

# 手法治疗颈椎病

张军

(中国中医研究院骨伤科研究所 北京 100700)

从 1995 年 8 月以来,在临床上应用手法对 350 例颈椎病病人进行了系统地治疗,现总结汇报如下:

## 1 临床资料

本组 350 例病人,其中男性 164 例,女性 186 例;年龄 19~65 岁,平均年龄 38.6 岁;病程最短<1 个月,最长>10 年;所有病人均参照《中华人民共和国中医药行业标准》“中医病证诊断疗效标准”及中华人民共和国卫生部制定发布的《中药新药临床研究指导原则》“颈椎病的诊断疗效标准”等进行诊断,其中颈型 48 例,神经根型 120 例,椎动脉型 84 例,脊髓型 29 例,交感型 32 例,混合型 37 例。

## 2 治疗方法

**2.1 预备手法** ①揉捻法:操作时,患者正坐,术者位于患者身后,用大鱼际、掌根或指面交替在两侧颈部(肌肉处)或某一穴位上,自上而下做回旋揉捻,以患者感觉轻微的酸痛,可以忍受为度,做轻柔缓和的环旋运动。指或掌应紧贴皮肤下移,使皮下组织随指或掌的揉动而滑动,使其作用力达到皮下组织深层。用力要均匀,速度不宜过快,频率每分钟约 50~100 次,在压痛点可做重点揉捻,时间应稍长一些,一般每侧施同样手法。②法:操作时,患者正坐,术者位于患者身后,手呈半握拳状,以 2~5 指的近端指间关节为支点放于患处,以腕关节带动,作均匀的来回摆动,来完成滚动的动作。着力点要深,用力要均匀柔和,力量要推进肌肉深部。此手法用于头颈根部及双肩部尤为适宜。操作时要以腕的灵活摆动带动掌指关节部的运动,滚动时腕关节要放松,滚动速度一般以每分钟 60~100 次为宜,并要有轻重均匀交替、持续不断的压力作用于治疗部位上,着力点必须紧贴皮肤。

**2.2 治疗手法** 以向右侧旋转手法为例:患者取正坐位,术者立于患者身后,稍微侧身。用右手或右前臂置于患者颌下,左手托住枕部,轻提并且做颈部旋转运动 2~3 次,使患者颈部肌肉放松。然后在中立位下上提牵引颈部,并使其保持,牵引的同时将患者的头颈右旋至有固定感时,右手或右前臂快速发力旋转颈部,此时即可听到一连串的弹响声,一般响声清脆者疗效为佳。之后以同样手法向左侧旋转一次,手法完毕。

**2.3 善后手法** ①劈法:患者取正坐位,术者立于患者身后。双手五指分开放松,以手掌尺侧,劈打双肩部及背部 1 分钟。②散法:用双手手掌指侧在两侧颈部(肌肉处)交错散之,再从上至下到肩部时,改用掌侧散之,对两侧肩背部肌肉也要散到,做 2~3 遍。③拿法:用拇指和掌与其余四指的指腹相对用力,在肩部拿捏,拇指做环行运动 1~2 分钟。④归合法:双手交叉,以两手掌大小鱼际至患者颈部及肩部相对归挤,自上而下,做 2~3 遍。根据患者的不同情况,可在上述手法基础上,加用扣法、抖肩法及捋顺法等,以颈肩部自觉发热为好,从

而完成整个手法。

## 3 治疗结果

**3.1 疗效评定标准** 治愈:原有各型症状、体征消失,颈或肢体功能恢复正常,能参加正常劳动和工作;显效:原有各型症状、体征基本消失,颈或肢体功能基本正常,不影响正常劳动和工作;好转:原有各型症状减轻,体征有所改善;未愈:症状、体征无改善。

**3.2 治疗结果** 治愈 108 例(占 30.86%),显效 163 例(占 46.57%),好转 60 例(占 17.14%),无效 19 例(占 5.43%)。治疗次数最多 30 次,最少 1 次,平均为 9.1 次。

## 4 讨论

在颈椎病治疗的三部手法中 准备手法的刺激要和缓舒适,以患者感觉轻微的酸痛,可以忍受为度,切忌来回摩擦而造成皮肤损伤。旋转复位手法是治疗颈椎病的重点手法。其目的在于分解颈椎小关节的粘连,纠正颈椎关节的错缝,减轻关节负压,并且可以加宽狭窄的椎间隙,扩大狭窄的椎间孔,使颈椎恢复正常的生理曲度,从而缓解由于颈椎病变对神经根、血管及周围软组织的压迫和刺激而引起的症状。同时改善颈部血液循环,达到通则不痛的目的。在应用旋转复位手法时,要切记稳、准、轻柔,不可粗暴,全过程都是在轻度牵引下进行。同时,旋转角度要适度,旋转力量不宜过大。最后通过善后手法放松颈肩部肌群,进一步解除肌肉痉挛,改善血运,增加局部血液循环,消除软组织的炎性反应。从而起到活血止痛、疏风通络、调和气血之功。从而对颈椎病达到系统治疗<sup>[1-4]</sup>。

手法操作要做到熟练灵活,敏捷准确,要注意局部的解剖结构和关节的正常活动范围,用力要轻重适当,避免因过猛过重引起神经血管或关节结构的损伤,而加重病情。对于损伤较重或急性发作期者手法要轻柔;对于慢性劳损者手法可重一些。老年性骨质疏松、颈椎退变骨桥形成或椎间孔狭窄明显,椎动脉扭曲严重,严重的脊髓型颈椎病或伴有严重的冠心病者,手法操作宜轻柔,不宜过重。

(作者师从孙树椿主任医师,亲聆教诲,受益匪浅,在此致谢!)

## 参考文献

- [1] 张军,孙树椿.中药治疗颈神经根炎病理学观察.中国骨伤,1999,12(6):13.
- [2] 刘秀芹.牵引按压复位法治疗颈椎病.中国骨伤,1996,9(3):46.
- [3] 李中伟,张昊,曲克服.综合疗法治疗颈椎病的临床观察.中国骨伤,2000,13(1):50.
- [4] 袁汉,郑光亮,蔡莲蒲.神经阻滞下手法治疗神经根型颈椎病.中国骨伤,2000,13(3):176.

(编辑:李为农)