

类:外感风寒湿邪;气血痰阻瘀滞;内伤肾之精气;外伤筋骨肌肉血脉等。

腰痛宁胶囊由马钱子、全蝎、乳香、土鳖虫、僵蚕、川牛膝、苍术、麻黄、甘草等组成。方中马钱子善搜筋骨间风湿,开通经络,透达关节,止痛力强,主治风湿顽痹,麻木瘫痪,关节疼痛拘挛,散结消肿止痛。配伍全蝎更增其通络止痛之效,共为君药。乳香辛香走窜,散瘀止痛,活血消肿;没药活血化瘀,行气止痛,共为臣药。

土鳖虫、僵蚕消肿散结止痛;川牛膝归肝、肾经、活血通络,补肝肾,强筋骨,利水消肿,苍术祛风除湿,麻黄散寒通滞为佐药。甘草调合诸药为使药。诸药配伍共奏消肿止痛,疏散寒邪,温经通络。在口服腰痛宁胶囊的同时,另取腰痛宁胶囊局部外用使药力直达病所。

* 湖北十堰市北京北路社区卫生服务站(442000)

牵引配合手法治疗青少年颈椎病 20 例

林 强* 章家福*

颈椎病是一种常见病、多发病,随着青少年学业竞争压力的加剧,长时间的伏案学习,电脑、空调的广泛使用,出现颈椎病发病低龄化的趋势。我科自 2008 年 1 月至 2010 年 10 月采用牵引配合手法治疗青少年颈椎病收到良好效果,现报告如下。

1 临床资料

20 例青少年颈椎病患者均来源于上海交通大学附属第一人民医院颈椎病专科门诊。其中男 8 例,女 12 例,年龄 12~16 岁,平均年龄 14.1 岁;病程 3 天~1 年。20 例患者均有不同程度的颈项强直、疼痛,以及肩部的酸痛,做点头、仰头及转头活动受限,有部分患者出现头痛、头昏的症状,少数患者出现上肢酸痛、麻木,咳嗽或打喷嚏时症状不加重。所有病例均摄 X 线正位片、张口位片。X 线片多显示为颈椎生理曲度变直,张口位片有显示寰枢椎间隙不对称,齿状突偏移。

2 方法

2.1 治疗方法

牵引:使用 ELKEINEV PH-T 5021 颈椎牵引器,取坐位颌枕牵引,采取中立位,根据患者体质不同,牵引力从 6kg 开始,一般不超过体重的 10%~20%,以患者感觉舒适为度。每次间歇牵引 15~20min,牵引 60s,休息 10s,每天 1 次。10 次为 1 个疗程。

手法治疗:手法的操作步骤①患者取俯卧位,自风池、风府、颈部两侧软组织及肩井穴,用大拇指罗纹面做上、下移动的按揉法 2~3min。②在两侧肩颈部及肩胛骨部做滚法 5min。③用双手在患者的颈项、肩颈部施轻柔的拿法,来回 2~3min。④患者取仰卧位,头部伸于床外,两手抓住两侧床沿,两下肢伸直,自然放松。医者坐于患者头前,左手托住患者的下颌部(手掌小鱼肌、小指及无名指不可压迫患者喉管部,以免引起呼吸

不畅),右手的掌心托住患者的枕外粗隆部,大拇指及其余四指分别置于患者颈部两侧。术者两上肢同时用力拔伸患者颈部 1~2min,然后在拔伸的状态下缓缓向一侧旋转患者的颈部,至有疼痛感后再继续扩大旋转 5~10°,可听到“喀嚓”声(但并不强求),即可旋正患者的颈部,然后以同法向另一侧旋转。以上手法施行完毕后,可在患者颈部按揉 1~2min。⑤医者在拔伸的状态下缓缓将颈部前屈 15~25°,然后再将颈部恢复到水平位,如此反复 5~6 次。⑥医者将双手握于患者的下颌之两侧,在拔伸的状态下缓缓将颈部后伸 15~25°,然后再将颈部恢复到水平位,如此反复 5~6 次。⑦术毕,医者一手托住患者的头部,另一手用拿法反复操作于两侧颈部 2~3min。每日 1 次,10 次为 1 个疗程。

2.2 疗效评定

参照《中医病证诊断疗效标准》^[1]拟定,治愈:原有症状消失,肌力正常,颈、肢体功能恢复正常,能参加正常劳动和工作,观察 3 个月未见复发;显效:原有颈、肩背疼痛等症状明显减轻,或平时症状消失,仅在某些诱因下发作,颈、肢体功能改善;好转:原有症状体征较前有所减轻;无效:原有症状、体征无改善。

3 结果

20 例患者治愈 9 例,显效 5 例,好转 6 例,无效 0 例。

4 讨论

青少年正处于生长发育期,椎骨的环形骨骺大约在 25 岁时闭合,青少年骨的有机质含量高,韧性大,易于变形。目前国内对青少年颈椎病的治疗报道较少,与成年人颈椎病不同,青少年颈椎病有其自身特点^[2-3]:①发病年龄小,年龄多在 12~16 岁。②致病原因较多,如长时间操作电脑,经常卧位或半卧位读书、看报、看

电视,长期伏案低头学习,书写姿势不正确,睡觉时枕头高低不当等。③临床多表现为持续性颈肩背部酸痛,伴有头晕头痛,甚至眩晕、恶心、呕吐和咽部异物感,心悸、胸闷,记忆力下降和失眠耳鸣,全身乏力,视力下降,反复“落枕”等。④颈椎X线片常无明显阳性改变,多为轻度颈椎生理曲度变直,棘突偏斜。⑤经严格休息和理疗等常可缓解。

本研究20例青少年患者,全部颈椎X线摄片,影像学改变与成人有显著差异,未见明显骨质增生、黄韧带肥厚、项韧带钙化、椎间孔变小等,而以生理曲度变直、反曲、椎体排列不齐多见。颈椎的正常生理曲度是维持颈椎生理功能的基础,正常的生理曲度在缓冲纵向压力,保护脊髓、神经根和血管等方面起着重要作用。我们通过颈椎间歇牵引,有助于解除颈部肌肉痉挛,使肌肉放松,缓解疼痛;改善或恢复颈椎的正常生

理曲度。手法则直接牵拉关节周围软组织,改善其伸展性,改善关节活动范围,促进血液循环及关节液的流动;调整小关节的微细异常改变,使寰枢椎的错位得到复位。20例青少年患者均取得疗效。患者经治疗症状消失后,可通过康复运动、保健操等加强颈部肌肉强化练习以保持稳定性。

参考文献

- [1]国家中医药管理局. 中医病症诊断疗效标准[S]. 南京:南京大学出版社,1994:186-189.
- [2]睦承志·王彦伟,肖红,等. 青少年期颈椎病发病原因初探[J]. 中国中医骨伤科杂志,2005,13(1):55-56.
- [3]孙星标. 仰卧牵引整复手法治疗青少年症状性颈椎曲度异常体会[J]. 现代中西医结合杂志,2005,14(15):2037-2038.

* 上海市第一人民医院(200080)