

国际中医现状

----突破中西医结合发展瓶颈的关键在于更多严格的临床试验

魁北克自然疗法师协会 Mark

引言

中医是历经几千年而发展起来的一种诊疗范畴，时间上先于现代医学。因受道教和佛教的影响，中医包含复杂的人体整体模式。中医是围绕着五脏和六腑发挥作用的，五脏即心、肝、脾、肺、肾，六腑即大肠、小肠、膀胱、胃、胆囊和‘三焦’。所有‘脏腑’都和气血相联系。而经络和气是没有解剖基础的概念。中医的治疗方法有多种，如艾灸、拔火罐、按摩、心身疗法、冥想疗法（如气功和太极拳），以及针灸和食疗。

在美国，中医的培训一般设置为三或四年全日制课程，包括草药、按摩、食疗，以及针灸和体质锻炼等内容。多数学校都提供 500 学时或更多的西医内科学，也安排一些针灸范畴的内容，如经典的针灸、耳针和点穴等。

健康专家和民众之间的分离

西医在世界范围内，根据已有的证据，其可提供最先进的医疗，并因各种研究在不断增加文献资料而发展进步，可以说医生的确是现代医学技术前沿的专家。

但是，在美国，由这些医生服务的那些民众却被慢性肥胖、糖尿病、心脏病、抑郁症等疾病所困扰，在东方国家我们看到的类似情况却不像美国那么多。有一种理论认为：中医是一种生活方式，而医生主要是在急重症时进行干预。在美国，人们并不听从西医医生的改善健康的指导，因为虽然西医医生处理急重症是最好的，但仍在尝试如何应对慢性疾病。

另外，举例来说，分子生物学和致癌机理方面的研究进展，已经导致新的口服抗癌药的

开发并获得批准，这就把药品监督管理的责任转移给社区环境中的患者，而这些患者就已脱离受监控的临床环境。正如在加拿大一样，美国居民和医生之间的联系也是建立在需求基础之上的。而中医因有更频繁的咨询而促成与人们更紧密的联系，反之也促进了生活方式的改变。

问题：需要更多的研究

迄今为止，科学界仍在尝试确证中医的强大和有效性。有证据表明一些产品和治疗方法有了许多可测量的临床效果。这样，将其整合进西医就简单了，但需要利用可重复的阳性结果进行更多的研究和试验。一旦实现这一过程，西医将把中医容纳进来。举一小例，过去曾经有过，医院里接生婴儿时医生事先不洗手，发现这导致婴儿高死亡率，现在医学改变了这个做法，就是事先‘洗手’，结果更多的新生儿存活下来。而目前中医仍缺少证据，我们需要更多缜密的试验。

许多中医的临床研究不够严格，数据是自己报告的，而且存在记忆偏差。方法学的局限性很显著，因此对其结果必须谨慎解释。需要做更好的设计和更大规模高质量的随机对照试验。

在补充医学方面，世界健康组织和白宫委员会都同意如上观点，即需要进行更多的临床试验来确认中医的功效。

答案：现有的病例档案

在加拿大和美国，日常都有中医从业，估计针灸师达 1.6 万人。每位病人都应该有西医诊断，其诊疗过程能够用已确立的西医方法进行监测和记录，而这是一直以来中医在中国的研究欠缺的。

解决途径：研究什么

在世界范围内，草药和中医正在越来越多地用于癌症患者，兼作为一种外科和化疗的止吐药。

中医在许多病症都显示出效果，如疼痛（肩周炎，慢性疼痛等）、减肥、功能失调性疾病、头痛、抑郁症、膝关节炎和肌肉痛，也常用于应对西医常规疗法产生的各种副作用。如有60多种中药制剂已被确认具有抗血小板凝聚、抗凝血和促凝血效果。

关于高危人群脑卒中基本预防方面，有一项‘脑安胶囊’和阿司匹林的对照试验，（其结果显示）‘脑安’对脑卒中效果更为优越。因阿司匹林的使用是巨大市场，需要对该制剂‘脑安’进一步研究。

制药公司

许多制药公司已接受草本药物并作研究，提取其关键成分，并在此基础上获取新药专利。但这些公司拒绝外界分享其研究成果，以保护其股东利益。

科学家们在慢慢复制这些被这些药企完成的研究。研究进展缓慢，缺少资金，科学家之间的协调配合也有限。若研究得以集中，这种局面就能改变。

中医和西医的结合是最好的途径

中医不会取代西医，但若进行更多的支持性研究，二者的诊治方法可以越来越多地结合起来。多项研究显示，当中医结合了西医的情况下，中医表现出的更好的效果。二者结合起来比较各自单独使用，会产生更多的协同效应。例如，中医与西医的抗精神病药物结合使用，会在精神状态方面、整体功能和减少副作用等方面带来益处。

中医疗效的机理

虽然机理仍不清楚，但存在一些流行的理论。中药制剂因其含有活性成分而可能起作用，其不是安慰剂。瑜伽是一种锻炼形式。冥想（禅）的机理是放松，改善心血管系统，减少大

脑活动，降低肌紧张，并且影响支配心血管的交感神经系统。我们注意到，当针灸针插入穴位之后，患者呼吸加深并松弛下来。

针灸的内啡肽和 5-羟色胺假说提示针刺是在大脑和脑脊液水平发挥作用。针灸可以刺激血管和免疫系统反应而起作用，包括局部产生炎症介质。

针灸的另一个主导假说包括三个因素。即：来自针灸特定穴位的特异性生理效应，来自针刺入皮肤所致微创的非特异性生理效应，以及非特异性心理效应；后者又与一系列因素相关联，如治疗环境、病人的期望值、针灸师的意向、医患关系和病情的自然发展史等等。

草药制剂使用的针对性

一项研究表明，政府所批准的中药配方（草药制剂）其中 99%都是关于表观基因组和微小核糖核酸（miRNA）相互作用方面的，这意味着这些制剂具有真正的价值。就像处方药华法令仅用于特定病人一样，草药制剂营养补充剂也有其针对性。一般如果不是在已有健康问题或营养缺乏的情况下，草药和营养补充剂不需要使用，现代医学可以用血液化验和其他手段来检测是否存在健康异常或营养缺乏。

展望

西医将继续完善并向前发展。与中医结合将有可观的成效，但该成效得以实现的前提是：具备足够多的有利的临床试验来证实中医的有效性。中医可为病人提供更好的保健；协助医生（对疾病）进行预防性干预，同时也允许他们专注于急重症；它也能为国家减少健康方面的支出。但是，除非实施完善的临床试验，否则这些目标均不能实现。

我们需要把已在公开行医的中医从业者动员和联合起来，建立病历档案记录，以增进‘证据’的数量和质量。

呼吁

为了收集和分享资料 ,我们向全世界所有中医从业者发出公开邀请 ,无论以汉语、英语、
粤语或法语 , 都可以发布、交流你们的临床效果或经验 , 并让我们成为同伴。

请发邮件到 lynch369z@yahoo.com 注册并参与这项活动 , 共同推进中医向前发展。