

昆明市区大学生中医体质分布规律初步分析^{*}

何渝煦, 杨 隽, 钟晓君, 尹 波, 关媛媛

(云南中医学院第一附属医院治未病中心, 云南 昆明 650021)

摘要: **目的** 通过对昆明市区大学生中医体质流行病学调查研究得出昆明市区大学生中医体质状况以及其分布规律,以期达到纠正偏颇体质,促进身体健康、预防疾病、治疗疾病的目的,为指导本地区大学生中医特色的预防保健体系提供客观依据。**方法** 选取云南中医学院、昆明医学院、云南大学,2011–2014 年在校生为前瞻性研究的目标人群。采用横断面调查方法,针对上述三所大学在校生开展中医体质量表(CCMQ)进行调查,用中医体质量表(CCMQ)进行评分和统计学分析,得出昆明市部分大学生中医体质分布规律。**结果** 被调查的 1 362 名大学生中平和体质学生人数占绝对优势,为调查人数的 70.7%。单一兼夹体质 135 人,占 9.91%,气虚体质 71 人,占 5.21%,阳虚体质 65 人,占 4.77%。偏颇体质中气虚质和阳虚质为此次调查人群的主要体质类型。并且不同性别的中医体质分布构成比也不同,具有显著性差异($P<0.05$)。**结论** 纳入研究的大学生体质以平和体质学生人数占绝对优势,并以单一体质类型为主,气虚质和阳虚质为单一偏颇体质的主要类型。

关键词: 昆明市区; 大学生; 中医体质

中图分类号: R229

文献标志码: A

文章编号: 1000–2723(2015)04–0078–04

中医体质是人的生命过程中,在先天禀赋和后天获得的基础上所形成的形态结构、生理功能和心理状态方面综合的、相对稳定的固有特质^[1]。中医体质学认为体质禀赋于先天,受后天多种因素影响。中医体质健康状况包括了身体的外在形态、生理功能、机体的发育状况、身体素质和心理素质、运动能力以及机体对内外环境变化的适应能力等各种因素,涉及人的身体、精神、社会功能等各方面^[1]。中医体质学^[2]说是以中医理论为基础,研究人类各种体质特征与体质类型的生理病理特点,并以此分析疾病的反应状况、病变性质及发展趋势,从而指导疾病预防和治疗的一门学科。自 20 世纪 70 年代王琦教授提出中医体质学说后,中医体质学说在疾病预防、诊断及养生保健方面发挥着重要作用。应用中医体质辨识能够客观地评价个体人的体质类型,能够更加全面地了解人体的健康状况,预测个人未来发病的趋向。通过中医体质辨识建立个性化中医健康保健、疾病预防及疾病治疗方案,纠正偏颇体质,从而达到促进健康、预防疾病、治疗疾病的目的。中医体质流行病学的调查研究有利于阐明各种人群

的中医体质特征及其分布状况,同时可以获得地域环境、季节时令、职业种类、民族风俗、个人生活习惯等因素对人体体质影响的调研数据^[3–4],从而可以针对性的拟定中医药维护健康的对策和方案。大学生是国家现代化建设未来的栋梁,在当今日益深化的教育改革和素质教育的新形势下,如何保持和增进在校大学生的身心健康,进一步完成高等级院校培养人才的教育目标,一直以来是高校教育和保健工作研究的重要课题。本研究针对昆明市区三所大学的 1 400 名大学生开展中医体质辨识调查,目的在于了解昆明市区大学生的中医体质特征及其分布情况,为进一步建立本地域大学生中医特色的健康保健体系提供客观依据。其报告如下。

1 对象和方法

1.1 研究对象

云南中医学院、昆明医学院、云南大学,2011–2014 年在校学生为研究对象,发放中医体质量表 1 400 份,收回 1 362 份,有效问卷 1 362 份,有效率 97.29%。填写问卷表的学生年龄在 18~34 岁,平均年龄 26 岁,其中女性 936 例,占 68.72%;男性 426

