

指针在骨伤科的应用

第一冶金公司职工医院 吴延斌

指针是用指代针，在不同的穴位上进行按、揉、推、拿、掐、捻、压、搓、分、合的综合手法。临床上我们碰到各种关节损伤的患者较多，在治疗上往往除了针灸和外敷治疗外，指针似乎已被人们淡忘。其实指针对于各种关节韧带和肌肉的损伤疗效是令人满意。

指针疗法的关键所在是能使患者感到舒服，无畏惧感，再则不受任何条件和环境的影响，《医宗金鉴》曰“一旦临症，机触于外，巧生于内，手随心转，法从手出”。这说明指针只要掌握要领，随时均可得心应手，解除病痛之患。

指针疗法的理论依据和治疗法则基本上与针灸相同。

《内经·灵枢本论篇》说：“凡刺之道，必通十二经络之终始”。骨伤虽属外伤之范畴，

但伤势过久，必然会引起身体内部变化。古曰：“肢体损伤于外，则气血伤于内，营卫有所不贯，脏腑由之不和”。

尤其在治疗过程中应根据病情进行辨证论治。针灸的治疗原则是补虚泻实，而指针疗法也是如此。《内经》云：“寒则热之，热则寒之，坚则削之，劳则温之，结则散之，损者益之”。其治疗宗旨仍是扶正祛邪，调和气血，平衡阴阳。

指针的手法在临床上有十余种，现根据手法的规律归纳为按摩，推拿，分合，揉掐，捻压，运搓。手法不同，功能各异，现把各手法的功用介绍如下：

按摩法：有理气和中，止痛之效。

推拿法：能调气，通络，止痛。

分合法：能调阴阳，散寒热，镇痛。

揉掐法：通经活血，消肿止痛。

捻压法：能散风、软坚、活血。

运搓法：有舒筋活络，松弛关节之功。

损伤之患者，发病诱因各有不同，但总不外乎新伤和旧伤两种，临床上应根据伤情的长短，部位损伤的表里程度而选择手法。指针的常用取穴多在

局部和上下附近。例如陈旧性损伤取穴以局部为主，周围为辅。急性损伤，排除骨折，多以周围及远端为主，局部为辅。一般在肌肉丰厚的部位手法可适当加重，四肢，项背部次之，头面和胸腹部手法宜轻，在穴位上施行手法均应由轻到重。

手针治疗一般以20分钟为宜，时间过短达不到满意的效果，时间过长可能会引起局部皮肤损伤造成的不良反应。笔者在外工作期间，遇几例急性关节损伤患者，均使用指针疗法，效果极为满意。

举例说明：刘××女，19岁 上海市人

该患者在庐山旅游时行走不慎将左外踝扭伤，当即疼痛难忍，行走不能，踝关节动则痛甚。

检查：左外踝压痛**，局部明显肿胀，皮下可见散在性瘀斑，踝关节活动受限。证属：瘀血阻滞，脉络不通。治则：通经活络止痛。取穴：悬钟、解溪、昆仑 对侧踝关节的丘墟。手法先揉后掐，然后再用推及拿，治疗完毕，患者可自行行走，疼痛大减。

总之对因跌扑闪挫而致气滞血瘀所引起的关节肿痛，活动不便的症状运用指针方法，按其经络以通郁闭之气，摩其壅聚，以散郁结之肿，可以取得行气活血，滑利关节，消肿止痛的效果。现代医学认为指针按压能促进组织的气血上下流行，达到推陈布新的目的，瘀则去，痛则止。

小议扭伤勿用热敷

湖南省双牌县永江卫生院 卿汝芬

腕关节、腰部、足踝等处的急性扭伤，在人们的日常生活中屡见不鲜。急性扭伤后局部常出现肿胀，疼痛，活动受限。

扭伤后一些人，总喜欢用热毛巾、热水袋外敷患处，以消肿止痛。其实，这种作法是错误的。因为扭伤后局部毛细血管破裂出血，血液淤滞而形成血肿，若敷热于患处，就会使血管扩张，增加出血量，就简单道理讲，扭伤后局部肿胀并不显著，但经热敷后，反而肿胀疼痛加剧。

扭伤后可适当用冷毛巾外敷和抬高患肢，冷敷能使血管收缩，减少出血量，抬高患肢可加快血液的回流，不致于使血液流到血管破裂处而大量渗出。这样往往能促使血肿消散和防治血肿。