

# 手法配合中药治疗第三腰椎横突综合征

石普斌<sup>1</sup>, 洪明飞<sup>1</sup>, 王巧珍<sup>2</sup>

(1. 浙江省台州市中医院, 浙江 台州 318000; 2. 浙江省台州市中心医院, 浙江 台州 318000)

**关键词** 第三腰椎横突综合征 肌肉骨骼手法 中药疗法

第三腰椎横突综合征是以第三腰椎横突部明显压痛为特征的慢性腰痛, 为常见病、多发病。2002 年 7 月至 2009 年 2 月, 笔者采用手法配合中药治疗第三腰椎横突综合征患者 127 例, 疗效满意, 现总结报告如下。

## 1 临床资料

本组 127 例, 男 104 例, 女 23 例; 年龄 18 ~ 60 岁, 平均 36 岁; 病程最长 8 年, 最短 20 d, 平均 9 个月; 单侧患病 102 例, 双侧患病 25 例; 有明显外伤史者 60 例, 有劳损史者 45 例, 无明显诱因者 22 例; 单纯腰痛者 50 例, 腰臀痛和(或)大腿外侧放射痛者 77 例。患侧第三腰椎横突尖部均有明显压痛, 腰肌紧张度明显增高。腰椎正侧位 X 线片示: 第三腰椎横突过长或左右不对称者 65 例, 向后倾斜 8 例, 无异常者 54 例。

## 2 治疗方法

**2.1 手法治疗** ①腰部放松法: 患者俯卧位, 医者站于患者患侧, 用手掌或大鱼际从患者第 10 胸椎平面起, 自上而下轻快、反复按揉棘肌和第三腰椎横突周围的软组织, 动作宜轻柔, 时间约 10 min, 以局部痉挛肌肉充分放松为度。②点按镇痛法: 拇指点按患侧肾俞、大肠俞、环跳、委中和承山穴, 每穴点按 1 min。③弹拨理筋法: 医者用大拇指指腹在患者第三腰椎横突处或条索状硬结处垂直方向施以柔和弹拨法松解粘连, 弹拨由浅入深, 由轻到重, 以患者能忍受为度, 然后顺肌纤维方向理筋, 时间约 3 min。④斜扳法: 患者健侧卧位, 医者一手抵住患者肩部, 另一手中指抵住偏歪的棘突, 并用肘抵住臀部, 将患者腰部旋转至最大限度后, 嘱患者腰部放松, 同时手、肘作相反方向的扳动, 听到腰椎关节的弹响即可, 动作快速轻巧。⑤脊柱按压法: 医者双手拇指置于患者腰 1 至腰 5 的夹脊穴上, 从上往下按压, 然后用拇指弹拨臀部有压

痛感的条索状物, 时间约 3 min, 以达酸胀感为度。⑥腰骶部擦法: 医者用掌跟沿患者夹脊穴、膀胱经方向, 从上而下施行擦法, 以透热为度。以上手法治疗均为每日 1 次, 5 次为 1 个疗程。

**2.2 中药内服** 丹参、杜仲、熟地、鸡血藤各 20 g, 香附、川芎、川牛膝、当归各 10 g, 制乳香、制没药各 9 g, 透骨草、木瓜各 25 g。疼痛甚者加白芍、延胡索各 15 g, 气虚加黄芪 20 g、白术 12 g。水煎每天 1 剂, 分 2 次温服, 5 d 为 1 个疗程。

## 3 治疗结果

本组 127 例, 治疗时间 1 ~ 4 个疗程。均于治疗后按《中医病证诊断疗效标准》<sup>[1]</sup> 评定: 其中治愈 105 例, 占 82.7%; 好转 15 例, 占 11.8%; 未愈 7 例, 占 5.5%; 总有效率为 94.5%。

## 4 讨论

第三腰椎横突综合征属于中医学“痹证”范畴, 主要因为腰部劳损闪挫, 腰椎失养, 寒湿袭腰, 损伤经脉气血, 导致局部经络气血阻滞不通, 瘀血留滞腰部而疼痛。现代医学认为第三腰椎位于腰椎生理性前凸顶部, 是腰椎屈伸旋转的活动枢纽, 第三腰椎横突较其他腰椎横突长, 上有腰大肌、腰方肌起点, 并附有腹横肌、背阔肌的深筋膜, 当腰腹部肌肉强力收缩时, 第三腰椎横突部的应力最大, 易发生脊柱力学失衡, 造成一侧或双侧横突受牵拉力加重, 附着在该横突部的肌肉、韧带等软组织承受的拉力亦大, 所以极易造成损伤<sup>[2]</sup>。这些损伤的软组织使局部神经卡压, 血液供应不充分, 代谢产物堆积, 进而产生局部无菌性炎症, 刺激神经末梢引起疼痛<sup>[3]</sup>。

本病治疗当以活血止痛、舒筋通络、理筋整复为本。点按肾俞、大肠俞、环跳、委中、承山穴, 可疏经止痛。手法弹拨理筋, 有利于松弛紧张痉挛的肌肉, 顺筋归位, 松解粘连。斜扳法可以直接、间接作用于脊柱、脊柱两侧臀部肌群及腰背筋膜, 缓解腰椎横突、棘

- [1] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准[S]. 南京: 南京大学出版社, 1994: 202-203.
- [2] 张伯勋, 王岩. 现代颈肩腰腿痛诊断与治疗学[M]. 北京: 人民军医出版社, 2004: 536.
- [3] 杨步能. 综合疗法治疗第三腰椎横突综合征 240 例[J]. 中医正骨, 2009, 21(11): 61-62.
- [4] 毛雄伟, 王爱红, 徐有水. 推拿治疗第三腰椎横突综合征 78 例[J]. 山东中医杂志, 2010, 29(3): 184.
- [5] 韦礼贵. 横突周围阻滞并手法治疗 L<sub>3</sub> 横突综合征[J]. 中医正骨, 2007, 19(9): 57-58.

(2010-08-10 收稿 2010-09-06 修回)

问卷回收:请您将填好的问卷以word文档的方式发送至《中医正骨》编辑部办公邮箱 zyzg1989@126.com, 文件名称请统一设置为“您的姓名+读者问卷调查”。您也可以将此问卷打印出来后填写, 并将填好的问卷邮寄至本刊编辑部。本问卷下载地址: <http://www.zyzgzz.cn> 首页的下载专区。本刊编辑部地址: 河南省洛阳市启明南路82号, 邮编471002。