^{*} 基金项目: 国家中医药管理局“十二五”中医预防医学重点学科

收稿日期: 2015–06–03

作者简介: 何渝煦(1963–),女,江西南昌人,主任医师,教授,硕士生导师,研究方向:中医预防医学、中西医结合内科学。

例,占 31.28%。

1.2 调查方法

① 对调查者进行调查前告知及中医体质相关基础知识的培训,减少调查偏倚,确保调查资料的真实和统一。

② 采用自行设计的在中华中医药学会 2009 年实施的《中医体质分类与判断表》的基础上,结合了个人基本情况、生活方式、健康状况等内容的中医体质辨识问卷表。

③ 采用受试对象独立填写问卷,当场填写完毕后收回。

④ 经培训过的中医师将收集的问卷中的“中医体质分类与判断表”内容录入 KY3-H 中医体质辨识系统,进行中医体质辨识,得出大学生体质类型。

1.3 统计分析

将数据录入进行计算机 SPSS 17.0 软件分析,对计量资料作 t 检验,计数资料作 χ^2 检验。其中 $P < 0.05$ 为有差异,具有统计学意义。

2 结果

2.1 体质类型分布情况

从表 1、图 1 可见,九种体质分布中平和质(包括平和质判定为“是”与“基本是”)最多,1 362 份问卷中,平和质 963 人,占 70.7%,偏颇质 399 人,占 29.3%,其中单一偏颇体质 264 人,占 19.38%,兼夹体质 135 人,占 9.91%。单一偏颇体质中,气虚质 71 人,占 5.21%;阳虚质 65 人,占 4.77%;为昆明市区大学生最常见单一偏颇体质类型。而其余受测者体质类型所占比例,由高到低依次为:阴虚质、气郁质、湿热质、痰湿质、血瘀质、特禀质,所占比例分别为 2.35%、2.13%、1.76%、1.10%、1.10%、0.95%。所有体质类型中,仅有特禀质比例不足 1%,所占比例最少。

2.2 不同性别的中医体质辨识特征

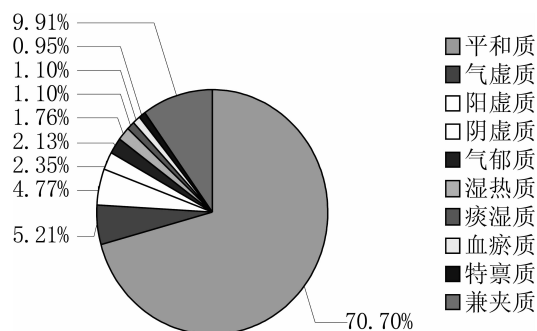


图 1 昆明市区大学生中医体质分布情况分析

由表 1 可见,各型体质人数女生皆多于男生,主要是因女生例数明显多于男生所致。在比例构成中,平和质所占比例皆最大,男生平和质占 83.8%,女生平和质占 64.74%,男生平和质比例大于女生,而所有偏颇体质中,女生所占比例皆大于男生,阳虚质差异最大,为 5.48 倍,气虚质差异最小,为 1.02 倍。在性别与中医体质分布中,平和体质与非平和体质、阳虚体质与非阳虚质学生的性别分布具有显著性差异($P < 0.05$),其余体质类型学生性别分布无显著性差异。

3 讨论

体质是指人体生命过程中,在先天禀赋和后天获得的基础上形成的形态结构、生理功能和心理状态等方面综合的、相对稳定的固有特质,是人类在生长发育过程中所形成的与自然、社会环境相适应的人体个性特征。体质在健康和疾病过程中体现出遗传性、个体差异性、群类趋同性、相对稳定性和动态可变性等特点^[5]。其在形态、结构、功能、代谢上具有相对的稳定性,同时又具有一定的范围的可调性。体质不仅决定个体是否发病及发病的倾向性,还决定疾病的证型、传变、转归和预后,因而也决定了治疗原则和方法^[6]。通过体质辨识,可根据体质特征有针对性地对其进行生活行为指导、养生保健指

表 1 1362 名昆明市区大学生中医体质分布

$n(\%)$

	例数	平和质	气虚质	阳虚质	阴虚质	气郁质	湿热质	痰湿质	血瘀质	特禀质	兼夹体质
女	936	606 (64.74)	49 (5.24)	60 (6.41)	29 (3.10)	24 (2.56)	17 (1.82)	13 (1.39)	11 (1.18)	9 (0.96)	118 (12.61)
男	426	357 (83.80)	22 (5.16)	5 (1.17)	3 (0.70)	5 (1.17)	7 (1.64)	2 (0.47)	4 (0.94)	4 (0.94)	17 (3.99)
合计	1362	963 (70.70)	71 (5.21)	65 (4.77)	32 (2.35)	29 (2.13)	24 (1.76)	15 (1.10)	15 (1.10)	13 (0.95)	135 (9.91)

