

对“‘旋后牵伸法治疗肱骨外上髁炎观察’一文读后感”的回复

傅瑞阳, 王娅玲, 顾钟忠, 王宝虎, 朱仡, 李焯, 王恩萍

(湖州市中医院伤科, 浙江 湖州 313000)

关键词 网球肘; 正骨手法; 牵引术

DOI: 10.3969/j.issn.1003-0034.2010.11.019

Reply about review in clinical observation at back-rotation traction in treating external humeral epicondylitis FU Rui-yang, WANG Ya-ling, GU Zhong-zhong, WANG Bao-hu, ZHU Yi, LI Ye, WANG En-ping. Huzhou City TCM Hospital, Huzhou 313000, Zhejiang, China

KEYWORDS Tennis elbow; Bone setting manipulation; Traction

Zhongguo Gushang/China J Orthop Trauma, 2010, 23(11): 859 www.zggszz.com

很高兴拜读贵刊 2009 年 22 卷 12 期 926 页登载的“‘旋后牵伸法治疗肱骨外上髁炎观察’一文读后感”(以下简称《读后感》)^[1], 非常感谢作者对笔者拙文“旋后牵伸法治疗肱骨外上髁炎临床观察”^[2]的关注, 并提出不同的观点。现就《读后感》提出的问题回复如下。

1 肱骨外上髁炎的成因与病位

引起肱骨外上髁部位疼痛的原因多样, 如有髁上炎、异位滑液囊的感染、肱骨外上髁远侧伸肌总腱内的钙化沉淀、疼痛的环状韧带、桡骨小头和肱骨小头之间的滑膜边缘肥厚、神经源性疼痛等等^[3], 甚至存在 2 个或 2 个以上的病因, 为了防止在病名诊断上的混淆, 笔者在文中一开始就把旋后牵伸法适宜治疗的肱骨外上髁炎定义为肱骨外上髁部前臂伸肌总腱附着处的慢性损伤性筋膜炎, 这是一种局部的简单病变, 这种疼痛因肘外侧肌过度疲劳或损伤, 造成慢性持续肌节缩短, 增加局部能量的消耗和局部血循环的减少, 从而引起异常的肌纤维运动终板处异常的放电, 以致静息状态下肌肉持续痉挛而产生, 故而应着重对该筋膜炎进行治疗^[4]。

2 旋后牵伸手法的杠杆力学原理

旋后牵伸法的关键是在肱骨外上髁部伸肌总腱附着处后下缘(痛点远端)设置了一个支点, 通过支点可以改变力的方向和大小。因此, 根据杠杆的支点原理和前臂解剖结构, 支点远端部位越旋后, 旋后力量越大, 则支点近端旋后肌等前臂伸肌组织越受到更大的旋前牵伸力量; 也可理解为, 相对肱骨外上髁附着部至支点的这段前臂伸肌来说, 旋后牵伸法实际上仍是一个旋前牵伸的动作; 同时还可通过桡骨小头沿尺骨“自转”时旋后弓的运动轨迹, 将传统旋前牵伸的整条伸肌无目标定位的牵拉剥离粘连变为通过支点的短杠杆定点剥离, 定位更明确, 作用更直接, 因而疗效更佳。

3 软组织的蠕变和牵张时间

所谓蠕变, 是在恒定值应力作用下, 应变随时间而增加的

现象, 发生蠕变的机制是高聚物分子在外力长时间作用下逐渐发生够象变化或位移; 而且蠕变在一定时间内趋向平衡, 达到饱和, 一般为 10~15 min, 之后即使时间再增加很多, 应变也不会再增大^[5]。相关的文献资料亦报道^[4,6]前臂牵伸维持时间约 1 min, 重复 5~10 次, 每天练习至少 2 次。旋后牵伸法是一种软组织牵张手法, 需医患双方协同配合, 笔者在拙文中已明确提出应指导患者用健肢帮助进行该动作锻炼, 每日重复锻炼数次, 这与上述报道相一致; 若借助桌边、墙壁以增强伸肘、旋后力量, 可使伸肌牵张感更明显, 效果更佳, 且旋后牵伸法无须其他器材, 随时锻炼, 方便简洁。

上述仅为笔者的粗浅观点, 以此作为对张炳然、陈育林“‘旋后牵伸法治疗肱骨外上髁炎观察’一文读后感”的回复, 并敬请同道指教。科学是在不断探索和争鸣中发展、提高的, 感谢《中国骨伤》杂志给我们提供了一个争鸣的平台。

参考文献

- [1] 张炳然, 陈育林. “旋后牵伸法治疗肱骨外上髁炎观察”一文读后感[J]. 中国骨伤, 2009, 22(12): 926.
- [2] 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[J]. 中国骨伤, 2009, 22(2): 102-103.
- [3] 蒋鸣福, 刘景生, 黄桂成, 等. 软组织损伤临床研究[M]. 北京: 北京科学技术出版社, 2006: 138.
- [4] 黄强民, 王俊, 张雄文, 等. 利用触发点疼痛原理治疗肱骨外上髁炎 35 例[J]. 中国临床康复, 2005, 9(38): 64-65.
- [5] 姜宏, 施杞, 王以进. 旋转手法对颈椎间盘粘弹性影响的实验研究[J]. 中国中医骨伤科杂志, 1999, 7(1): 4-6.
- [6] 卓大宏. 北京康复治疗处方手册[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2007: 27.

(收稿日期: 2010-03-02 本文编辑: 王玉蔓)