

杨天鹏老中医论治颈椎病经验

成都中医学院(610075) 曾一林 彭科荣*

颈椎病,又谓颈椎综合征,是中老年人常见的疾病之一,属祖国医学“项强”、“血痹”、“眩晕”等范畴。

导致颈椎病的内因是肝肾亏虚、筋骨懈惰,此为病的重要原因。因肝生筋藏血,肾主骨藏精,随着年龄的增大,肝肾逐渐出现衰退。外因则由于职业、工作的关系而长期埋头工作,导致颈部肌肉、韧带等的劳损,从而加速颈椎的退行性变化而逐渐发病。

颈椎病临床虽表现各异,但主要是以颈项、肩臂麻痛,头痛或眩晕为主症,乃太阳经病的特征,其重要病机是肝肾亏虚、气血虚弱和太阳经脉瘀滞所引起发病。所以,临症时,既要针对病因,又要针对病位这个根本原则,采用内服药物,按摩,练功及体位疗法相结合的治疗方法,才能达到较好的治疗效果。在内治方面,宜以滋养肝肾、补益气血为主,辅以祛风通络之法,方用开弓大力丸加味(龟板、熟地、杜仲、枸杞、淮牛膝、当归、白芍、人参、黄芪、锁阳、补骨脂、菟丝子、河车粉、陈皮、茯苓、淮山药、砂仁、盐黄柏、知母、藁本、羌活、木瓜等)。按摩以补泻结合、刚柔相济的手法,才能达疏筋活络、养血壮筋之效果。手法步骤是:第一步用四指拨络法沿颈椎推旁两侧由上至下地拨络3—4遍,其拨络面应宽不宜窄,下可沿及冈上肌、冈下肌、大小

圆肌、三角肌、骶棘肌、斜方肌等。第二步是术者用一手之拇指从上至下地顺拨项韧带3—4遍。第三步是用掌根拍击大椎穴3次,拍击时手法要刚柔相济,切不可用力过猛。第四步是收功手法,仍用四指拨络法再次梳理颈部的肌肉,此手法可重复作4—6遍。除了上面介绍的内外治法外,尚需教会患者自我练功法。杨天鹏氏认为:“动则生阳,静则生阴,动静结合,阴阳相济,百病不生。”通过合理的练功,可使气血流通,瘀滞的筋脉才能赖血以养。杨氏常说:“人老先从韧带、关节老,无事要常活动方能灵巧。”其练功方法是:每次作头前屈、后伸10—20次,左右摆动各10—20次,左右旋转各10—20次,一日可进行2至3次,尤其以早晨与晚上为佳。体位疗法治疗颈椎病是针对其发生的机理而设的,意在改变其体位,尽量使头颈部置于后伸位,以缓解其因长期处于埋头导致颈部肌肉、韧带的劳损。其方法是:睡觉时,应将枕头做成稍硬的圆枕头,高约20cm,睡觉时要将枕头置于颈肩交界处,这样就可以保持头处于后伸位,对消除颈部肌肉、韧带的疲劳很有益处。

通过上述四方面综合治疗,颈椎病的临床症状就会逐渐缓解。持之以恒,就会使诸症完全消失。

*成都骨科医院

手法整复、铅丝纸夹板固定治疗双踝及三踝骨折

江苏省无锡市中医院(214001) 刘光人

我院采用江苏省名老中医刘秉夫主任医师的手法整复,铅丝纸夹板固定方法治疗双踝及三踝骨折,取得了良好的疗效。现介绍如下。

临床资料

本组37例,其中男18例,女19例;双踝27

例,三踝10例;右侧21例,左侧16例;年龄最大77岁,最小17岁;外翻型骨折30例,内翻型骨折5例,纵向挤压型骨折2例;初诊时距受伤时间最短半小时,最长15天;随访37例,随访时间最长4年,最短4个月,平均23个月。