导、医疗干预及护理和个性化的顺势健康管理服务,从而预防相关疾病的发生、发展和恶化^[7]。在中华中医药学会 2009 年实施的《中医体质分类与判断表》中将体质分为平和质、气虚质、阳虚质、阴虚质、痰湿质、湿热质、瘀血质、气郁质、特禀质 9 种体质。不同体质类型在形体特征、生理特征、心理特征、病理反应状态、发病倾向等方面各有特点^[8]。平和质总体特征为阴阳气血调和,以体态适中、面色红润、精力充沛等为主要特征,平时患病较少,对自然环境和社会环境适应能力较强。气虚质总体特征为元气不足,以疲乏、气短、自汗等气虚表现为主要特征,易患感冒、内脏下垂等病,病后康复缓慢,对外界环境适应能力:不耐受风、寒、暑、湿邪。阳虚质总体特征为阳气不足,以畏寒怕冷、手足不温等虚寒表现为主要特征,易患痰饮、肿胀、泄泻等病,感邪易从寒化,耐夏不耐冬,易感风、寒、湿邪。阴虚质总体特征为阴液亏少,以口燥咽干、手足心热等虚热表现为主要特征,易患虚劳失精、不寐等病,感邪易从热化,对外界环境适应能力耐冬不耐夏,不耐受暑、热、燥邪。痰湿质总体特征为痰湿凝聚,以形体肥胖、腹部肥满、口黏苔腻等痰湿表现为主要特征,易患消渴、中风、胸痹等病,对梅雨季节及湿重环境适应能力差。湿热质总体特征为湿热内蕴,以面垢油光、口苦苔黄腻等湿热表现为主要特征,易患疮疖、黄疸、热淋等病,对夏末秋初湿热气候,湿重或气温偏高环境较难适应。瘀血质总体特征为血行不畅,以肤色晦黯、舌质紫黯等血瘀表现为主要特征,易患症瘕及痛证、血证等,不耐受寒邪。气郁质总体特征为气机郁滞,以神情抑郁、忧虑脆弱等气郁表现为主要特征,易患脏躁、梅核气、及郁证等对精神刺激适应能力较差,不适应阴雨天气。特禀质总体特征为先天失常,以生理缺陷、过敏反应等为主要特征,易患过敏性、遗传性、胎传性疾病,对易致过敏季节适应能力差,易引发宿疾^[9]。研究体质分类及其与疾病的相关性,对于改善体质偏颇、防病治病、促进健康具有重要意义。

本课题调查结果显示,1 362 例昆明市区大学生中,平和质为主共计有 963 人,占 70.7%;偏颇体质占一定比例共计有 399 人,占 29.3%。昆明市区大学生中医体质分布中,平和质中男生比例较高,

女生较低。而所有偏颇体质中女生比例皆大于男生,提示女生更容易出现偏颇体质,并且女生偏颇体质中的兼夹体质比例较高。《医学真传》曰:“人身本无病也,凡有所病,皆自取之,或耗其精,或劳其神,或夺其气。”偏颇体质的发生往往与“劳神过度,暗耗营血……久坐气耗;饮食、劳逸失度”等等有关。女性为阴柔之体,以血为用,以肝为用,又有经、带之别,女大学生劳心多,劳力少,加之女生特有的生理、心理、性格特点,故更容易出现偏颇体质以及兼夹体质。男生所有偏颇体质中,气虚质比例最高,这可能与现代男大学生久坐缺乏锻炼,运动量减少,加之生活不规律有关。

现代社会发展迅速,大学生的人数及社会现代化对知识要求的程度日益上升,大学生面临着学习及就业的双重压力,加之运动不足和生活不规律使大学生的偏颇体质比例悄然上升,当代大学生的健康状况不容乐观。因此跟踪评估大学生中医体质特征,不仅仅是能够了解大学生个体与群体健康状况,掌握常见多发病的发生发展规律,更重要的是根据大学生中医体质流行病学特征采取有效的中医体质干预措施,完善大学生健康保健系统,最大限度地改善大学生的体质偏颇状态,提高大学生的生活学习质量,维护健康,为经济建设提供保障。

参考文献:

