

# 脊柱绷拉摇晃手法治疗腰椎关节突关节紊乱

孙洪林

(河南省郑州市中医院, 河南 郑州 450007)

**摘要** 目的:探讨脊柱绷拉摇晃手法治疗腰椎关节突关节紊乱的临床疗效。方法:2014 年 5 月至 2016 年 5 月,采用脊柱绷拉摇晃手法治疗腰椎关节突关节紊乱患者 40 例,男 35 例、女 5 例;年龄 22~62 岁,中位数 40 岁。病变节段, L<sub>3-4</sub> 9 例、L<sub>4-5</sub> 21 例、L<sub>5</sub>S<sub>1</sub> 10 例。病程 1 h 至 7 d,中位数 3 d。治疗后观察患者腰痛缓解和腰椎功能恢复情况。结果:本组 40 例患者治疗结束后,腰部疼痛消失、活动不受限 31 例,腰部疼痛减轻、活动略受限 6 例,症状无改善或改善不明显 3 例。结论:脊柱绷拉摇晃手法治疗腰椎关节突关节紊乱,可缓解腰部疼痛,促进腰椎功能恢复。

**关键词** 腰椎关节紊乱;椎关节突关节;腰椎;肌肉骨骼手法

腰椎关节突关节紊乱是指由于外力作用导致腰椎关节突关节发生微小移位或滑膜嵌顿而引起的以腰部疼痛、功能障碍为主要表现的一种疾病<sup>[1]</sup>。传统腰椎斜扳法治疗腰椎关节突关节紊乱可取得一定疗效,但斜扳的幅度、用力的方向和大小、作用力点、操作时患者腰椎的伸屈程度、侧弯方向等操作技巧较难掌握<sup>[2]</sup>。2014 年 5 月至 2016 年 5 月,笔者采用脊柱绷拉摇晃手法治疗腰椎关节突关节紊乱患者 40 例,现报告如下。

## 1 临床资料

本组 40 例均为在河南省郑州市中医院门诊治疗的腰椎关节突关节紊乱患者,男 35 例、女 5 例;年龄 22~62 岁,中位数 40 岁。均有急性腰部胀痛、病变节段棘突周围压痛等表现。病变节段:L<sub>3-4</sub> 9 例, L<sub>4-5</sub> 21 例, L<sub>5</sub>S<sub>1</sub> 10 例。病程 1 h 至 7 d,中位数 3 d。

## 2 方法

患者俯卧位,先用揉、按手法放松腰部肌肉,然后术者一手向下抵住病变节段上位腰椎,另一手提起患者双侧足跟并向足跟方向牵拉,使下肢离开床面 20°~30°,腰部绷紧,快速抖动下肢,同时借力横向摇晃腰部约 1 min,以听见“咔哒”声或感到抵住上位腰椎的手下有错动感为复位成功。再次揉、按腰部肌肉进行放松。然后让患者下床,做腰部左右旋转、弯腰及下蹲、起立等动作。腰痛未明显缓解或消失者,重复上述手法 1 次。

## 3 结果

治疗结束后,参照杜春林等<sup>[3]</sup>制定的腰椎小关节紊乱疗效标准评定疗效:痊愈,腰部疼痛消失,活动不受限;好转,腰部疼痛减轻,活动略受限;未愈,症状无

改善或改善不明显。本组 40 例患者,治愈 31 例、好转 6 例、未愈 3 例。

## 4 讨论

腰椎关节突关节的方向性特点使得腰椎旋转活动的范围较小,当腰椎运动节段轴向旋转范围>3°,即可能造成关节突的破坏<sup>[4]</sup>。因此,急性腰扭伤临床多表现为腰部肌肉损伤和腰椎关节突关节紊乱<sup>[5]</sup>。腰部旋转活动时,关节突关节间隙增大,关节内产生负压,吸入滑膜导致滑膜嵌顿是腰椎关节突关节紊乱发生的主要机制<sup>[6]</sup>。而滑膜嵌顿、关节突关节错位引起腰部疼痛及活动受限,可激发腰部肌肉保护性痉挛,痉挛的肌肉可对关节突错位进行有效的保持,从而产生恶性循环。

脊柱关节突关节紊乱属中医学“筋出槽,骨错缝”的范畴,手法治疗是此类疾病主要的治疗方法之一<sup>[7-10]</sup>。手法治疗腰椎关节突关节紊乱主要通过将错位的关节突关节复原,解除滑膜嵌顿,缓解或消除关节囊软组织所受的刺激,从而达到治疗的目的<sup>[11]</sup>。脊柱绷拉摇晃手法治疗腰椎关节突关节紊乱,先用揉、按手法放松腰部肌肉,缓解肌肉痉挛,再牵拉下肢绷紧腰部,扩大关节间隙,并通过横向摇晃使交锁的关节突关节回到正常的位置,以解除关节囊和滑膜的受压状态。

本组患者治疗结果表明,脊柱绷拉摇晃手法治疗腰椎关节突关节紊乱,可缓解腰部疼痛,促进腰椎功能恢复。

## 5 参考文献

- [1] 郎伯旭,朱昌勤. 定点斜扳法治疗上腰椎后关节紊乱症 120 例临床观察[J]. 按摩与导引, 2003, 19(2): 17-18.

(下转第 36 页)

(上接第 33 页)

- [2] 张睿,李可大. 腰椎定点牵扳法治疗腰椎关节突关节紊乱症 170 例[J]. 中医正骨,2015,27(5):68-69.
- [3] 杜春林,王庆普,黄沪,等. 腰椎小关节紊乱症临床症状与影像学相关性的研究[J]. 中国中医骨伤科杂志,2010,18(10):20-21.
- [4] 胡有谷. 腰椎间盘突出症[M]. 北京:人民卫生出版社,1995:99-117.
- [5] 秦雪飞,王泉巖,熊定邦,等. 中药涂擦按摩配合电针治疗腰椎关节突关节紊乱[J]. 中医正骨,2014,26(8):32-33.
- [6] 付玉平,严清毕. 仰卧自主旋转复位法治疗胸腰椎后关节紊乱初探[J]. 湖北中医杂志,2014,36(11):64.
- [7] 傅鸿亮,刘坤. 定点旋推复位手法治疗腰椎后关节功能紊乱症 98 例[J]. 现代中医药,2012,32(6):35-36.
- [8] 刘建军. 手法治疗胸椎后关节紊乱症 30 例[J]. 中医外治杂志,2010,19(2):25.
- [9] 张荣凯,陈少明,欧金环,等. 牵引配合手法复位治疗腰椎关节突关节紊乱 56 例临床观察[J]. 颈腰痛杂志,2009,30(4):348-350.
- [10] 刘益善,范宇,郭伟. 手法治疗伴有类冠心病症状的胸椎后关节紊乱症[J]. 中国骨伤,2010,23(2):95-97.
- [11] 张海生. 腰椎关节突关节紊乱症的临床表现及牵引、手法复位治疗的疗效及机制分析[J]. 临床医药文献电子杂志,2015,2(16):3189.

(2016-12-23 收稿 2017-02-28 修回)