

腰椎间盘突出症多见于青壮年,并常见于有腰部外伤史,长期从事重体力劳动,或者不正确的生活姿势,加重脊柱的负担,致使腰椎间盘突出变形,髓核突出,刺激或压迫神经根而出现腰及下肢的疼痛麻木、无力症状。

针刀治疗腰椎间盘突出症,主要从彻底、准确的有效改善腰椎两侧肌群,改善外部平衡,即改善动态平衡着手,逐步达到改善腰椎间盘突出内部平衡,使纤维环裂缝被肉芽和纤维组织充填,并且吸收突入缝隙中的髓核物质,只有在特定的条件下,内因才起变化,这也是小针刀疗法治愈腰椎间盘突出症的道理。另外,针刀亦起到针刺的作用,即可减轻疼痛物质的合成及加速其代谢,促进损伤组织

修复,降低神经张力,改善病变部位血液循环,缓解炎性水肿。丹参酮注射液具有抗炎、镇痛,调节代谢的作用。而牵引则可使腰椎间盘突出相对变宽,使其形态改变或部分突出的髓核回纳,减轻对神经根的压迫,从而减轻疼痛,减轻或消除神经的压迫。达到治疗腰腿痛的目的。

参考文献

- [1]吴在德.外科学[M].北京:人民卫生出版社,2003:78.
- [2]黄俊,吴建贤.腰椎间盘突出症患者自体执行能力评估[J].中国康复理论与实践,2006,12(11):975-977.

* 江苏省昆山市中医院针推科小针刀专科(215300)

充分重视用中医按摩保健治疗慢性病

彭 湘 凡*

在殷墟出土的甲骨文里,就记载了 11 种用按摩治病的方法。在现存中医理论的奠基著作《黄帝内经》里,记载了很多病可用按摩直接治疗,如发热、头痛善忘、风湿病、急腹痛、肝病、黄疸、经脉病。长沙马王堆和宜昌张家山的出土文物中,都有专门论述按摩保健治病的医方,唐代太医院就有按摩医生 240 多人。这些足以说明,在中华民族漫长的历史过程中,中医按摩是作为一种重要的保健和治病手段而存在的。

在科学技术高速发展的今天,按摩的保健治病功能也得到了全世界的重视。以美国为例,由政府赞助或私人研办的按摩科研机构在大量研究证实的基础上,肯定了按摩对人体具有显著的保健和治病功能。被纳入了美国的健康护理系统。医院正在将按摩疗法列为职工和患者的服务项目,越来越普遍地进入医院门诊部。保险公司开始认可按摩是合法的治疗手段,其研究用按摩疗法和药物疗法相对比的常见病种达到 180 多种。这从另外一个方面向人们证实,按摩的保健治病功能是确定的。

作为源远流长的中医按摩,在这方面应具有很大的优势。所谓中医按摩,就是用中医的基本理论来指导操作方法的按摩。中医学认为,人体是以五脏为中心,以气、血、精、津、液为物质基础,以经络为通道构筑的一个整体。五脏是指心(小肠)、肝(胆)、肾(膀胱)、脾(胃)、肺(大肠)(它们是表里关系),另加三焦,合称五脏六腑。它们不是独立存在的。每一个脏(腑)都是一个系统,而各个系统的功能既相互协助,又互相影响。在它们发挥各自的正常功能时,离不开气、血、精、津、液的濡养。如果这种濡养减弱,其相关脏腑功能也将受到直接的关连。

气、血、精、津、液的来源就是我们平时的呼吸和一日三餐的水谷入胃。水谷入胃后,经过胃、脾的加工,其精华部分便成为供应全身的能量物质。气、血、精、津、液要到达全身所需要的地方就必须要有输送通道。人体的经络就是这样一条内属五脏六腑,外连四肢百骸到达全身各个部位的通道。正是有了经络,人体的各个系统,各个部位才能源源不断的得到正常的濡养,发挥自

己的功能。构成了人丰富多彩的正常生命活动。

从位置结构上看,五脏六腑都是包裹在胸腔、腹腔里面,得到较好的保护。而经络是内外联系沟通表里,自然界的寒热暑湿变化、日常的劳作饮食,对它都会产生影响。这就使它又成为疾病由外侵入体内的途径。“邪客于皮,则腠理开,开则邪入客于络脉也。络脉满则注于经脉,经脉满则入舍于腑脏也。故皮部有分部,不与而生大病也。”由此可见,大病、重病并非一日形成,它有一个发展的过程。现在的一些肝病、肾病、心脏病等,并不一定是这些脏器真的损伤,很有可能首先是它的经络系统瘀阻、能源供应出现了问题,导致它的功能下降,进而影响到全身的病变。因此,中医尤其重视治“萌芽”。“上工救其萌芽,下工救其已乱,救其已败。”我们今天所说的亚健康状态,正是中医强调的“萌芽”时期。这个阶段正是疾病由量变到质变的关键时期。到医院检查,各项指标都还在正常范围之例,甚至可以说没有病。但本人感到很不舒服。如果任其发展,到已影响脏腑功能,再确定是什么病,再去治疗,一般来说,除经济上带来很大的损失外,其结果也不会很好。现代医学在很多慢性病面前束手无策,其原因也应在这里。

“经脉者,所以能决死生,处百病,调虚实,不可不通”,维持经络的通畅,是使我们身体健康的基本条件之一。而很多的慢性病,由于没有重视从经络上找原因,治疗效果也是事与愿违。

在现代已知的医疗方法中,还没有哪一种能替代中医按摩强大的疏通经络的功能。它能直达病所,使被瘀阻的经络较快的得到疏通,让我们无副作用的担忧。它有着几千年的实践积累和现代科技研究的多方验证。使我们能肯定它的治疗效果。因此,我们要重视它,在保健身体和治疗慢性病时,要重点考虑选择它。当然,在选择中医按摩时也要注重两点,一是必须要由经过专业学习的按摩医生操作,二是必须是无器质性病变的慢性病。

* 湖南省衡阳市太平小区 4 栋 3 单元 106 户(421001)