

中风后疲劳的研究进展

谭凯文(综述), 谭毅(审校)

作者单位: 530001 广西, 南宁市中医院神经内科

作者简介: 谭凯文(1964-), 男, 大学本科, 医学学士, 副主任医师, 研究方向: 脑卒中的中西医诊治及康复。E-mail: nntankw2008@163.com

[摘要] 中风后疲劳是脑卒中后常见症状, 具有较高的发病率, 但其发病机理尚不确切, 故目前缺乏有效的治疗方法, 中医治疗有很大的优势。就中风后疲劳的评估、治疗等方面研究进行概述。

[关键词] 中风后疲劳; 评估; 治疗

[中图分类号] R 473.3 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1674-3806(2011)10-0994-03

doi:10.3969/j.issn.1674-3806.2011.10.32

Research progress of post stroke fatigue TAN Kai-wen, TAN Yi. Department of Neurology, Nanning Hospital of Traditional Chinese Medicine, Guangxi 530001, China

[Abstract] Post stroke fatigue (PSF), which has a high incidence, is common symptoms of stroke. The pathogenesis of PSF was uncertain. There are no effective therapies to this disease now. Traditional Chinese medicine in the treatment of PSF has a great advantage. In this article the research progress in evaluation and treatment of PSF are reviewed.

[Key words] Post stroke fatigue(PSF); Evaluation; Treatment

中风后疲劳(post stroke fatigue, PSF)是中风后常见症状, 主要表现为中风后患者在活动后或训练后很快出现精力耗竭, 极度疲倦感, 极度排斥继续活动^[1]。Barker-Collo等^[2]研究表明 PSF 发病率高达72%, 我国陈红霞等^[3]的研究发现其发病率为76%, 比国外的稍高。PSF 使患者失去康复训练的积极性和信心, 导致患者患肢功能难以康复, 直接影响患者回归家庭及社会, 给家庭及社会带来沉重的负担。

1 中风后疲劳的发病机理

中风后疲劳的发病机理尚不完全明确。有研究表明在 PSF 患者中大约有一半原因不明, 只有三分之一患者是由神经功能缺失引起, 因此神经功能缺失不能完全解释 PSF^[4]。中风后抑郁(PSD)是导致 PSF 的独立危险因素^[5], 但并非唯一因素, Carmichael^[6]认为引起中风后疲劳的原因很多, 年龄、PSD、认知障碍、失眠等因素均与 PSF 有关, 而且与中风后细胞内 IL-1、TNF- α 、IL-6 等炎性物质增多有关。Harbison 等^[7]通过对 100 名脑卒中或短暂性脑缺血发作(TIA)患者进行研究后, 发现: 疲劳与高血压及低血压均具有正相关性, 且卒中后疲劳发生率比 TIA 高。亦有研究表明: 年轻、PSD、幕下脑梗死更易

引起 PSF^[8]。

2 中风后疲劳的评估

在临床上 PSF 很常见, 但常常被人们忽略, 究其原因, 缺乏有效的评估工具是重要原因之一。近年来国内的一些学者也注意 PSF 对中风患者康复的重要性, 并对其进行了一定的研究, 但目前尚无有效评估工具的研发报道, 故目前只能通过国外评价工具对 PSF 进行评定。疲劳严重度量表(fatigue severity scale, FSS)是常用的量表, 首先将该表用于 PSF 的人是韩国的 Choir-Kwon 等^[4]。吴春薇等^[9]翻译了 FSS 并应用于中风病人的研究, 研究表明 FSS 的信度及效度均较好, 并提示其具有较好的结构效度。其次是个人强度目录(checklist individual strength, CIS)和疲劳评价量表(fatigue assessment scale, FAS)^[10]亦是常用的量表。Mead 等^[11]通过对 55 例脑卒中患者使用 FAS、POMS、MFSI、BFI 量表进行研究分析后, 建议使用 FAS 对 PSF 进行评估, 因为 FAS 有较好的表面效度、可行性、可重复性和结构效度。吴春薇等^[12]同时应用 FSS、CIS、FAS 量表对 214 例脑梗死患者进行了问卷调查, 将 3 种量表在 FSS 总分、CIS 和 FAS 子量表分数水平混合, 采用莫克量表分析及信度、效度分析。研究表明: 三种量

