

述 评

编者按:党中央、国务院颁布的《“健康中国 2030”规划纲要》《国务院关于实施健康中国行动的意见》明确了健康中国建设的目标和任务,强调坚持预防为主,倡导健康文明生活方式,普及科学健身知识和健身方法,推动全民健身生活化,提高全民健康水平。中医功法养生是中医学的重要组成部分,以其悠久的历史、独特的体系和卓越的疗效,实为现代社会一种经济、有效、受众广泛的健康策略。为此,本期“述评”专栏,策划中医功法养生研究主题,传承中医养生特色,助力健康中国。

近十年养生功法对慢性阻塞性肺疾病
稳定期患者肺康复治疗概述^{*}

陈庆¹ 张莉^{1**} 荆志强¹ 张欢¹ 白小娜¹ 李华¹ 谷俊²

(1. 陕西中医药大学第二附属医院,陕西 咸阳,712000;2. 陕西中医药大学附属医院,陕西 咸阳,712000)

摘 要:慢性阻塞性肺疾病作为临床常见疾病,其发病率高,花费大,治疗周期长。除药物治疗外,积极有效的功能康复训练可有效改善 COPD 相关指标,提高患者生活质量。具有中国特色的养生功法(五禽戏,六字诀,八段锦,易筋经,太极拳,改良呼吸操)作为肺功能康复训练的重要方法,其经济花费小,方便易学,得到了医患的一致好评。养生功法是中医肺康复治疗的重要组成部分以及发展趋势。

关键词:养生功法;五禽戏;六字诀;八段锦;易筋经;太极拳;改良呼吸操;慢性阻塞性肺疾病稳定期

中图分类号:R247.4 文献标识码:A 文章编号:1672-0571(2021)01-0001-04

DOI:10.13424/j.cnki.mtcm.2021.01.001

Review : Lung Rehabilitation Treatment of
Chronic Obstructive Pulmonary Disease Patients
In stable stage by Health Preserving Exercises in Recent Ten Years

CHEN Qing¹,ZHANG Li¹,JING Zhi-qiang¹,ZHANG Huan¹,BAI Xiao-na¹,LI Hua¹,GU Jun²

(1. The Second Affiliated Hospital of Shaanxi University of traditional Chinese medicine, Shaanxi Xianyang 712000, China;
2. Affiliated Hospital of Shaanxi University of traditional Chinese medicine, Shaanxi Xianyang 712000, China)

Abstract:Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) is a common disease in clinic, with high incidence rate, large cost and long treatment cycle. In addition to drug therapy, active and effective functional rehabilitation training can effectively improve COPD related indicators and improve the quality of life of patients. Health preserving exercises with Chinese characteristics (Wuqinxi, Liuzijue, Baduanjin, Yijinjing, Taijiquan, and improved breathing exercise) are im-

* 基金项目:陕西省体育局资助项目(2019047)
** 通讯作者:张莉,副主任护师。E-mail:2215627342@qq.com