

穴位埋線減肥

近來城中女士們的熱門話題——「穴位埋線減肥」。

2010.10.15日，《壹週刊》記者梁小姐突然要訪問了解有關「穴位埋線」事宜（已發表於該刊第1074期）。由於不少讀者不明白何謂「穴位埋線」，有不少誤解及太多的不明白，所以，今天也在此給大家談談「穴位埋線」。

六、七十年代，在中國的各大醫院中醫針灸科門診部，都同時設有「新醫科」。所謂新醫療法，就是在用銀針針刺穴位治療的基礎上，或加上穴位注射針藥或埋線等。當時我用穴位埋線多治療氣管炎、哮喘、胃、十二指腸潰瘍、中風後遺症、肌肉萎縮、小兒麻痺症等等內科、外科、婦科及現今的「亞健康狀態」，運用於保健、修身減肥、便秘、美容等等。

什麼叫「埋線」？

埋線就是用羊腸線，經浸泡過中藥之後無菌密封，在嚴格無菌操作下，用特製針具注入有關經絡穴位內，達到較長時間刺激穴位，加強治病效果。

埋線的作用機理：

羊腸線是一種異性蛋白。埋入皮下可引起局部組織輕微的無菌性反應，通過網絡穴位效應，有利於調節各臟腑功能。羊腸線在體內完全液化吸收需要十五至二十天左右。在組織內存留時間較長，因而也能持續刺激穴位而發揮治療作用、增強機體免疫功能。

不論男女，年老年少，腹部出現「大肚臍」，是患高血脂、高血脂、心血管病，糖尿病，脂肪肝、膽囊結石及乳腸癌等危機，也是導致中風及死亡率比正常體重高危一族，所以，針灸或穴位埋線減肥，不只是身材好看，更重要的是健康。

中醫認為，「肥人多痰濕」，從多年的臨床實踐中體會到，肥胖者多與脾、胃、肺、肝、腎等臟腑失調有關。在減肥取穴時辨清各人肥胖主要病因，如脾失健運，痰濕中阻，肝郁氣滯，脾胃濕熱，脾腎二虛，陰虛內熱等等，各有不同的臨床表現，所以減肥並不一定只是單純的減肥，更重要的是同時調治併發症。如劉先生，肥胖併發膽固醇、三脂高，便秘，晚上睡眠常發出如雷的鼻鼾聲，像這樣肥胖者，除了取減肥的穴位埋線，更重要的是治本的取穴。

中醫針灸療法是的整體的調理，針刺體穴及耳穴或者穴位埋線，都是通過經絡穴位的特殊療效，增加體內能量的消耗，促進體內脂肪分解，更可疏通經絡，調和氣血，平衡陰陽，促進人體代謝平衡，防治因肥胖引發的一系列併發症。

但體穴加耳針減肥和穴位埋線減肥有什麼不同呢？

其實，體穴及耳穴減肥或穴位埋線減肥同樣要在中醫理論指導下辨證取穴，根據肥胖者各人體質取穴，穴位埋線則可十五天左右分期接受二次治療。穴位埋線則可十五天左右治療一次。

但並不是每個人都適合埋線，如陳女士，主訴：要埋線減肥。我觀其體形，腹部脂肪不太多，但很鬆弛，她說生BB後至今十多年腹部就鬆弛，我對她說：「你適合針灸收緊腹部，每星期接受治療二次，當然結果使她意外驚喜，因為腹部穴位通過針灸刺激，促使腹部肌肉拉緊，起到減肥效果之餘，還收緊腹部。」

很多人對穴位埋線有不少誤解，好像不需做運動，不需節制飲食，只是埋了線，便可馬上減肥很多公斤。其實，剛剛相反，體穴針灸或埋線減肥，同時要配合運動及控制食慾，特別是晚餐，盡量要清淡及食五穀米，這樣才是健康的減肥。

最近有一份調查指出：亞洲地區女性腰圍最好不要超過31.5吋。我們再看看中年肥胖對健康的影響：人到中年體重增加被人稱為「發福」是「禍」是「福」。我們來看看一項報導：中國北京大學和美國芝加哥西北大學合作研究「關於中年人肥胖對老年後身體健康的影響」，他們的 연구小組發現：中年人的肥胖和六十五歲以上老年人的住院率和死亡率有連帶關係，和正常體重的人相比，中年肥胖的人在近入老年之後，患心臟病而住院率高出四倍，而死于糖尿病病的危險性要高出一倍。

芝加哥大學的庫施納醫生說：「你的體重每增加一公斤，你將來的健康就多受一點影響，住醫院的機率也會增加，甚至壽命會因而縮短。」

余德賢
以上資料由雅賢針灸院
余德賢中醫師提供。

如要查詢可致電 2391 8447 或
瀏覽網頁 www.nyabchk.com。