



## 新闻中心

工作新闻

行业新闻

会员新闻

图片新闻

## 美媒称针灸在美国越来越受欢迎：“小身量，大作用”

作者：参考消息网 来源：参考消息网 点击：1685次 更新：2022-05-30

**参考消息网5月28日报道** 美国《时代》周刊网站近日发表文章称，针灸在美国越来越受欢迎。

文章称，大约10年前，当阿片类药物成瘾危机在美国开始爆发时，迈扎特·迈克尔医生花了大量时间与患者讨论阿片类药物以外的止痛方法。

作为加州奥兰治海岸一家医院的疼痛管理专家，迈克尔并不打算放弃短期使用这种药物，因为它对术后镇痛十分有效。但他想推荐一种更安全、却同样有效的疗法。

那就是针灸。

文章认为，坊间的成功、有研究支持的结果以及医学界日益开放的态度，这些因素共同推动了针灸疗法的流行。根据世界卫生组织2021年的一份报告，针灸是全球使用最广泛的传统医疗手段，在美国也越来越受欢迎。2020年，医疗保健和医疗补助服务中心首次把对慢性腰痛患者的针灸治疗纳入覆盖范围。

尽管科学家尚未弄清其工作原理的所有细微之处，但研究表明，它对一些病症产生重大影响，而且也显示出对其他疾病的治疗潜力。

**什么是针灸？**

位于纽约萨格港的运动医学针灸师兼中医凯文·梅纳德说，现今针灸的目标与数千年前在中国最初发明出来时是一样的：恢复身体的平衡。

这种做法是基于能量（即“气”）如何沿着一系列名为“经络”的通道穿过人体。梅纳德说：“根据中医理论，每条经络都与一个特定的器官有关，在这些经络的某些点放置细针可以影响人体的某些变化以恢复稳态。”

梅纳德说，针灸还被认为能刺激免疫系统和控制炎症，这两种作用会给全身带来益处。

**研究怎么说？**

对针灸的研究一直很广泛，到目前为止，有力的证据支持它对某些疾病的有效性，但并非所有疾病。根据《英国医学杂志》周刊2022年2月发表的一篇对2000多条有关针灸疗法的科学回顾所作的分析，针灸对中风后失语症、颈肩和肌肉疼痛、纤维肌痛、产后泌乳问题、腰痛、血管性痴呆症状和过敏症状的疗效，有着最有力的科学依据。

美国国家卫生研究院（NIH）发现，针灸缓解疼痛的作用往往有最多证据支持，尤其是对于骨关节炎和腰痛等慢性疾病以及紧张性头痛等。NIH指出，对11项临床试验的回顾还表明，针灸可能有助于缓解与癌症治疗有关的症状。

**前景如何？**

对大多数疾病来说，针灸都远非一种经过验证、被接受的疗法——即使对那些有针灸治疗前景的疾病来说也是如此。世卫组织最近的报告发现，这在一定程度上是因为支持针灸疗法的研究有时质量不高，而且该领域缺乏标准化的规程，因此无法更好地对其进行科学评估。

此类问题必须得到解决，以获得更明确的信息，并在今后得到信誉良好的组织的推荐。该领域的国际专家正在推动临床试验变得更加严格，以证明针灸对患者护理的效用，并在更多益处变得明朗后帮助医疗机构采纳最佳做法。

未来一些潜在研究方向包括针灸对荷尔蒙调节的影响，比如缓解更年期症状或解决月经不调问题。梅纳德说，研究表明，针灸疗法可以提高雌激素和其他激素，针对妇科问题的针灸正越来越受欢迎。

随着越来越多的证据涌现，针灸的受欢迎程度很可能继续增长。梅纳德说，尽管针灸疗法有着悠久的历史，但只是在过去十年间，西方医生和患者对它的接受度才出现颠覆性的提高。目前正在进行的研究和医疗系统对它日益感兴趣意味着，针灸可能更多成为医生与患者的探讨话题。

梅纳德说：“说到底，医生希望他们的患者病情好转，而许多人希望不靠药物而恢复健康。因此，在某些情况下，这些小针头可能发挥大作用。”

