

温针治疗不安腿综合征 31 例

★ 徐运瑜 (浙江省上虞市人民医院 上虞 312300)

关键词:不安腿综合征;温针

中图分类号:R 246 文献标识码:B

不安腿综合征(RLS)临床又称不宁腿综合征,是一组突出表现为腿的针刺样或虫爬、蚁走样感觉的异常和不安定,活动后症状减轻的证候群。笔者自 1999 年以来,应用温针的方法治疗本病 31 例,取得满意疗效,现报道如下:

1 临床资料

1.1 一般资料 31 例均为门诊病人,其中男 14 例,女 17 例,年龄有 16~71 岁,病程 1 月~4 年;双侧发病为 20 例,单侧发病为 11 例;其中有糖尿病史 10 例,慢性肝病 5 例,神经衰弱 6 例。

1.2 诊断标准^[1] 根据 1999 年国际 RLS 协作组制订的诊断标准。(1)四肢感不适,下肢尤甚,如虫噬、针刺、酸困、蚁走感。(2)渴望移动下肢,可伴有感觉异常,感觉迟钝。(3)患者坐立不安,入睡困难。(4)静息时症状出现,活动后短暂缓解。(5)午后、夜晚、就寝时症状明显,并且神经系统检查无异常。

2 治疗方法

2.1 取穴 主穴为肾俞、太溪、足三里、三阴交,配穴为秩边、风市、阳陵泉、承筋、绝骨、昆仑。

2.2 操作 穴位常规消毒后,用 0.30 mm×40 mm 华佗牌一次性针灸针,快速进针,直刺肾俞穴,在得气的基础上施以捻转补法。足三里亦用捻转补法,使针感传导至足背;秩边穴用 0.35 mm×75 mm 一次性针灸针,直刺用提插补法,使针感放射至足踝或足底为好。其他穴位用平补平泻手法,以得气为度。在针刺得气基础上,用 3 cm 长艾段置于肾俞、足三里、秩边、绝骨的针柄上,从下端点燃,进行温针灸。燃尽一段为一壮,每穴灸两壮。留针 30 分钟,待到针冷后除去灰烬出针。隔日治疗 1 次,10 次为一疗程。疗程间休息 5 天,2 个疗程后评定疗效。

3 治疗结果

治愈(症状、体征完全消失,随访半年无复发)16 例,显效(症状、体征基本消失,下肢偶发轻微不适感,能自然入睡)10 例,好转(症状减轻,入睡仍困难)4 例,无效(治疗后症状无变化)1 例,总有效率为 96.8%。

4 典型病例

赵某,女,53 岁,2000 年 5 月 3 日初诊。主诉双下肢酸楚、麻痒有蚁走感 2 年。自述近 2 年来无明显诱因,感觉双膝关节以下有难以忍受的酸胀、麻木,有时如有虫子爬行,晚间卧床时发作,伸曲不适,下肢无论放在何处不得安宁。经双手拍打或下床活动,症状缓解片刻,但上床又酸胀、麻痒难忍。每夜反复多次,难以入睡,十分痛苦。有糖尿病史 5 年,血糖控制基本正常。刻诊,患者形体消瘦,面色少华,腰膝酸软,下肢关节活动正常,肌肉未见萎缩,双侧足三里压痛,舌淡苔薄白,脉沉细。中医诊断:痹症;西医诊断:RLS。用上述方法治疗,当晚就感舒适,经治疗 15 次,症状消失,已能安然入睡,随访半年未复发。

5 体会

现代医学认为,RLS 是在受凉、外伤、疲劳及精神因素影响下,交感神经功能失调,局部血管痉挛、肢体血液循环障碍,代谢产物淤积,刺激局部而致。中医学无此病名,但根据临床症状,当属痹症范围,内因为肝肾亏虚、经血不足,外因为感受风寒湿邪,致寒凝气滞血瘀,经脉痹阻,经筋失养所致。治当行气活血,舒筋活络,佐补益肝肾为法。肾俞为肾脏在膀胱经上的背俞穴,太溪为足少阴肾经的原穴,俞原配穴,两穴互补,有补肾培本之功效。足三里为足阳明胃经的下合穴,脾胃相表里,足三里与三阴交配伍,取其健运脾胃,生化气血之功。针取足太阳膀胱经的秩边、承筋、昆仑,足少阳胆经的风市、阳陵泉、绝骨,以行气活血、舒筋活络治其标,标本兼治,故疗效满意。

温针具有针刺与艾灸的双重作用,现代医学实验证明,针刺可使外周血液中的止痛物质,如:5-羟色胺、钾离子、组织胺等的浓度降低,还可影响前列腺素、环磷酸腺苷等的变化,从而提高痛阈和针效。施灸可以调整病变部位的体温及血浆渗透压,激活经络循经感传,增强肌体免疫功能,改善局部血液循环,减少炎症渗出物,并促进渗出物的吸收。

参考文献

[1] 石奕丽,王跃民. 针刺加中药熏洗治疗不宁腿综合征 40 例疗效观察[J]. 中国针灸,2003,23(11):651

(收稿日期:2006-10-23)