

# 内服自制展筋活血药酒配合手法按摩治疗网球肘

王锦伟, 慈晓杰

(山东省文登整骨医院, 山东 文登 264400)

关键词 网球肘 按摩 展筋活血药酒

肱骨外上髁炎, 俗称“网球肘”, 是肱骨外上髁伸肌总腱处慢性损伤性肌筋膜炎, 以肱骨外上髁部局限性疼痛、伸腕和前臂旋转功能障碍为主要特征。该病多发生于反复作前臂旋转、用力伸腕、伸屈肘关节的中青年人, 如网球运动员、钳工、厨师等, 近年来长时间玩电子游戏的青少年和一些办公室工作人员亦成为本病的高发人群<sup>[1]</sup>。2008 年 2 月至 2010 年 8 月, 我们采用内服自制展筋活血药酒配合手法按摩治疗肱骨外上髁炎患者 78 例, 取得了良好的疗效, 现报告如下。

## 1 临床资料

**1.1 一般资料** 本组 78 例, 男 57 例, 女 21 例。年龄 18~66 岁, 平均 40 岁。左侧肱骨外上髁炎 19 例, 右侧肱骨外上髁炎 59 例, 均为单侧发病。X 线片示: 77 例无阳性表现, 1 例肱骨外上髁处可见钙化阴影。病程 15 d 至 2 年, 平均 5 个月。

**1.2 临床表现** ①肘关节外侧局限性疼痛, 工作时加重, 且疼痛逐渐转为持续性。②仅在肱骨外上髁处有局限性、极敏锐的压痛, 局部软组织无明显肿胀, 皮肤无炎症反应。③部分患者患侧手部握力减弱, 轻者不敢拧物, 重者提物时有突然“失力感”<sup>[2]</sup>。④伸肌腱牵拉实验 (Mills 征) 阳性: 伸肘、握拳、屈腕, 然后前臂旋前, 此时肘关节外侧出现疼痛。

## 2 方法

**2.1 内服展筋活血药酒** 展筋活血药酒为本院自制制剂 (鲁药制 ZBZ0794), 方药组成: 乌梢蛇 100 g、制川乌 100 g、全蝎 50 g、黄芪 200 g、骨碎补 150 g、牛膝 150 g、鸡血藤 300 g、木瓜 150 g、麻黄 50 g、川芎 150 g、防风 150 g。制法: 上药用浓度 56% 的白酒浸泡 3~4 周后, 用无菌棉纱反复滤过沉渣制成。每次口服 20~30 mL, 每日 2 次, 2 周为 1 个疗程。

**2.2 手法按摩** 患者取坐位, 患肘置于桌上, 肘下垫枕。术者先用拇指轻揉患者肘部痛点及周围约 2 cm

范围至发热, 约 5 min 左右; 再用滚法自上而下滚患部 20 遍, 弹拨法用拇指向后弹拨痛点 20 遍; 然后用拇指点按患侧缺盆、合谷、曲池、手三里等穴, 以“得气”为度; 最后用擦法擦患肘外侧及前臂伸腕肌群, 以“透热”为度, 再将肘关节被动屈伸数次放松。每日按摩 1 次, 2 周为 1 个疗程。

## 3 结果

**3.1 疗效评定标准** 参照《中医病证诊断疗效标准》<sup>[3]</sup> 制定以下疗效标准。治愈: 肘部压痛消失, 无活动痛, 恢复正常工作。显效: 肘部压痛明显减轻, 无活动痛, 但持久工作后仍感疼痛。好转: 肘部压痛仍存在, 活动痛消失, 但工作时仍感疼痛。无效: 连续治疗 2 个疗程后症状及体征均无变化。

**3.2 疗效评定结果** 本组患者治疗 2 个疗程后, 按上述标准评定疗效, 结果治愈 76 例, 显效 2 例。

## 4 讨论

肱骨外上髁处是前臂伸肌总腱的起点, 当长期反复作前臂旋转、用力伸腕、伸屈肘关节的动作时, 会对伸肌总腱起点产生较大的张力。当张力打破伸屈肌应力平衡时, 使前臂伸肌总腱在其骨附着处发生急性或慢性损伤, 而损伤将引起局部出血并继发周围组织炎性粘连, 久之将造成前臂伸肌总腱的部分撕裂、钙化、无菌性坏死及深部滑囊炎和环状韧带的退行性改变<sup>[4]</sup>, 这些均能引起肱骨外上髁处的长期慢性疼痛。本病属中医“痹证”范畴, 治宜舒筋通络、活血止痛。内服展筋活血药酒可以达到舒筋、活血、追风、散寒之功效; 配合局部揉、滚、弹、按、擦等按摩法, 可以解除血管及神经束的卡压及粘连, 进一步改善局部血供, 疏通经络。该法内外兼治, 相得益彰。对痛点进行局部封闭虽抑制了局部疼痛, 但无法从根本上解除血管及神经束的卡压及粘连。而采用内服自制展筋活血药酒配合手法按摩进行治疗, 可以解决局部封闭治疗治标不治本且易复发的问题。但是, 采 (下转第 47 页)