

· 流派菁华 ·

## 平乐正骨平衡理论在膝骨关节炎防治中的应用

王敬威<sup>1</sup>, 高山<sup>2</sup>, 孙乾坤<sup>2</sup>, 郭珈宜<sup>2</sup>, 郭艳幸<sup>2</sup>

(1. 河南中医药大学, 河南 郑州 450046;

2. 河南省洛阳正骨医院/河南省骨科医院, 河南 洛阳 471002)

**摘要** 平乐正骨是我国中医骨伤学科中有较大影响的正骨流派, 平衡理论是平乐正骨学术思想体系的基础。平乐正骨平衡理论注重气血共调、筋骨互用、动静互补、五脏协调、形神统一、天人合一、标本兼顾、起居有常及膳食平衡; 对于膝骨关节炎的防治, 平乐正骨主要以气血辨证为纲, 注重筋骨并重及合理的功能锻炼, 强调对患者情志的疏导和膳食起居的调护。本文对平乐正骨平衡理论在膝骨关节炎防治中的应用进行了总结。

**关键词** 骨关节炎; 膝; 中医流派; 平乐正骨; 平衡理论

平乐正骨是中医学的一朵奇葩, 目前已成为我国中医骨伤学科中有较大影响的正骨流派<sup>[1]</sup>。平衡理论是平乐正骨学术思想体系的基础, 是关于人体生理与病理、健康与疾病关系的一种辨证理论, 认为健康之法, 本于平衡而守于平衡, 治伤之要, 着眼于平衡, 而求于平衡<sup>[2]</sup>。膝骨关节炎是中老年人的一种常见病, 可严重影响患者工作生活, 致残率可达 53%<sup>[3]</sup>。该病属中医“痹证”范畴, 是中医骨伤科治疗的优势病种之一<sup>[4]</sup>, 病因病机多虚实错杂, 以肝肾渐损、脾常不足为虚, 以痰瘀、血瘀、外邪留而不去, 闭阻筋脉为实, 与劳损外伤、情志、膳食起居息息相关<sup>[5]</sup>。平乐正骨平衡理论注重气血共调、筋骨互用、动静互补、五脏协调、形神统一、天人合一、标本兼顾、起居有常及膳食平衡; 对于膝骨关节炎的防治, 平乐正骨主要以气血辨证为纲, 注重筋骨并重及合理的功能锻炼, 强调对患者情志的疏导及膳食起居的调护。笔者对平乐正骨平衡理论在膝骨关节炎防治中的应用进行了总结。

## 1 气血共调, 濡养脏腑调阴阳

《素问·调经论》曰“人之所有者, 血与气耳。”气是人生命活动的根本动力, 血则是生命活动的主要物质基础<sup>[6]</sup>。平乐正骨气血共调平衡理论认为气血是人体生命活动之总纲, 也是伤科病机之总纲, 损伤首犯气血, 气血乱则伤病生, 伤科疾病的辨证论治核心就是调理气血至平衡状态<sup>[7-8]</sup>。保持气血共调使五

脏复和、阴阳复秘、正气复固, 是平乐正骨治疗伤科疾病的总则, 膝骨关节炎的病因病机以气血失衡、脏腑失和为本, 经脉痹阻、筋骨失养为标, 外邪侵袭为重要致病因素, 治疗以气血辨证为纲。平乐正骨传承药养血止痛汤, 方中包括白芍、生地、丹参、鸡血藤、香附、乌药、怀牛膝、桂枝、甘草等, 诸药合用可使气虚得补、血虚得养, 有益气活血、疏通经络、濡养筋脉的功效, 可有效缓解膝骨关节炎患者疼痛及膝关节活动受限症状。

