

“旋后牵伸法治疗肱骨外上髁炎观察”一文读后感

张炳然, 陈育林

(济南军区第 152 中心医院康复理疗中心, 河南 平顶山 467000)

关键词 网球肘; 牵引术; 肘关节

Impressions of reading "Observation on external humeral epicondylitis treated with back-rotation traction" ZHANG Bing-ran, CHEN Yu-lin. Department of Physical Medicine and Rehabilitation, the 152th Central Hospital of Jinan Military Region, Pingdingshan 467000, Henan, China

Key words Tennis elbow; Traction; Elbow joint

Zhongguo Gushang/China J Orthop & Trauma, 2009, 22(12):926 www.zggszz.com

“旋后牵伸法治疗肱骨外上髁炎观察”^[1]提出以牵引为主的方法治疗肱骨外上髁炎,有创见。读后有 3 点异议,与作者商榷。

1 关于肱骨外上髁炎的病位

引起肱骨外上髁部位疼痛的原因很多,很少为网球运动员,绝大多数是工作或生活中经常提重物、频繁或持续性地旋转前臂等运动的手工作业劳动者。常常累及肘关节、桡骨环状韧带、桡尺近侧关节、桡侧腕伸肌、旋后肌等处,甚至是颈椎病神经根型的病象。无论是保守治疗还是手术治疗,如果只针对肱骨外上髁,疗效是不佳的^[2]。

2 旋肘方向宜用旋前

前臂旋转运动由桡尺近侧关节、桡尺远侧关节和前臂骨间膜构成,属车轴关节。运动轴贯穿桡骨头中心与关节盘尖部之间,桡骨头在尺骨的桡骨切迹和桡骨环状韧带上旋转。旋前运动的肌肉有旋前圆肌和旋前方肌,旋后运动的肌肉主要有肱二头肌、旋后肌。与病位疼痛有直接联系的是旋后肌,它借腱束(浅层)和肌束(深层)共同起于肱骨外上髁(起点与指总伸肌腱愈着)、肘关节的桡侧副韧带、桡尺近侧关节的环状韧带、尺骨旋后肌嵴和其三角形压迹的后份,以及肌表面的腱膜等处,远端止于桡骨近端 1/3 的外侧面^[3]。频繁或持续旋转前臂或者是长时间提起重物,旋后肌受到过多拉伸,其附着点如肱骨外上髁、桡侧副韧带、环状韧带和桡骨上 1/3 段更是应力集中区,容易引起损伤,局部纤维组织增生、粘连,压迫神经末

梢,引起疼痛。做前臂旋前牵伸,桡骨沿着运动轴向前旋伸,旋后肌受到牵伸,可缓解痉挛、挛缩,松解软组织粘连、瘢痕。而旋后运动受牵伸的是旋前方肌、旋前圆肌,与肱骨外上髁疼痛无直接关系,疗效可能欠佳。

3 旋前时间宜长一些

该文提出松解牵伸的时间全程为 20 min,其中旋后和外展的时间为 60~90 s,每日 1 次,读后感觉时间短了一些。牵伸效应必须达到蠕变的程度才能起到治疗作用,牵伸时间、力度要够长、够大,才能使之蠕变。Victor 等^[4]认为,关节长时间承受恒定的低载荷时,软组织发生缓慢变形,即蠕变。受载初期 6~8 h,这种蠕变最大,但可在低速率下继续数月。读者建议,让患者手提 1 kg 的沙袋,做屈腕屈指前臂旋前摆动,每次 20 min,每日 2 次,去代替手法牵伸,较为省时省力。

参考文献

- [1] 傅瑞阳,王娅玲,顾钟忠,等.旋后牵伸法治疗肱骨外上髁炎临床观察.中国骨伤,2009,22(2):102-103.
- [2] 华江,王全美.旋后肌在肘外侧软组织损害中的重要作用(附 197 例诊治分析).颈腰痛杂志,2003,24(1):18-20.
- [3] 邵福元,邵华磊,薛爱荣.颈肩腰腿疼应用解剖学.郑州:河南科技出版社,2000.539-587.
- [4] Victor H, Frankel MN.骨骼系统基本生物力学.天津:科学技术出版社,1986.106-107.

(收稿日期:2009-09-08 本文编辑:连智华)

观形态上得到了恢复,在病理组织学上也得到了恢复,说明在 Ilizarov 牵张技术牵拉下,当踝关节软骨面之间压力增大,关节软骨会发生压力性坏死,当关节软骨面之间压力逐渐减小后,关节软骨逐渐恢复再生。

参考文献

- [1] Jansen EJ, Emans PJ, Van Rhijn LW, et al. Development of partial thickness articular cartilage injury in a rabbit model. Clin Orthop Relat Res, 2008, 466(2):487-494.
- [2] Sarkadi B, Parker JC. Activation of ion transport pathways by

changes in cell volume. Biochim Biophys, 1991, 10(4):407-427.

- [3] 查国庆,廖威明,王迎军,等.胶原复合梯度 TCP 修复关节软骨的形态学观察.中国修复重建外科杂志,2008,22(8):989-992.
- [4] 赵建宁,王瑞.关节软骨损伤的修复和重建.中国骨伤,2007,20(11):729-731.
- [5] Shapiro F, Koide S, Glimcher MJ, et al. Cell origin and differentiation in the repair of full-thickness defects of articular cartilage. J Bone Joint Surg(Am), 1993, 75(4):532-553.

(收稿日期:2009-10-13 本文编辑:连智华)