表各有侧重,FSS侧重于评价卒中患者的疲劳状况,CIS侧重于评价疲劳对患者认知的影响,FAS能更好地反映疲劳对患者实现社会功能的影响。

3 中风后疲劳的西医治疗

由于中风后疲劳的发病机理尚不明确,因此目前尚无有效的治疗方法。近年来,有学者应用精神兴奋剂莫达非尼治疗多发性硬化患者的疲劳症状,同时治疗包括中风病在内的各种中枢性疾病的疲劳状态,取得了一定的疗效,但应用这些药物治疗中风后疲劳只是经验性的用药,仍需要进一步进行临床研究以证实其有效性^[13]。运动疗法是治疗PSF的有效方法,通过强化运动疗法治疗后患者的运动功能得以改善,同时PSF对患者的影响亦可以减少^[14]。最近,Zedlitz等^[15]提出一个新的治疗中风后疲劳的方法——认知和分阶梯运动训练(cognitive and graded activity training, COGRAT),通过对脑卒中后患者为期12周的COGRAT的治疗及评估,得出结论:无论是从短期疗效还是从远期疗效来看,COGRAT是目前治疗PSF的有效方法,且此疗法可以在所有神经系统疾病后疲劳的患者中推广应用。

4 中风后疲劳的中医药治疗

4.1 祖国医学对疲劳的认识 疲劳属祖国医学“懈惰”“懈怠”“四肢不用”等范畴,《素问·示从容论》曰:四肢懈惰,此脾精之不行也。《灵枢·海论》曰:髓海不足,则脑转耳鸣,胫酸眩冒,目无所见,懈怠安卧。《素问·本神》曰:脾气虚则四肢不用。《灵枢·寒热病》曰:身有所伤血出多,及中风寒,若有所堕坠,四肢懈惰不收。由此可见多种因素均可导致疲劳,而脏腑亏损、气血阴阳不足为主要病机,其病位主要在肝肾,中风患者多年老体衰,肝肾不足,阳气亏虚,阳气者精则养神,柔则养筋,经脉失濡则四肢不用,精不养神则神气失用,故发为疲劳。

4.2 中医药辨证论治 祖国医学并无“中风后疲劳”之名,临床上可从“中风病”入手进行辨证治疗,但疗效如何有待进一步研究证实。已有学者对PSF的病因及证候分布等规律进行了一些研究,但目前尚未有使用中药治疗PSF的相关报道。陈红霞等^[3]研究表明PSF中医证候以气虚证、血瘀证和痰证占绝大多数,且证候多为兼挟,以气虚血瘀、气虚痰瘀及风痰瘀血三证最为常见。据龚宏霞^[16]的研究结果提示:PSF中医证型以气虚血瘀及气虚痰瘀两证为主。王知非^[17]的研究结果亦提示:PSF中医证型以气虚血瘀、气虚痰瘀及气阴两虚证为主,可应用益气养阴、活血化痰、化痰通络等中医药疗法改善

脑卒中后疲劳症状,促进患者运动功能恢复及全身整体机能恢复。可见中风后疲劳以气虚为本,同时杂夹有瘀、痰、风等,故治疗上可以益气为主,辅以活血祛瘀、化痰通络为法,可选补阳还五汤为基础方进行治疗,但其疗效需进一步研究确定。