## 2 筋骨互用, 固护根本促健康

筋骨是人体复杂而平衡的运动系统的总称。筋是机体除骨以外的肌肉、肌腱韧带、筋膜、神经、血管等组织的总称, 遍布人体, 附着于骨之上, 可联关节, 支配运动, 通气血, 濡养、保护骨骼。骨为全身之支架, 外可支持形体, 内可保护脏腑, 为筋起止的地方。平乐正骨平衡理论认为, 筋骨协调是保持关节运动动态平衡的基础, 筋与骨的动态平衡关系体现在伤科疾病诊疗的各个阶段, 筋骨平衡则筋与骨互存互用、筋强骨健, 筋骨失衡则筋损骨弱、筋骨同病<sup>[9]</sup>。而筋的生理活动及病理修复需肝血的濡养调节, 骨的生长、发育、修复均有赖于肾之精气的濡养。鉴于筋骨、肝肾之间的密切关系, 治筋病要注意护骨、补肾, 治骨病不忘护柔筋、补肝<sup>[10]</sup>。膝骨关节炎病变在筋骨, 根本在肝肾, 而邪留日久不去, 致五脏失衡, 肝肾益损<sup>[11]</sup>。独活寄生汤方中杜仲、牛膝、桑寄生补养肝肾, 独活、防风、秦艽、细辛、肉桂祛风除湿、散寒止痛, 人参、茯苓、甘草、当归、地黄补益气血, 是治疗膝骨关节炎的常用方<sup>[12]</sup>, 配合针灸和平乐正骨推拿手法舒筋活络,

基金项目: 国家中医药管理局“全国中医学术流派传承工作建设项目”(国中医药人教函[2012]228 号); 河南省中医药科学研究专项课题(2015ZY02069)

通讯作者: 郭艳幸 E-mail: lysygyx@gmail.com

可取得满意疗效。

### 3 动静互补,通利气血畅心神

平乐正骨平衡理论认为动与静对立统一,互补互用,动中有静,静中有动,相对平衡,动静平衡是筋强骨健的前提条件,动静失衡则是影响伤科疾病康复的重要因素<sup>[13]</sup>。“动使气血通,静则筋骨养”,平乐正骨平衡理论认为因人而异把握治疗的时机、力度,动静互补,动则促进气血的运行,静则有益于筋骨的休养,利于伤科疾病的康复<sup>[14]</sup>。“动静结合,气血则活”是平乐正骨动静互补平衡理论对膝关节炎治疗的高度概括。而“动”有内动外动之分,“静”有内静外静之别。外动与外静指形体动静平衡,膝关节炎患者进行必要的膝关节功能锻炼,不仅可以疏通经络,松解关节周围黏连的组织,还可增强膝部周围肌肉的力量,防止局部肌肉萎缩和膝关节拘挛,但活动要在一定范围内,不宜过度劳累、过度负重,要使膝关节在静息状态下得到修复。而内动与内静则体现在心神层面,动则运气调息,静则舒畅心神,心神的动静平衡,可使全身气机通畅、气血调和,从而利于疾病的康复。坚持形体和心神的动静平衡,调形要配合调神,形神互助,可加快膝关节炎的治疗。

### 4 天人合一,膳食得宜居有常

平乐正骨平衡理论重视局部与整体、内在因素与外在因素的相互联系及环境、情志、社会与创伤的相互关系,认为人与气候、季节、环境协调统一,只有天人相互协调、维持动态平衡才是保证健康的重要前提,内外失调、违逆四时、或社会环境不良,均可导致天人失调、和谐关系遭到破坏,最终导致人体气血失和、筋骨失衡,伤科诸症遂生<sup>[15-16]</sup>。膝关节炎的治疗不但要整体辨证,而且要遵循因时、因地、因人制宜的原则,注重患者膳食起居的调护,从而有效缓解膝关节炎的症状,提高患者的生活质量。

### 5 典型病例

患者,女,52岁,农民,绝经3年。以“5个月前无明显诱因出现右膝肿痛,活动受限,行走困难”为主诉就诊。曾接受过针灸、中药熏洗及药物口服和静脉滴注治疗,症状有所改善,但1周前劳累后右膝肿痛加重。体格检查:右侧膝关节肿胀,皮温稍高,髌骨边缘及膝关节间隙广泛压痛,髌骨研磨试验阳性,浮髌试验阳性,麦氏征阳性,关节活动度伸直 $5^{\circ}$ 、屈曲 $110^{\circ}$ ,极度屈曲时疼痛加重。X线检查示右侧膝关节退行

