

理气化瘀止痛；白芍、甘草缓急止痛。外敷中药中乳香、没药、益母草等散瘀止痛。配合针灸治疗通调冲任，理气和血；关元、中极、气海属任脉经穴可温养冲任，归来温通经脉，三阴交通经止痛，太冲疏肝解郁；血海活血化瘀、足三里通经活络等。诸法合用，共奏温经散寒、活血化瘀、理气止痛之功。观察表明，应用本综合疗法治疗痛经，特别是对于寒凝血瘀及气滞血瘀型的病证，其症状改善明显，疗效显著，具有较高的临床价值。

参考文献：

[1]国家中医药管理局.中医病症诊断疗效标准[R].南京:南京大学出版社, 1994,61-62

作者简介：

李爱梅，女，47岁，本科学历，中医妇科主治医师。

编号：EA-11051242（修回：2010-08-09）

刺络加罐配按摩治疗腰背肌筋膜炎 160 例

Treating 160 cases of lower back muscle fasciitis in pricking plus cans combined with massage

赵宪荣

（山东煤炭临沂温泉疗养院，山东 临沂，276032）

中图分类号：R455 文献标识码：A 文章编号：1674-7860（2011）15-0063-02

【摘要】目的：探索一种简、便、验、廉的治疗腰背肌筋膜炎的新方法。方法：刺络加拔罐配按摩法治疗 80 例与传统的针灸治疗 80 例相比较，12 天后观察疗效。结果：治疗组与对照组的治愈率分别为 75%和 51%，治疗组明显优于对照组（ $P<0.01$ ）。结论：刺络加拔罐配按摩法治疗腰背肌筋膜炎，疗效确切，值得推广。

【关键词】刺络；拔罐；按摩；腰背肌筋膜炎

【Abstract】 Objective: To explore a simple, convenient, verified, inexpensive new method of treating lower back muscle fasciitis. Methods: Compared 80 cases of pricking plus cans combined with massage therapy with 80 cases of traditional acupuncture, then observed the effect after 12 days. Cured rate in treatment group and control group were 75% and 51%, in which, treatment group was better than control group ($P<0.01$). Conclusion: Pricking plus cans combined with massage treat lower back muscle fasciitis had exact effect, and which was worth widely using.

【Keywords】 Pricking; Cupping; Massage; Lower back muscle fasciitis

腰背肌筋膜炎是临床中的多发病、常见病，不仅表现多样，而且反复发作，缠绵难愈，久而导致局部出现无菌性炎症，从而形成炎性粘连的一种病理过程。笔者从 2004 年以来，对腰背肌筋膜炎 160 例随机分组治疗观察，刺络加拔罐配按摩治疗腰背肌筋膜炎疗效确切，现报道如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

160 例均为住院患者，其中男 76 例，女 84 例；年龄 21-70 岁，平均 59 岁；病程最长 15 年，最短一周。所有患者随机分为治疗组与对照组，每组 80 例，其年龄、性别、病情、病程等临床资料经统计学处理，无明显差异，具有可比性（ $P>0.05$ ）。

1.2 诊断标准

①腰背部弥漫性钝疼，尤以两侧腰肌及骶肌上方更为明显；②晨起腰背部僵硬较重，活动后症状减轻，劳累及气候变化时反复发作；③部分患者伴睡眠障碍、疲劳、精神不振。④

查体：腰背部可扪及广泛压痛点，多存在于肌腱、筋膜、肌肉的起止点如棘突尖、横突旁、椎旁、骶骨面、髂嵴及背部肋骨等处，触之有条索状结节或触之患者有舒适感。⑤X 线及其他检查：脊柱生理曲度改变或骨质增生，排除其他骨科病变和脏腑实质性病变。

2 治疗方法

2.1 治疗组

患者取俯卧位，充分暴露患处，常规消毒背部皮肤，取消毒后的梅花针 1 枚，医者左手为押手，寻找压痛点、结节等待刺络的穴位，右手持针，快速准确扣刺压痛点、结节处穴位，使局部皮肤红晕出血后加拔火罐，火罐的闪火量以病变的性质，适当选择闪火量的大小，留罐 15min 后起罐，用酒精棉球并将出血和渗液擦拭干净，然后在病变部位涂上红花油顺势按摩，其按摩手法规则为，沿膀胱经、督脉的经脉循行方向由上而下、由下而上的反复推、柔、弹、拨，在压痛点、结节处用力略大，力度的大小以病人的耐受为度，结

束时用擦法将其皮肤快速擦热,按摩的时间 20min 为宜,治疗结束后,患者腰背部有明显的温热感和轻松感,并嘱其避风寒,调饮食,适劳逸,多进行功能锻炼。隔天治疗 1 次,6 次为 1 疗程,每个疗程之间休息 3 天。2 个疗程后进行疗效评价。

