

# 筋针疗法治疗腰背肌筋膜炎

庞青民, 赵欲晓

(郑州大学附属郑州中心医院, 河南 郑州 450007)

**摘要** **目的:**探讨筋针疗法治疗腰背肌筋膜炎的临床疗效和安全性。**方法:**2015 年 10 月至 2016 年 10 月,采用筋针疗法治疗腰背肌筋膜炎患者 30 例。男 17 例,女 13 例。年龄 23~59 岁,中位数 41 岁。病程 1~7 个月,中位数 4 个月。每天治疗 1 次,5 次为 1 个疗程,疗程间隔 3 d,共 2 个疗程。治疗后观察疼痛改善及并发症发生情况,并于治疗 2 个疗程后采用《经筋理论与临床疼痛诊疗学》中腰背肌筋膜炎的疗效评定标准评价疗效。**结果:**所有患者均获随访,随访时间 1~3 个月,中位数 2 个月。腰背疼痛视觉模拟量表(visual analog scale, VAS)评分由治疗前( $5.66 \pm 0.78$ )分降至治疗后即刻( $3.10 \pm 1.05$ )分、治疗 2 个疗程后( $2.02 \pm 1.23$ )分。治疗 2 个疗程后,治愈 9 例、显效 18 例、有效 2 例、无效 1 例。治疗期间均无感染等并发症发生。**结论:**采用筋针疗法治疗腰背肌筋膜炎,能缓解腰背部疼痛,促进腰背部功能恢复,并发症少,值得临床推广应用。

**关键词** 筋膜炎;针刺疗法;腰背肌;筋针

腰背肌筋膜炎是一种慢性劳损性疾病,多因寒冷、潮湿、慢性劳损而使腰背部肌组织、肌筋膜发生水肿、渗出及纤维性变,从而出现腰背部酸困、弥漫性钝痛、肌肉痉挛和活动受限等一系列临床症状<sup>[1]</sup>。腰背肌筋膜炎由于外感风寒、长期劳累负重,特别是一些单调、反复的动作,常常可诱发急性发作。2015 年 10 月至 2016 年 10 月,我们采用筋针疗法治疗腰背肌筋膜炎患者 30 例,现报告如下。

## 1 临床资料

本组 30 例均为郑州大学附属郑州中心医院的门诊患者,男 17 例、女 13 例。年龄 23~59 岁,中位数 41 岁。均符合《中医病证诊断疗效标准》中腰背肌筋膜炎的诊断标准<sup>[2]</sup>,并排除由神经根原发性疾病或脊柱类疾病所引起的腰背部疼痛者或腰椎间盘突出症者。病程 1~7 个月,中位数 4 个月。

## 2 方法

**取穴:**根据腰背部疼痛和活动受限的部位,按照“以痛为输”的取穴原则<sup>[3]</sup>,循经筋走向选取 1~3 个筋结点或压痛点,定为筋穴并做好标记。常规消毒皮肤后,用直径 0.30 mm、长 40 mm 的杏林牌一次性筋针于所取筋穴处沿皮肤平刺,进针 25~30 mm,以患者无明显针感为宜;同时嘱患者活动疼痛部位,若患者疼痛无明显减轻,则调整进针方向和角度,待患者疼痛减轻后,留针 15~20 min,期间配合活动疼痛部位。每天治疗 1 次,5 次为 1 个疗程,疗程间隔 3 d,共 2 个疗程。

## 3 结果

**3.1 疗效评价标准** 采用《经筋理论与临床疼痛诊疗学》中腰背肌筋膜炎的疗效评定标准<sup>[4]</sup>评价疗效。治愈:疼痛消失,活动自如,能正常工作;显效:疼痛明显减轻,无明显活动受限,虽有轻度疼痛,但不影响工作;有效:疼痛和活动受限有明显改善,但时有反复,外感风寒或劳累后会加重;无效:治疗后疼痛和活动受限均无明显改善。

**3.2 疗效评价结果** 本组患者均获随访,随访时间 1~3 个月,中位数 2 个月。腰背疼痛视觉模拟量表(visual analog scale, VAS)评分<sup>[5]</sup>由治疗前( $5.66 \pm 0.78$ )分降至治疗后即刻( $3.10 \pm 1.05$ )分、治疗 2 个疗程后( $2.02 \pm 1.23$ )分。治疗 2 个疗程后按照上述疗效标准评价疗效,本组治愈 9 例、显效 18 例、有效 2 例、无效 1 例。治疗期间均无感染等并发症发生。

## 4 讨论

腰背肌筋膜炎为临床上多发病、常见病,其临床表现为腰背部、臀部弥漫性钝痛,并常能在广泛的痛区明确指出最痛点,有时可在深部触及大小不等的硬结。临床上治疗该病常用的治疗方法主要包括口服肌肉松弛药、非甾类消炎药、苯二氮卓类药、镇痛药等药物<sup>[6-7]</sup>,以及针灸、推拿、理疗等非药物疗法。口服上述药物可达到止痛的目的,但常会反复发作而形成“筋结”,因此如何快速有效消除“筋结”,避免复发,已成为治疗腰背肌筋膜炎的重点<sup>[8]</sup>。该病属中医“经筋痹”范畴,经筋类似于皮下浅深筋膜,与卫气密切相

关。该病多因感受风寒湿邪或劳累,使筋膜中经气气血运行不畅,气血瘀滞,不通则痛;治疗当宣发卫气、疏通经络、行气活血,从而达到通则不痛的目的<sup>[9]</sup>。