性改变,髌骨软化,髌上囊肿胀,髌下脂肪垫区有密度增高影。诊断:右侧膝关节骨关节炎。治疗以培补肝肾,舒筋活络止痛为主:①养血止痛方加减(药物组成包括白芍15g、生地12g、丹参15g、鸡血藤12g、香附10g、乌药10g、怀牛膝15g、桂枝10g、甘草12g等),每日1剂,水煎,早晚各1次口服,共服7d。硫酸氨基葡萄糖钾胶囊24mg口服,每日3次,共服12周。②中药封包(药物组成包括鸡血藤12g、制川乌12g、当归12g、芍药12g等)热敷,每日2次,每次20min,共敷2周。③射频电疗,频率2000Hz,每日2次,每次20min,共治疗2周。④膝关节屈伸功能锻炼,范围以患者无痛为度,每次15组,每日3次。⑤戴护膝,注意保暖。治疗12周后,患者症状明显缓解。

### 6 参考文献

- [1] 陈利国,杜天信,孙永强,等.平乐正骨渊源考证[J].中医正骨,2016,28(5):74-78.
- [2] 郭珈宜,崔宏勋,郭马珑,等.平乐郭氏正骨流派学术思想的传承与创新[J].中医正骨,2015,27(1):71-74.
- [3] 中华医学会风湿病学分会.骨关节炎诊治指南(草案)[J].中华风湿病学杂志,2003,7(11):702-704.
- [4] 中国中医药研究促进会骨科专业委员会,中国中西医结合学会骨伤科专业委员会关节工作委员会.膝关节炎中医诊疗专家共识(2015年版)[J].中医正骨,2015,27(7):4-5.
- [5] 刘斌,郭珈宜,李峰,等.郭艳幸教授诊疗膝骨性关节炎经验[J].中医学报,2016,31(12):1916-1918.
- [6] 丁继华.再谈气血学说[J].中医正骨,2004,16(1):51-52.
- [7] 孙贵香,郭艳幸,何清湖,等.平乐正骨气血共调平衡论——平乐正骨理论体系之平衡理论研究(一)[J].中医正骨,2012,24(9):70-72.
- [8] 程森永,郭艳幸,郭珈宜.郭艳幸气血共调平衡思想在颈椎病治疗中的应用[J].中华中医药杂志(原中国医药学报),2016,31(2):530-532.
- [9] 孙贵香,郭艳幸,何清湖,等.平乐正骨筋骨互用平衡论——平乐正骨理论体系之平衡理论研究(二)[J].中医正骨,2012,24(10):73-77.
- [10] 张锐,朱小磊,郭艳幸.郭艳幸教授平衡理论论治强直性脊柱炎经验[J].风湿病与关节炎,2016,5(1):41-43.
- [11] 李宁,王拥军.施杞从肝肾论治膝骨性关节炎[J].中医杂志,2013,54(3):197-200.
- [12] 苟培军,艾有利.独活寄生汤在骨科疾病治疗中的应用[J].中医正骨,2014,26(12):56-58.

(下转第69页)

(上接第 65 页)

- [13] 孙贵香,郭艳幸,何清湖,等.平乐正骨动静互补平衡论——平乐正骨理论体系之平衡理论研究(三)[J].中医正骨,2012,24(11):65-69.
- [14] 刘源,郭艳幸,郭珈宜.郭艳幸平衡理论论治早期股骨头坏死[J].世界中西医结合杂志,2016,11(11):1516-1519.

- [15] 孙贵香,郭艳幸,何清湖,等.平乐正骨天人合一平衡论——平乐正骨理论体系之平衡理论研究(六)[J].中医正骨,2013,25(2):69-73.
- [16] 刘斌,郭艳幸,郭珈宜.平乐正骨治疗慢性膝关节滑膜炎经验荟萃[J].世界中西医结合杂志,2016,11(2):242-244.

(2017-01-05 收稿 2017-02-28 修回)