

· 名老中医经验菁华 ·

## 邓福树教授治疗腰骶小关节综合征的三步整复法

姜德友, 邓洁初

(黑龙江中医药大学, 黑龙江 哈尔滨 150040)

**摘 要** 龙江医派杰出医家、已故名老中医邓福树教授从医 30 余年, 对骨伤科疾病的治疗具有丰富的临床经验。他在广泛继承前人经验的基础上, 通过大量的医疗实践, 探索出了一种操作简便、安全有效的治疗腰骶小关节综合征的三步整复法。本文就三步整复法作简单介绍。

**关键词** 舒筋整复手法 腰骶小关节综合征 三步整复法 邓福树 中医学术发掘

龙江医派杰出医家、已故名老中医邓福树 (1936—2002 年) 教授从医 30 余年, 对骨伤科疾病的治疗具有丰富的临床经验<sup>[1-4]</sup>。他在广泛继承前人经验的基础上, 通过大量的医疗实践, 探索出了一种操作简便、安全有效的治疗腰骶小关节综合征的三步整复法。兹将三步整复法整理、简述于下, 以飨同道。

## 1 三步整复法的操作步骤

**1.1 第 1 步** 以患者左侧卧位为例。嘱其双手交叉抱肩, 左侧下肢伸直, 右侧髋、膝关节尽量屈曲。术者立于患者腹侧, 右手或肘放于患者右肩部, 用力向患者背侧推; 左手放于患者屈曲的膝关节外侧面, 用力向患者前内侧按压。当听到腰骶关节处有弹响声时, 嘱患者改为右侧卧位。术者立于原位以相反的手法或仍立于患者的腹侧以相同的手法重复上述动作。

**1.2 第 2 步** 嘱患者改为仰卧位, 双下肢并拢, 大幅度地屈曲双侧髋、膝关节。术者一手握住患者双侧踝关节, 另一手放于其膝关节前部, 双手同时用力, 加大双侧髋、膝关节的屈曲度, 直至使患者臀部离开床面。然后术者再抱住患者双侧小腿做顺时针和逆时针方向的旋转运动, 以带动双侧髋关节及骨盆的左、右摆动。

**1.3 第 3 步** 嘱患者改为俯卧位, 双下肢伸直, 双上肢充分向上伸展, 抓住床头。第 1 助手双手把持患者腋窝处向头端牵拉, 第 2、第 3 助手分别握住患者左、右侧下肢向足端牵拉。在对抗牵引的基础上, 术者双手重叠放于患者腰骶部, 用力向其腹侧方向进行颤压, 3~5 min 后停止。

## 2 体 会

腰骶小关节综合征又称腰骶小关节滑膜嵌顿, 若能得到及时而正确的治疗, 均能收到良好的疗效。

邓福树教授认为, 采用三步整复法治疗腰骶小关节综合征之前, 首先要搞清腰骶小关节综合征的机理。他认为, 该病主要是由于间接的牵拉、扭转, 引起腰骶小关节囊、滑膜及关节软骨面的扭伤, 继而关节囊、韧带发生退行性改变; 另外, 也有部分患者在无明显外伤诱因下, 逐渐出现腰痛, 呈劳损样改变。该病以腰痛为主要症状, 腰部活动后加重, 尤其不能后伸, 压痛点常在患侧椎体旁 1.5~2 cm 处, 一般没有明显的放射痛。该病的特点是腰椎不能后伸, 压痛点局限。腰扭伤患者常常表现为腰椎不能前屈, 腰椎后伸位活动后腰痛减轻。腰肌筋膜炎患者压痛点广泛, 腰椎活动后常能减轻疼痛。腰间盘突出症患者, 腰椎前屈、后伸均受限, 并常伴随下肢的放射性疼痛、麻木及腱反射异常。

邓福树教授治疗腰骶小关节综合征的第 1 步手法可以通过腰骶部绕脊柱纵轴的旋转力, 使左、右侧腰骶小关节间隙在水平方向上增大, 并使关节囊拉紧。第 2 步手法可以通过横轴上的旋转力, 使腰骶小关节关节囊后部分拉紧。第 3 步手法可以使双侧腰骶小关节间隙沿纵轴方向增大, 关节囊被拉紧; 术者向腹部颤压用力, 可以使扭错的小关节渐渐复位。三步整复手法的连续使用, 可以矫正腰骶小关节面之间的位置异常, 并可夹嵌的关节囊拉出展平。

临床上采用上述三步整复法治疗单纯腰骶小关节综合征, 收到了满意的疗效。但是, 也有少数腰骶小关节综合征患者, 因关节囊的创伤性 (下转第 80 页)

基金项目: 黑龙江省中医药管理局项目 (ZHY12-Z095)