4.3 针灸治疗 近年有学者使用针灸治疗取得了一定的疗效,唐强^[18]通过研究认为头穴丛刺与康复训练结合治疗脑卒中和脑卒中后疲劳效果明显。唐强等^[19]通过头穴丛刺法对脑梗死后疲劳大鼠脑内相关区域DA、5-HT和5-HIAA的研究,发现头穴丛刺法可增加急性脑梗死大鼠脑内相关区域DA、5-HT和5-HIAA的含量,从而得出结论:头穴丛刺法可有效改善脑梗死后疲劳。周媛等^[20]使用电针(取穴:百会、印堂、水沟、合谷等穴)及背腰部拔罐治疗中风后疲劳,效果优于药物治疗(同时口服复方氨基酸丁酸维E胶囊、葡萄糖酸镁口服液、舍曲林片治疗),且治疗作用持久,不易复发。

4.4 相关抗疲劳中药的现代研究 近年来较多的研究表明较多有补虚作用的单味中药提取物具有抗疲劳的作用,多个动物实验研究表明:黄芪、当归、川芎、红花、石菖蒲提取物均具有抗疲劳和抗缺氧的作用^[21-25]。桂茂林等^[26]通过动物实验证实壮瑶药玉郎伞水提物能够提高小鼠耐缺氧、抗疲劳、耐高温的能力。

5 结语

中风后疲劳是脑卒中最主要的症状之一,有典型慢性和独立存在的特点,虽然它可能与抑郁伴发且加重,但与抑郁无关。目前中风后疲劳的发病机理尚不明确,也无有效的治疗方法。中医的整体观念、辨证论治在中风后疲劳的治疗方面有很大的优势,针灸治疗对其有一定的疗效,现代研究表明,有较多的中药具有抗疲劳作用,在中医辨证论治方面前景广阔。

参考文献

- van der Werf SP, van den Broek HL, Anten HW, et al. Experience of severe fatigue long after stroke and its relation to depressive symptoms and disease characteristics[J]. Eur Neurol, 2001, 45(1):28-33.
- Barker-Collo S, Feigin VL, Dudley M. Post stroke fatigue—where is the evidence to guide practice? [J]. N Z Med J, 2007, 120(1264):U2780.
- 陈红霞,郭友华,欧海宁,等. 中风后疲劳的中医证候分布规律及影响因素初探[A]. 中国康复医学会第十一届全国脑血管病康复学术会议论文汇编[C]. 福建省福州市, 2008:150-155.
- Choi-Kwon S, Han SW, Kwon SU, et al. Poststroke fatigue: characteristics and related factors[J]. Cerebrovasc Dis, 2005, 19(2):84

-90.

5 Teeng BY, Billinger SA, Gajewski BJ, et al. Exertion fatigue and chronic fatigue are two distinct constructs in people post-stroke[J]. Stroke, 2010, 41(12): 2908 - 2912.

6 Carmichael MD, Davis JM, Murphy EA, et al. Role of brain IL-1 beta on fatigue after exercise -induced muscle damage[J]. Am J Physiol Regul Integr Comp Physiol, 2006, 291(5): R1344 - R1348.

7 Harbison JA, Walsh S, Kenny RA. Hypertension and daytime hypotension found on ambulatory blood pressure is associated with fatigue following stroke and TIA[J]. QJM, 2009, 102(2): 109 - 115.

8 Snaphaan L, van der Werf S, de Leeuw FE. Time course and risk factors of post-stroke fatigue: a prospective cohort study[J]. Eur J Neurol, 2011, 18(4): 611 - 617.

9 吴春薇, 王得新. 疲劳严重程度量表中译本应用于脑梗死患者的临床与评价[J]. 中华物理医学与康复杂志, 2007, 29(9): 608 - 611.

10 De Vries J, Michielsens H, Van Heck GL, et al. Measuring fatigue in sarcoidosis; the Fatigue Assessment Scale(FAS)[J]. Br J Health Psychol, 2004, 9(Pt 3): 279 - 291.

11 Mead G, Lynch J, Greig C, et al. Evaluation of fatigue scales in stroke patients[J]. Stroke, 2007, 38(7): 2090 - 2095.

