

针灸结合推拿治疗肱骨外上髁炎 38 例

★ 郑史妹 (浙江省杭州市上城区中医院 杭州 310006)

关键词: 肱骨外上髁炎; 针灸; 推拿

中图分类号: R 245 文献标识码: B

肱骨外上髁炎是以肘部疼痛、伴有伸腕和前臂旋转功能障碍的慢性劳损性疾病。属于中医学“伤筋”的范畴,一般起病缓慢,常反复发作,无明显外伤史,多见于从事旋转前臂、屈伸肘关节和肘部长期受震荡的劳动者,如木工、钳工、矿工、打字员及网球运动员等。笔者自 2002 年 1 月以来,用针灸结合推拿手法治疗肘劳患者 38 例,取得明显疗效,现总结如下。

1 临床资料

本组 38 例患者中,男 17 例,女 21 例,年龄 29~74 岁,病程 2~14 个月。

2 治疗方法

2.1 推拿疗法 在肘部痛点及周围作按摩、拿捏手法,共做 3~5 分钟,使局部微热,血行流畅。然后一手托住患肘的内侧,另一手握住患肢的腕部,先伸屈肘关节数次,然后将肘关节作快速屈曲数次,并同时作旋转活动。每日 1 次,治疗 10 次为一个疗程。

2.2 针刺疗法 取穴:阿是穴以及手阳明经的曲池、肘髁、手三里、手五里等穴;下臂旋前受限者加下廉,下臂旋后受限者加尺泽,肘内侧疼痛加少海,肘尖疼痛加天井。操作:阿是穴可做多向透刺或多针齐刺,其他经穴按常规针刺。得气后留针 20~30 分钟,留针期间行针 1~2 次。每日 1 次,治疗 10 次为一个疗程。

2.3 隔姜灸法 取压痛点、曲池、肘髁、手三里等穴,在上述穴位放置鲜姜片,用艾炷隔姜灸,每穴灸 3~5 壮,艾炷如黄

豆大小,每日或隔日灸 1 次,治疗 10 次为一个疗程。

3 治疗结果

38 例中临床治愈(疼痛及伴随症状消失)26 例,好转(疼痛减轻,肘关节活动功能改善)10 例,无效(治疗前后,疼痛及关节活动功能无明显变化)2 例,总有效率 94.7%。

4 典型病例

徐某,女,32 岁。5 个月前因打毛衣、受寒出现右肘关节疼痛,并逐渐加重,近来关节活动受限。查:右肱骨外上髁压痛明显,前臂内、外旋受限,不能握拳。诊断为肱骨外上髁炎,运用上述三种方法治疗 10 次后,各种症状消失,达到临床治愈。

5 体会

中医学认为,劳累汗出、营卫不固、寒湿侵袭肘部经络,使气血阻滞不畅;长期从事旋前、伸腕等剧烈活动,使筋脉损伤、瘀血内停等均能导致肘部经气不通,不通则痛,从而引起肱骨外上髁炎。因肱骨外上髁炎好发于肘外侧,此乃手阳明经脉所过之处,阳明为多气多血之经,又“主润宗筋”,对劳损引起的肘关节疼痛,取手阳明经曲池、肘髁、手三里、手五里等穴,旨在疏通局部经络之气,疏筋活血;配用阿是穴以祛邪活络,疏筋止痛,从而达到治疗作用。

治疗期间应避免肘部过度用力,注意局部保暖,免受风寒,有利于疾病的康复。

(收稿日期:2009-01-06 责任编辑:秦小珑)

阳明胃经有分支交会,《灵枢·经脉篇》述:“足阳明胃经,起于鼻,交頰中,旁约太阳之脉……。其支者,从人迎前下人迎,循喉咙,入缺盆,下膈属胃络脾。”即足阳明胃经从鼻旁开始,交会鼻根中,旁边会足太阳经(会于睛明穴)。颈部支脉,从大迎前向下循喉咙、缺盆,通于膈肌,属于胃,络于脾,故针刺上述穴位能起和胃降逆作用。(2)手足太阳经首尾相接,手太阳小肠经入缺盆后络于心,沿食管,通过膈肌到胃,属于小肠,其支者从面颊部分出,上出颧骨,靠鼻旁到内眼角(会睛明),接足太阳膀胱经。《灵枢·经脉》载:“小肠手太阳之脉……入缺盆,络心,循咽下膈,抵胃,属小肠。……其支者,别颊上拙抵鼻,至目内眦。”针刺上述穴位可通过小肠经循行治疗膈肌

与胃部疾患。(3)攒竹穴属鼻针的胸穴,中医学认为肺居胸中主气,主宣发肃降,对维持人体气机的升降出入起着重要作用。膈位于胸、腹腔之间,胃气上逆引起膈肌痉挛,必然导致气机的失降失调,故针刺攒竹穴具有调节气机升降出入,降逆止呃显著功效。

采用攒竹穴透刺睛明穴,配合旋覆代赈汤加味中药治疗呃逆有独特的疗效,可以减轻患者的痛苦,提高生存质量,费用低廉,安全性好,值得临床上推广应用。

参考文献

[1] 孙传兴. 临床疾病诊断治愈好转标准[M]. 第 2 版. 北京:人民军医出版社,2002:319-320.

(收稿日期:2008-11-20 责任编辑:秦小珑)