

藤，国内外从生药、化学构成、有效成份、药理、毒性等作了广泛的研究，对临床使用方法及毒副作用的表现与处理，亦有较多报导。本组病例中2例在初服时有轻度腹泻。1例在服药第9天有短时心慌感，均未停药，症状很快消失，考虑为机体对药物有适应性。本组病例副作用较轻，可能与下述因素有关：剂量较小，最大量每天10克，少则6克。与甘草、当归、丹参、白术等药同用，分别有解毒、养血、健脾功用，使副作用减小。症状减轻后，每星期服药5天，停药2天。巩固疗效阶段为日服药一剂，增加了安全程度。

3) 预防复发方面：本组有3例在取得显效后1~2个月时，症状又发作如前。由于增生性膝关节炎的骨骼病理变化，一经发生，不仅难于消退，且可能逐渐加重，因而临床症状易于复发，影响老年人健康生活。如何预防复

发，是充分休息，还是积极锻炼，值得探讨。消极的休息，对于高龄老人显然弊多利少，不足为法。适当的锻炼，可以流畅血行，强壮筋骨，滑利关节，健身祛病。很多的锻炼方式是在行走或站立姿势下进行，此时膝部即承担体重，故不能以站立位作锻炼。为了有效地减轻症状，预防复发，嘱病员在平卧位作锻炼，包括下列方式：①两下肢交替作直腿抬高。②两下肢交替作抬腿时练习伸屈、蹬空活动。体力差者可在不抬腿的情况下伸屈、蹬空活动。③两下肢交替作抬腿时练习摇转划圈活动。以上三个姿势，每次共锻炼5—10分钟。如体力好，可适当延长时间。每天早、晚各做一次，并可酌情增加锻炼次数。另外，在坐位可作两臂练习哑铃或拉力器，使上肢及胸部也得到锻炼。合作良好的病员，对上述锻炼反应良好，是否能有效地预防复发，有待于进一步观察。

## 中药外洗治疗踝关节急性扭伤

河北省石家庄市桥东区医院 (050000) 刘庆计 刘英祥

笔者采用中药外洗法治疗踝关节急性扭伤，有明显的治疗效果。现小结如下。

临床资料：50例中，男20例，女30例。年龄最大68岁，最小12岁。左外踝22例，右外踝28例。

诊断依据：1、有明显的扭伤史；2、局部软组织肿胀、血肿、疼痛；3、踝关节功能活动受限，走路不便；4、50例均经X光拍片无骨折和错位。

疗效及判定标准：1、痊愈：局部肿胀、血肿消失，疼痛解除，功能恢复正常；2、显效：局部血肿缩小，肿胀缓解，功能基本恢复正常，走路稍有疼痛；3、无效：症状未有改善。

经外洗治疗，痊愈38例，显效10例，无效2例，总有效率96%。显效时间最短两天，最长7天。

方药组成：川椒12g 土元10g 川芎10g 当归12g 玄胡12g 川牛膝15g 乳香10g 没药10g 艾叶10g 赤芍10g 苏木10g 桃仁12g 红花10g 川断12g。上药加水2000毫升，煎煮30分钟，将患处边薰边洗，每次薰洗20至30分钟，或用药渣将患处热敷。有皮肤破损者禁用。一剂药可薰洗两天，每天早晚两次，三剂为一个疗程。

讨论：踝关节急性扭伤常导致血脉受伤，外侧副韧带可有不同程度的损伤，血离经脉而积于皮肤肌肉之间，称谓离经之血，脉为血府，血为有形之体，蓄积于患处而出现血肿。本方用当归、川芎、赤芍、红花、桃仁、苏木活血化瘀；川牛膝、川断、土元续筋通络，有助于损伤筋脉的修复；乳香、没药、玄胡、川椒、艾叶温通血脉，消肿止痛。全方具有活血化瘀，消肿止痛、通经活络的作用。