12 吴春薇, 刘占东, 张拥波, 等. 三种疲劳量表对脑梗死患者疲劳状况的综合评价[J]. 中国康复理论与实践, 2009, 15(5): 458 - 460.

13 De Groot MH, Phillips SJ, Eskes GA. Fatigue associated with stroke and other neurologic conditions; Implications for stroke rehabilitation[J]. Arch Phys Med Rehabil, 2003, 84(11): 1714 - 1720.

14 Rowe Vt, Blanton S, Wolf SL. Long-term follow-up after constraint-induced therapy: a case report of a chronic stroke survivor[J]. Am J Occup Ther, 2009, 63(3): 317 - 322.

15 Zedlitz A, Fasotti L, Geurts A. Post-stroke fatigue: a treatment protocol that is being evaluated[J]. Clin Rehabil, 2011, 25(6): 487 - 500.

16 龚宏霞. 中风后疲劳中医证型及其机制的研究[D]. 广州: 广州中医药大学硕士论文, 2007.

17 王知菲. 脑卒中后疲劳与中医证型的相关性研究[D]. 广州: 广州中医药大学硕士论文, 2009.

18 唐 强. 头穴丛刺结合促通技术对脑卒中康复治疗作用的研究[D]. 哈尔滨: 哈医大临床医学博士后论文, 2002.

19 唐 强, 白震民, 韩玉生, 等. 头穴丛刺法干预大鼠脑梗死后疲劳的研究[J]. 针灸临床杂志, 2008, 24(9): 38 - 40.

20 周 媛, 周国赢, 李少坤, 等. 电针结合背腰部拔罐治疗中风后疲劳 64 例[J]. 针刺研究, 2010, 35(5): 380 - 383.

21 王迎新, 李 华, 陈敬珠. 黄芪提取物的抗疲劳和耐缺氧作用[J]. 中国实用医药, 2007, 2(9): 43 - 44.

22 龚梦腾, 刘新民, 王立为. 当归对血虚小鼠抗疲劳作用的研究[J]. 时珍国医国药, 2008, 19(3): 533 - 534.

23 黄丽荣, 许善初, 陶明飞. 川芎嗪对电刺激在体蟾蜍腓肠肌疲劳的影响[J]. 实用全科医学, 2006, 4(4): 381 - 382.

24 鞠国泉. 天然植物红花对小鼠抗疲劳和耐缺氧作用的实验研究[J]. 食品研究与开发, 2006, 27(8): 92 - 94.

25 朱梅菊, 谭宁华, 陈 斌, 等. 石菖蒲不同萃取部位抗运动性疲劳的体内活性筛选研究[J]. 湛江师范学院学报, 2009, 30(6): 108 - 111.

26 桂茂林, 冯自成, 廉 广, 等. 玉祁伞水提物对小鼠耐缺氧抗疲劳及耐高温能力的影响[J]. 时珍国医国药, 2009, 20(6): 1394 - 1395.

[收稿日期 2011-03-15][本文编辑 谭 毅 韦 颖]

新进展综述

青春期月经异常及相关因素的研究现状

李 雪, 刘妮平(综述)

基金项目: 广西壮族自治区卫生厅自筹经费科研课题(编号: 桂卫 Z2011505)

作者单位: 530021 南宁, 广西壮族自治区人民医院妇产科

作者简介: 李 雪(1964 -), 女, 研究生学历, 医学学士, 副主任医师, 研究方向: 妇科内分泌疾病诊治。E-mail: gdxixue2006@yahoo.com.cn

【摘要】 女性青春期最显著的特征是出现月经, 在这个时期, 女孩在生理上发生的巨大变化, 常引起其思想情绪的不稳定, 影响她们的身心健康及学习; 月经保健是青春期保健的一项重要内容。该文着重综述常见的青春期异常月经表现及相关因素的研究现状。

【关键词】 青春期; 月经异常; 相关因素

【中图分类号】 R 711.51 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1674-3806(2011)10-0996-04

doi:10.3969/j.issn.1674-3806.2011.10.33