通讯作者: 姜德友 E-mail: jiangdeyou@126.com

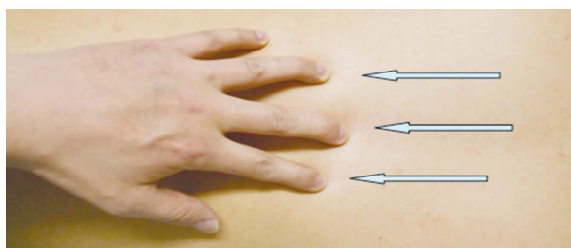


图 4 度伤理筋法

据患者病情的轻重、体质的强弱及对疼痛的耐受程度决定手法的力量和持续时间。伤后 1~5 d, 属急性期, 局部肿胀明显, 手法宜轻, 时间宜短; 伤后 6~15 d, 肿胀基本消退, 应采用由轻度至中等强度的手法按摩; 伤后 15 d 以上, 肿胀完全消退, 应采用由中等至较重程度的手法按摩; 对慢性、顽固性损伤, 可适当加重手法, 但应避免加重损伤。对于局部创面未愈合或创面初愈瘢痕柔嫩者、局部皮肤有水疱者及湿疹用药后皮肤发白者, 应禁止采用刘氏“三指按摩”手法。此外, 刘氏“三指按摩”手法还要求术者应具备强壮的体质和一定的指力, 这样才能做到稳健匀称、柔中有刚、强劲持久、运用自如。

### 3 刘氏“三指按摩”手法的临床应用举隅

患者, 女, 52 岁, 因“右腕受伤 7 周, 局部酸痛”前来

(上接第 78 页) 炎症反应, 采用三步整复法治疗后腰部仍遗留轻度疼痛, 但卧床休息几天后即可缓解。另外, 由于该手法力度大及操作活动范围大, 对合并其他腰椎疾病患者应禁用。

### 3 参考文献

- [1] 何镇邦, 侯福兴. 中国百科专家人物传集[M]. 北京: 中国人事出版社, 1997: 118.

就诊。患者 7 周前跌倒致右桡骨远端骨折, 外院给予手法复位石膏外固定 6 周后, 复查 X 线片显示骨折线模糊, 拆除石膏外固定, 但右腕仍感酸痛, 遂来我院就诊。查体: 右腕中度肿胀; 腕关节轻度桡偏, 背伸 20°、掌屈 30°, 旋前 50°、旋后 30°; 右手手指屈曲明显受限, 不能握拳。治疗方法: 先以右手示指、中指、环指的指腹沿患侧腕部抚摩, 诊察病情; 继以食指、中指、环指的指腹着力于患处, 经腕背至掌背顺序移动按擦、揉摩, 反复 30~40 次, 至患者感觉腕部有温热感; 用中指指腹点压硬结或条索状物, 每次 10~20 s, 反复 3 次, 力量以患者能耐受为度。隔日治疗 1 次, 治疗 2 周后, 患者右腕肿胀基本消退, 腕关节背伸 50°、掌屈 45°、旋前 70°、旋后 60°, 手指屈曲功能恢复正常, 握拳自如。

### 4 参考文献

- [1] 刘秉夫. 伤科指要[M]. 上海: 上海中医药大学出版社, 2007: 38-41.
- [2] 邱寿良. 刘氏伤科手法治疗“筋出槽, 骨错缝”的体会[J]. 云南中医中药杂志, 2009, 30(6): 11.
- [3] 费季翔, 桑信, 施婷. 实用推拿手法图解[M]. 上海: 上海翻译出版公司, 1990.

(2013-04-10 收稿 2013-05-08 修回)

- [2] 宋一同. 当代中国骨伤人才[M]. 北京: 中国中医药出版社, 1991: 94.
- [3] 刁文生, 宋兆芹. 黑龙江名医录[M]. 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 1992: 93-94.
- [4] 张政, 卢芳. 黑龙江名中医[M]. 哈尔滨: 哈尔滨出版社, 1995: 20-22.

(2013-01-10 收稿 2013-02-16 修回)

### · 简 讯 ·

#### 《中国中医药图书情报杂志》2014 年征稿启事

经有关部门批准,《中国医学文摘-中医》已更名为《中国中医药图书情报杂志》, 仍由国家中医药管理局主管, 中国中医科学院中医药信息研究所主办。办刊宗旨为贯彻党和国家的卫生工作方针政策, 传播中医药图书情报的基础理论、方法技术和实践应用, 为中医药图书情报研究人员提供学术交流的平台。主要报道中医药图书情报方面的最新研究进展、科研教学成果, 以及新技术、新方法在中医药图书情报领域的应用, 促进中医药信息学学科的学术交流及人才培养。

《中国中医药图书情报杂志》主要栏目: 知识服务, 信息技术与信息服务, 文献研究, 古籍论坛, 数字图书馆, 图书馆建设, 数据挖掘, 情报分析与研究, 资源建设, 信息标准, 学科建设, 中医医院信息管理, 教学园地, 专题论坛, 综述等。主要报道方向: ① 中医药图书馆学方面的研究: 包括文献信息资源的研究, 传统图书馆的工作及建设, 数字图书馆建设, 网站建设, 多媒体资源建设, 古籍全文图像的数字化研究, 档案学研究及档案信息资源的管理、开发等。② 中医药情报研究: 包括中医药情报的传播、交流、利用、贮存和检索; 中医药情报的标准与规范; 情报经济学与社会学, 专利情报与知识产权; 现代化信息技术和手段在科学情报领域的应用等。③ 中医药信息研究: 包括中医药数据挖掘, 基于数据的新药辅助研发, 中医医院管理系统及电子病历, 中医药信息标准化建设等。欢迎广大作者踊跃投稿!

编辑部地址: 北京市东城区东直门内南小街甲 16 号中国中医科学院中医药信息研究所 邮政编码: 100700

联系电话: 010-64014411-3212 传真: (010)64058131 <http://tsqb.cintcm.com> E-mail: [tsqb@mail.cintcm.ac.cn](mailto:tsqb@mail.cintcm.ac.cn)