

究整体的辨证施治。所以本手法在治疗膝前侧部位和疏导足阳明胃经以促进股四头肌和髌骨的活力的同时,更注重对膝后侧软组织的松解和足太阳膀胱经的疏导。

从解剖上看膝后侧有股二头肌腱,内收肌腱、腓肠肌内外侧头,主要行使屈曲膝关节的功能,与伸膝装置的股四头肌成拮抗作用,当股四头肌、髌骨活力下降,在临床上出现屈膝肌腱增厚挛缩现象,属代偿性行为,因膝关节负重和活动量大、机械性积累因素,易形成恶性循环。而且膝后侧区为腓血管神经汇聚处,以腓后手法力量易直达关节腔内、易于疏理关

节腔内紊乱,变性的软组织及关节软骨等,并可直接使关节腔内压力降低,又可间接改善股四头肌肌力,恢复膝关节的应力和张力的平衡。《素问·长刺节论》:“病在骨,骨重不可举,骨髓酸痛,寒气至,名曰骨痹。”骨关节病病人多因肝肾亏损,气血不足、营卫虚弱不能抵抗寒湿之邪侵袭,使气血凝涩不行,足太阳膀胱经壅阻凝滞,造成关节疼痛,屈伸不利,遇热则舒,筋骨酸软无力,步履维艰等症状。治疗膝后侧并疏理足太阳膀胱经,从而使寒祛而痛止,气畅而节通,标去而本固。

## 拇指松解法治疗第三腰椎横突综合征 65 例

青岛医学院附属医院(266003)于兆华 陈福香 孟淑芬 田立启

作者用拇指代替针刀治疗 65 例第三腰椎横突综合征效果满意,介绍如下。

### 临床资料

65 例中,男 43 例,女 22 例;年龄最小 22 岁,最大 65 岁,平均 42.5 岁;病程在 2 月以上者 25 例,半年以上者 20 例,2 年以上者 10 例,3~5 年 10 例;工人 45 例,干部 8 例,其它 12 例。

临床表现与体征:患者临床表现与体征轻重不一,腰部酸痛困胀者 43 例,腰痛剧烈如割如裂如折者 9 例,其它下腰部及下肢髋部腹部放射痛 13 例。体征:腰痛而取伸直或屈曲的固定姿势,伴有腿痛或髋痛时出现跛行 15 例,脊椎侧弯 10 例,肌紧张或肌痉挛 45 例,横突末端局限性压痛 65 例。

### 治疗方法

令病人取俯卧位或侧卧位,术者立于患侧,用拇指末端桡侧,沿横突末端先以指代针,在横突末端垂直镇定 2~3 分钟,然后顺各束肌筋膜的肌纤维走行方向顺筋切割约 2~3 分钟,待肌膜挛缩松弛后,再行肌膜附着点横段弹拨反复 2~3 分钟,最后在腰部髋及下肢行

传统的手法轻轻按揉,推拿按摩,治疗 7~8 次为一疗程。

### 治疗结果

1. 疗效标准:治愈:腰痛及腿痛消失,能正常活动,参加原工作;显效:腰痛消失或仅遗有轻度腿痛,能参加原工作;有效:腰痛减轻,能参加一般工作;无效:腰痛如故,仍影响活动或工作者。

2. 结果:65 例中,54 例治愈,9 例显效,2 例无效。

### 讨论

以拇指替代针刀切割弹拨紧张或僵挛的肌膜,使肌膜,韧带松弛变软,改善局部微血管的供血量,神经肌肉卡压减轻或消除达到祛痛目的。

第三腰椎横突综合征为局部组织产生非特异性炎症,软组织具有僵挛现象。临床实践中,拇指松解 3~5 分钟,紧张或僵挛的组织可缓慢松弛,肌膜粘连松解,改善神经肌肉卡压,腰部痛及放射痛消失。此法简便,易学,无副作用,病人痛苦少易接受,值得推广。