苍,栾玉芬,鞠智云. 耳尖放血合并针刺治疗麦粒肿 127 例[J]. 内蒙古中医药,2012,31(16):38.
- [28] 王万杰,郑燕林,周绿绿. 耳穴按压对干眼症患者结膜杯状细胞的影响研究[J]. 四川中医,2015,(8):171-173.
- [29] 颜湘蓉,郭菊兰. 耳穴压丸配合舒适按摩对复杂性视网膜脱离术后的影响[J]. 四川中医,2013,(3):127-128.
- [30] 翁春霞,留晓霞. 中西医结合护理干预对眼科术后患者疗效观察[J]. 辽宁中医杂志,2015,(2):406-408.

(收稿日期:2016-07-15)

(本文编辑:韩虹娟)