

针刺治疗颈肩痛 62 例

中国中医研究院针灸研究所 纪晓平

颈肩痛是颈部关节、韧带、肌肉、筋膜病变以及肩部软组织疾患引起的颈肩臂部疼痛综合症。本病多发于中年以后，属中医“痹证”、“伤筋”范畴。笔者自 1984～1985 年，在日本北海道治疗本病 62 例，效果较为满意，兹报道如下。

一、一般资料

本组 62 例中，女 43 例，男 19 例。年龄多数在 40～70 岁之间，占 77.4%。病程以 1～10 年者为多，占 74.2%。属慢性软组织劳损 52 例，颈椎病 9 例，急性软组织损伤 1 例。一般可分为气血两虚型、气滞血瘀型、风寒湿型。

二、治疗方案

1. 基本处方：风池、肩井、肩中俞、肩外俞。

2. 随证配穴：(1) 气血两虚：三阴交。(2) 气滞血瘀：阿是穴、华佗夹脊(颈椎患部)。(3) 风寒湿：大椎。(4) 臂痛、臂麻：臂臑、曲池、外关。(5) 指麻：合谷、八邪。(6) 肩胛部痛：曲垣、天宗。(7) 颈部痛甚：百劳、天柱。

3. 刺法：一般气血两虚用补法，气滞血瘀用泻法，风寒湿用平补平泻法，并随症施以手法。留针 20 分钟，每日或隔日治疗一次。

三、治疗效果

1. 疗效标准

(1) 治愈：颈肩部僵硬疼痛及伴随症状手臂疼痛、麻木均消失，颈肩运动自如，为近期治愈。

(2) 显效：颈肩部疼痛及伴随症状均有显著好转。

(3) 进步：颈肩部疼痛及伴随症状均较前进步，但无显著改善。

(4) 无效：颈肩部疼痛及伴随症状，治疗

后无变化。

2. 疗效统计

本组 62 例中，治愈 40 例，占 64.5%；显效 11 例，占 17.8%；进步 10 例，占 16.1%；无效 1 例，占 1.6%。疗效统计见附表。

附表 62 例颈肩痛疗效统计表

病 名 例 数	软组织劳损	急性软组织损伤	颈椎病
	52	1	9
治愈	37	0	3
显效	7	1	3
进步	8	0	2
无效	0	0	1

软组织劳损治愈的 37 例，最短者针治 4 次，最长者针治 18 次，平均 8.4 次治愈。颈椎病治愈 3 例，最短 1 例 16 次治愈，1 例 19 次治愈，1 例 25 次治愈。

四、病案举例

×××，男，45 岁，银行职员，1985 年 7 月 4 日就诊。

患者颈肩部疼痛四年，近两个月来加重。因从事银行工作十余年，经常坐着工作，渐感颈肩部肌肉僵硬疼痛，痛而喜按，按摩时感觉舒适，每遇劳累、工作时间过长则病情加重，最近病重以致不能坚持工作。

诊见：面色黄白，形体中等，颈肩部肌肉僵硬疼痛，喜按，右侧为重，舌质淡有齿痕，苔薄白，脉细弱。诊为颈肩部慢性软组织劳损，气血两虚型。

处方：风池、肩井、肩中俞、肩外俞、天柱、阿是穴(右心俞外侧)、三阴交。补法，留针 20 分钟。

治疗结果：上方每日治疗一次，三次后颈肩部僵硬疼痛明显减轻，治疗五次后诸症消失，随访三个月未见复发。