2.2 对照组

患者取俯卧位,充分暴露患处,医者寻找压痛点、结节处选取针灸的穴位,循经选穴多以阿是穴为主,常规消毒背部皮肤,使用华佗牌 28 号针灸针,操作时向外以 45° 角斜刺,缓慢进针,得气后接 G6805-1A 型针灸治疗仪,连续波,留针 30min,治疗结束后,并嘱其避风寒,调饮食,适劳逸,

表 1 治疗组与对照组疗效比较,例(%)

组别	例数	治愈	显效	好转	无效	总有效率
治疗组	80	60 (75)	15 (18.75)	4 (5)	1 (1.25)	79 (98.75)
对照组	80	41 (51.25)	9 (11.25)	18 (22.50)	12 (15)	68 (85)

治疗组与对照组的治愈率分别为 75%和 51%,总有效率分别为 98%和 85%,经统计学处理 $P<0.01$,有显著差异,治疗组明显优于对照组。

3.3 结论

刺络加拔罐配按摩法能明显减少治疗次数,缩短疗程,疗效显著,操作方便,治愈率高,值得推广。

4 体会

腰背肌筋膜炎是指由于外伤、劳损或外感风寒等原因,引起人体富有白色纤维组织如筋膜、肌腱。肌膜、韧带等的一种非特异性变化疾病,又称腰背肌纤维织炎,本病属于中医“伤筋”、“筋痹”范畴,是针灸科常见病之一。在肌纤维组织中,受到收缩力或被动牵拉力时,其应力点基本在肌纤维组织的起止点,即肌纤维组织在骨骼的附着点,《灵枢》称“尽筋”处,可称作筋结点,这里是引起劳损“筋痹”的重要部位,一旦经筋附着处反复损伤、粘连,形成条索结块,就必然阻滞经筋气血的运行,所以“寒”、“瘀”、“虚”是“筋痹”主要的病理特点。

本病与经络传导的关系:由于本病其受侵经络多与督脉和足太阳膀胱经的关系密切,督脉可“统督诸阳”,鼓动阳气,而祛风通阳,足太阳膀胱经可“主筋所生病”,疏通筋络而强筋骨,根据“经脉所过,主治所在”的原理,循经取穴主治本病,说明了经络学说是治疗本病的理论依据。

刺络放血疗法是根据《灵枢·官针》所云:“络刺者,刺小络之血脉也”,久病入络,血络瘀阻,而施术于血络的一种

多进行功能锻炼。每天 1 次,6 天为一疗程,每个疗程之间休息 3 天。2 个疗程后进行疗效评价。

3 疗效观察

3.1 疗效标准

痊愈:症状消失,功能恢复正常,能正常工作。显效:症状消失,但过度劳累及天气变化时仍感轻微腰背疼,不影响一般工作。好转:症状基本消失,但劳累及天气变化时腰背疼明显,休息后可缓解。无效:经治疗后症状无改善。

3.2 疗效分析

治疗组与对照组疗效比较,见表 1。

方法。本病由于病程较长,根据“久病入络”的原理,选用梅花针刺络拔罐法,可激发局部之经气,宜散病变部位之淤血,刺络放血疗法治疗腰背肌筋膜炎有祛瘀生新、活血养血、祛邪通络的作用。大量实验资料证明,刺络放血可调动人体免疫防御机能^[1],激发自身的抗病防病能力;刺络放血能改善微循环,使组织细胞得到物质的补充;刺络放血可对神经肌肉产生良性刺激,从而改善神经肌肉功能。《内经》中有“满则泻之”、“菀陈则除之”。拔罐疗法中的负压和温热作用,可使局部组织处于高供养低消耗状态,能刺激末梢神经兴奋,使局部的毛细血管扩张,有效改善组织营养,以利于受损神经和肌肉的修复与再生,形成神经肌肉功能恢复的良性刺激^[2]。从而达到祛风除湿、温经散寒、活血通络、祛瘀生新、益气温阳、扶正固本的作用。通过按摩手法以疏通腰背部的经气,气顺则通,气至血行,气血畅行则疼痛缓解。以上诸法合用,相得益彰,不仅激发了“筋痹”病灶点的经气,使病灶点的粘连疤痕、挛缩等得以快速松解,而且疏通了局部气血,达到“通则不痛”的目的。此治疗方法操作方便、疗效肯定、安全无副作用、值得推广。

参考文献:

- [1]李晓泓.论刺络补虚[J].北京中医药大学学报,1999,22(1):73-74
- [2]张莉,唐丽婷.拔罐疗法对人体局部血红蛋白的影响分析[J].中国针灸,2001,21(10):619

编号:EA-11051140(修回:2010-08-09)