筋针疗法是刘农虞教授通过研习《内经》中的经筋理论,并结合自己 30 余年的针灸临床实践逐步提炼而研创的一种新型针刺疗法<sup>[10]</sup>。该法是以经筋理论为指导,以“以痛为输”“以结为输”“以舒为输”为取穴原则,以特制的针具浅刺皮下,“无感得气”<sup>[11-12]</sup>,激发卫气<sup>[13]</sup>,舒筋散结,从而速治筋性痹病、筋性腔病和筋性窍病的一种独特的针刺疗法<sup>[14]</sup>。该疗法因进针时的痛感及针感小,安全性高,且所需针灸针的数量也较少,能消除患者对针痛、得气感的恐惧,所以患者易于接受,更适合现代人对针刺治疗的需求。用筋针浅刺皮肤,可以宣发卫气、疏通经络、行气活血,从而达到减轻疼痛的目的<sup>[15]</sup>。

本组患者治疗结果显示,采用筋针疗法治疗腰背肌筋膜炎,能缓解腰背部疼痛,促进腰背部功能恢复,并发症少,值得临床推广应用。

## 5 参考文献

- [1] 覃兴乐,张宝燕,苏霞辉,等. 松筋针与小针刀治疗慢性腰臀部肌筋膜炎临床研究[J]. 中国现代医生, 2008, 46(21): 129-130.
- [2] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准[M]. 南京: 南京大学出版社, 1994: 200.
- [3] 刘农虞. 析“以痛为输”[J]. 针灸临床杂志, 2014, 30(2): 55-57.
- [4] 薛立功,张海荣. 经筋理论与临床疼痛诊疗学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2002: 68.
- [5] 谭冠先. 疼痛诊疗学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2000: 123.
- [6] CHANDANWALE AS, CHOPRA A, GOREGAONKAR A, et al. Evaluation of eperisone hydrochloride in the treatment of acute musculoskeletal spasm associated with low back pain: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial[J]. J Postgrad Med, 2011, 57(4): 278-285.
- [7] BHATTARAI S, CHHETRI HP, ALAM K, et al. A study on factors affecting low back pain and safety and efficacy of NSAIDs in acute low back pain in a tertiary care hospital of Western Nepal[J]. J Clin Diagn Res, 2013, 7(12): 2752-2758.
- [8] 孙武,朱立国,高景华,等. 手法松解联合盐酸乙哌立松片口服治疗腰背肌筋膜炎的临床研究[J]. 中医正骨, 2016, 28(9): 23-26.
- [9] 陈世寅,薛亮,罗勇,等. 走罐加中药奄包治疗腰背肌筋膜炎的疗效观察[J]. 实用医院临床杂志, 2015, 12(1): 144-145.
- [10] 丁皞. 刘农虞教授筋针学术思想[J]. 中国针灸, 2015, 35(10): 56-57.
- [11] 刘农虞. “得气”与“气至”[J]. 中国针灸, 2014, 34(8): 828-830.
- [12] 赵京生. “针游于巷”正义[J]. 四川中医, 1990, 9(4): 3-4.
- [13] 刘农虞. 经筋与卫气[J]. 中国针灸, 2015, 35(2): 185-188.
- [14] 岑康远. 筋针疗法临床应用特点浅析[J]. 中国针灸, 2015, 35(10): 38-39.
- [15] 刘农虞,任天培,向宇. “筋针”对软组织损伤即刻镇痛效果临床观察[J]. 中国针灸, 2015, 35(9): 927-929.

(2016-12-18 收稿 2017-01-25 修回)

## · 简 讯 ·

### 《中医正骨》2017 年征订启事

《中医正骨》杂志[CN 41-1162/R, ISSN 1001-6015]是由国家中医药管理局主管、河南省正骨研究院与中华中医药学会联合主办的中医骨伤科学术性期刊,也是《中国学术期刊影响因子年报》统计源期刊、全国中医药优秀期刊、波兰《哥白尼索引》收录期刊,由我国中医药界首位“白求恩奖章”获得者、首批国家级非物质文化遗产项目——中医正骨疗法的代表性传承人之一、洛阳平乐郭氏正骨第六代传人郭维淮主任医师担任主编,创刊于 1989 年。

《中医正骨》具有中医特色突出、临床实用性强、办刊定位准确、发行量大、图文并茂等特点,办刊宗旨是:突出中医骨伤特色,反映学术进展,交流新经验,报道新成果,传递新信息,为促进中医骨伤科现代化服务。

该刊为月刊,大 16 开本,84 页,国内外公开发行,每月 20 日出版,铜版纸彩色印刷,每期定价 RMB 15.00 元,全年定价 RMB 180.00 元。国内读者请继续到当地邮政分公司订阅,邮发代号:36-129;国外读者请与中国国际图书贸易集团有限公司联系(邮政编码:100048,北京 399 信箱,国外代号:M 4182)。创办近 30 年的《中医正骨》杂志将继续坚持办刊宗旨,为广大读者、作者提供更加充足、快捷的科技信息。

编辑部地址:河南省洛阳市瀍河区启明南路 82 号 邮政编码:471002

联系电话:0379-63551943 或 63546705

http://www.zygzgzz.com

E-mail:zyzg1989@126.com

欢 迎 订 阅

欢 迎 投 稿