- [1] 王琦. 中医体质学[M]. 北京:人民卫生出版社,2005:2.
- [2] 连克杰. 体质概念分析[J]. 体育文化导刊,2009(9):104.
- [3] 王琦, 朱燕波. 中国一般人群中中医体质流行病学调查[J]. 中华中医药杂志,2009,24(1):7-12.
- [4] 王志红, 谢筱, 肖芒, 等. 佤族的中医体质学调查与分析[J]. 云南中医学院学报,2007,30(4):25-27.
- [5] 王琦. 论中医体质研究的 3 个关键问题(上)[J]. 中医杂志,2006,47(4):250-252.
- [6] 王琦. 论中医体质研究的 3 个关键问题(下)[J]. 中医杂志,2006,47(5):329-332.
- [7] 王琦. 中医体质学 2008[M]. 北京:人民卫生出版社,2009:310-311.
- [8] 王琦. 体质辨识是“治未病”的“抓手”[J]. 环球中医药,2008,1(3):5-6.
- [9] 王琦. 9 种中医基本体质类型的分类及其诊断表述依据[J]. 北京中医药大学学报,2005,28(4):1-8.

(编辑:陈柏君)

Kunming City Part of the University Students of Traditional Chinese Medicine Physique

HE Yuxu, YANG Jun, ZHONG Xiaojun, YIN Bo, GUAN Yuanyuan

(College of Traditional Chinese Medicine the First Affiliated Hospital of Yunnan, Kunming 650021, China)

ABSTRACT: **Objective** Through to the Kunming city college students' physique epidemiological investigation of TCM study in Kunming city college students' physical condition and distribution law of Traditional Chinese Medicine, in order to achieve correct biased constitution, promote health, prevent disease, cure diseases, the purpose of to guide the region characteristic of university students of Traditional Chinese Medicine prevention health care system to provide objective basis. **Methods** Selection of yunnan college of Traditional Chinese Medicine, Kunming Medical College, university of yunnan 2011–2014 students attend prospective study of the target population. Using cross-sectional survey method, in view of the above three university students to carry out the constitution of Traditional Chinese Medicine questionnaire, with the Traditional Chinese Medicine physique scale (CCMQ) scores and statistics analysis, it is concluded that some college students in Kunming, the distribution regularity of TCM constitution. **Results** Surveyed 1362 college students in the dominant peace constitution in student numbers, to investigate the number of 70.7%. And qi deficiency constitution, constitution and Yang deficiency constitution as the main body in the survey population biased constitution types, including 135 and clamp body constitution, accounted for 9.91%, qi deficiency constitution of 71 people, accounting for 5.21%, Yang deficiency constitution, 65 people, accounting for 4.77%. Different gender distribution form than, difference has the remarkable significance ($P < 0.05$). **Conclusion** The number of students into the study of students' physique to peace constitution of absolute advantage, and give priority to with a single physical type, qi deficiency and Yang deficiency of single biased constitution of the main types.

KEY WORDS: Kunming city area; college student; constitution of traditional Chinese medicine.

(原文见第 48 页)

Observation of Curative Effect of Massage Combined with Thermal Moxibustion Treatment on the Wet Type Hysteresis Pixu Syndrome of Juvenile Pseudomyopia

CAO Chang, ZHAN Qiang[△], ZHAO Pengjie, CHEN Yufeng, XU Xia, ZUO Jinhong

(Guangxing Hospital Affiliated to Zhejiang Chinese Medicine University, Hangzhou 310007, China)

ABSTRACT: **Objective** To observe the clinical effect of Massage combined with Thermal moxibustion Treatment on The Wet type hysteresis pixu Syndrome of Juvenile Pseudomyopia. **Methods** 70 cases were randomly divided into 2 groups with 35 cases in the treatment group and 35 in the control group. The patients of the therapeutic group were given massage combined with Thermal moxibustion therapy and in the control group were given common massage therapy. In 4 weeks treatment, The changes of vision were compared before and after treatment for patients between two groups. The efficacy were evaluated. **Results** In the treatment groups, The changes of vision after the treatment for treated Group were superior to those in the control groups, indicating statistical significant differences ($P < 0.05$), The total effective rate of 92.9% in the treatment group was better than 81.4% in the control group with a significant difference between the two groups ($P < 0.05$). **Conclusion** Massage combined with Thermal moxibustion Treatment may be relieve symptom of The Wet type hysteresis pixu Syndrome of Pseudomyopia, the clinical therapy was reliable. This method is worthy of spreading to application.

KEY WORDS: massage; thermal moxibustion; pseudomyopia