

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,或加用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。

中醫針灸療法就是整體的調理,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」,他們的研究小組發現: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。