

期进行股四头肌收缩锻炼，并作膝关节伸屈活动，以主动活动为主，被动活动为辅，逐步加大活动度，每日 4~5 次，每次 15 分钟。

2. 在患者能够承受的情况下即可进行按摩。具体做法是：用掌揉摩膝盖，推揉膝关节周围，伸屈小腿以活动关节；接着，揉滚、摩擦、窝及周围达发热，研摩膝关节；最后，捏拿、揉滚、侧掌击、摩擦小腿后侧及两侧，牵抖下肢而结束。按摩手法的轻重和活动度，应根据病情治疗的需要和患者忍受程度而定，循序渐进，灵活施治。每日 1 次，每次 15~30 分钟。7~10 次为 1 疗程，休息 5 天后，再行第 2 疗程。本组平均为 2.5 疗程。

3. 关节内药物注射：配方：醋酸氢化强的松龙 2ml，2% 普鲁卡因 2ml，地塞米松 2mg。每隔 4~5 天注射 1 次，最多不能超过 5 次。

4. 中药关节热洗汤，用于不能接受按摩患者。配方：宽筋藤 30g，钩藤 40g，泽兰、黄柏、黄芩、大黄各 20g。用法：将药煮水 1 脸盆，每日熏洗 2 次。每剂可反复熏洗 3 天。

治疗结果 膝关节屈曲大于 120 者 64 例，生活、劳动均基本正常。屈曲 90~120 者 26 例，基本能满足生活与劳动需要。屈曲 60~90 者 10 例，走路和劳动均受到不同程度影响。本组病例随访时间均为半年以上。

讨论 早期主动的股四头肌收缩和关节伸屈，是避免关节粘连最有效的措施。应鼓励患者主动锻炼。按摩能扩张血管和淋巴管，增强血液和淋巴液的流动，促进瘀血、水肿及结缔组织的消散吸收，从而使关节粘连得到松散、分离，关节功能得到恢复。关节内药物注射，具有抗炎、消肿、止痛以及促进纤维组织吸收的作用，尤其对合并滑膜炎效果更为显著。中药热洗汤具有活血通络、舒筋止痛、通利关节等作用。

(收稿：1996- 01- 16)

微波治疗腰椎间盘突出症

阿力 王智良 赵强

马永东 刘玉琴 江仁兵 林琳

新疆生产建设兵团总院 (新疆 830002)

我院用 WR- 型微波治疗机治疗腰椎间盘突出症 38 例，取得良好疗效，现报告如下。

临床资料 本组 38 例中男 23 例，女 15 例；年龄 20~59 岁 35 例，60 岁以上 3 例；病程 1~3 年多。

治疗方法 以椎间盘突出间隙为中心，每日微波照射治疗 1 次，每次 40 分钟，5 次为 1 个疗程。根据情况行 1 个疗程治疗，也可长期治疗，可门诊治疗，治疗期间应加强腰背肌锻炼，但避免重体力活动。

治疗结果 临床痊愈：腰腿痛消失，恢复正常工作和生活能力；显效：腰腿痛消失，基本恢复正常工作和生活能力；有效：腰腿痛好转，部分恢复正常生活或生活能力；无效：腰腿痛无好转。治疗结果：临床痊愈 15 例，显效 16 例，有效 5 例，无效 2 例。显效率 81.5%。微波治疗最多 30 次，最少 3 次。

讨论 我院自 1993 年开始应用 WR- 型微波治疗机治疗腰椎间盘突出症 38 例，显效率为 81.5%。由于微波治疗可产生热效应和生物效应，可穿透组织约 5~10cm，但局部温度并不高，可穿透至脊髓神经根，从而改变组织的微循环，促使组织代谢加快加强，改变局部和深层组织的血循环，促使局部水肿、炎症的吸收和消除炎性物质对神经根的压迫和刺激，从而起到明显的消炎治疗作用。单纯的加热有时都可得到令人欣喜的治痛效果，微波更具有明显的治痛作用，因此腰腿活动范围明显增加或恢复正常，为神经根的移动创造了条件，使受压的硬脊膜或神经根获得解脱机会，使腰腿痛好转或消失。同时，为腰背肌、胸腹肌的锻炼创造了条件，通过加强肌力的锻炼，使肌力增强，起到外源性稳定腰椎的作用。微波治疗和腰胸腹肌锻炼同时进行，起到双重治疗作用，从而大大提高了疗效。

(收稿：1996- 02- 06)