

## · 学术探讨 ·

## 基于“筋骨失衡,以筋为先”理念探讨颈型颈椎病的治疗

杨超,吕立江,王玮娃,王晟,韩笑,陈家正

(浙江中医药大学第三临床医学院,浙江 杭州 310053)

**摘要** “筋柔骨正”是维持颈椎内外平衡的重要机理。颈部经筋系统受到风寒湿等外邪侵袭后,经络阻塞,气机不得宣畅,引起肌肉挛缩或松弛无力,而致关节活动不利,肢体功能障碍,出现“骨错缝”的病理状态,这是颈型颈椎病发病的根本病机,即“筋骨失衡,以筋为先”。因此,在治疗颈型颈椎病时应跳出中医整脊学中“错缝-复位”的观念,先治筋、再调骨。本文基于“筋骨失衡,以筋为先”理念探讨了颈型颈椎病的治疗。

**关键词** 颈椎病;经筋理论;筋;筋骨失衡;学术探讨

近年来随着电子设备的普及和生活节奏的加快,颈椎病的发生率越来越高,并有年轻化的趋势<sup>[1]</sup>。颈型颈椎病主要以颈部症状为主,一般无肢体麻木、步行障碍等症状,是颈椎病中最轻的一型,也是最常见、最容易诊断的一种颈椎病,但是若不及早重视和治疗,病情就会加重,影响患者的生活质量<sup>[2]</sup>。目前临床上治疗颈型颈椎病的方法多种多样,其作用机理以及临床效果也有所不同。但大部分医生多注重调节骨错缝问题,往往忽视筋的问题,这与颈型颈椎病发病的机理相违背。该病属中医学“痹证”“项强”等范畴。“筋柔骨正”是维持颈椎内外平衡的重要机制。颈部经筋系统受到风寒湿等外邪侵袭,经络阻塞,气机不得宣畅,引起肌肉挛缩或松弛无力,而致关节活动不利,肢体功能障碍,出现“骨错缝”的病理状态,这是颈型颈椎病发病的根本病机,即“筋骨失衡,以筋为先”。为了科学地应用经筋理论治疗颈型颈椎病,现基于“筋骨失衡,以筋为先”理念对颈型颈椎病的治疗探讨如下。

## 1 内外平衡,颈椎稳定

人体脊柱依靠椎体、椎间盘叠成竹节样的形态,并由肌肉和韧带紧连,共同维系脊柱的稳定性<sup>[3]</sup>。颈椎上接颅骨、下接胸椎,在整个脊柱系统中,颈椎的活动性最大,稳定性最差,这些解剖结构的特殊性决定了其生物力学功能上的特殊性。颈椎的生物力学平衡主要由椎体、椎间盘和韧带所构成的内源性稳定系统及颈部肌肉群构成的外源性稳定系统共同维持,即“骨正筋柔”的动态稳定<sup>[4]</sup>。传统观念认为,颈椎病

大多是由椎间盘、韧带等退行性改变所致,属于静力性失衡,但是静力性失衡的观念无法解释颈型颈病的发病机理,亦无法解释针对肌肉系统治疗的有效性<sup>[5]</sup>。从力学角度分析,颈椎椎体及椎间盘不能主动运动,颈部肌肉是颈椎活动的动力来源<sup>[6]</sup>。颈椎病发病的重要因素是“外源性失衡”。吴志伟等<sup>[7]</sup>研究证实,颈椎周围肌肉性能降低可导致颈椎外源性稳定的破坏,并可影响颈椎的内源性稳定,加速颈椎的退变。胡志俊等<sup>[8]</sup>根据脊柱“三柱”理论,提出了“动力失衡为先,静力失衡为主”的“动静力失衡理论”。经筋理论认为经筋是以纵、横、浅、深、点、线、面、体的形式呈现出的三维立体结构,相当于维持脊柱平衡的生物力线<sup>[9]</sup>。一旦经筋系统失衡,颈部肌肉张力减弱、关节囊松弛,颈部力学平衡就会遭到破坏,而这种不平衡又会引起反射性代偿,使病变间隙的稳定性变差<sup>[10]</sup>。筋出槽则不能约束骨骼而保持正常的生理结构,使稳定颈椎的力线结构发生改变,最终出现骨的错位,引起颈椎力学失衡,进而导致颈椎小关节紊乱、骨质增生、颈椎生理曲度变直甚至反弓等一系列临床症状。因此,从生物力学内外平衡的角度剖析“筋骨失衡,以筋为先”,在颈型颈椎病的诊治中具有重要意义。

## 2 追根溯源,经筋为本

《说文解字》对“经筋”的解释为:“经,织也;从糸,至声。”其本意是指织物的纵线<sup>[11]</sup>。“筋”是以十二经脉为纲,以结、聚、散、络的形式联络在骨的周围。张景岳在《类经·十二经筋结支别》中论述到:“经筋联缀百骸,维络周身,各有定位。筋有刚柔,柔者以相维,刚者以束骨”。十二经筋的主要功能是通过束骨的作用来维持四肢骨骼关节的屈伸、内收、外展等各

种功能活动。由此可见,经筋是对现代解剖学中肌肉、肌腱、韧带、滑膜、滑囊、关节囊等组织生理特性的高度概括和总结。经筋的各种功能活动都依赖于经脉气血的滋润及濡养,正如《经筋黄帝内经·太素》中云:“十二经脉主血气,外营头身四肢,内营五脏六腑,十二经筋不入五脏六腑……”。因此经筋为病,筋结必瘀,气血失运,导致经脉不通,而出现“排分肉”“肉裂而痛”,最终形成“迫切为沫”“津液涩渗”的病理改变<sup>[12]</sup>。该病主要表现为软组织挛缩,筋膜表面张力及代偿性增生、肥厚,出现结节或条索状包块等筋结点<sup>[13]</sup>。筋结点在反复劳损的诱因下,形成的骨性赘生物正是《灵枢·刺节真邪》中所论述的“横络”,即“一经上实下虚而不通必有横络盛加于大经也”<sup>[14]</sup>,这与颈型颈椎病的发病机理相吻合。因此,经筋系统既是维系颈椎运动之根本,也是颈椎发病之根源。

### 3 筋骨失衡,筋先受邪

筋的改变是颈型颈椎病发生的始动诱因。在《杂病源流犀烛·筋骨皮毛发病源流》提到:“筋也者,束节络骨,为一身之枢纽,利全身之运动者也”。《灵枢·经脉》指出:“脉为营,筋为刚,骨为干,肉为墙”。筋可约束骨骼,主全身之筋。当肌肉收缩产生的力沿着经筋分布路线传导时,力以关节为枢纽先通过筋,再作用于骨<sup>[15]</sup>。骨靠筋的收缩及舒张完成各项运动,筋靠骨的承载和支撑协助颈椎完成屈伸、侧屈等活动。因此,颈椎的一系列复杂生理活动都需要筋与骨的动态平衡才能维系。筋骨互为一体,相辅相成,不可分割。颈椎的各种运动都是依靠筋的收缩、舒张及骨的支撑作用实现的。在五行学说中,筋为阴,骨为阳,生理上筋与骨相互依存、互根互用、相互制约,共同维持阴平阳秘的动态平衡;病理上筋与骨互相影响,其中筋的作用在维持全身运动和联络四肢百骸中至关重要。若“筋伤”则不能发挥其“束骨、利关节”的作用,病久及骨,阴损及阳,出现椎体不稳、小关节紊乱等表现。骨的失稳又会加重筋的损伤,周而复始,恶性循环,最终出现神经与脊髓卡压等严重后果。在“筋骨失衡”的病理状态中,经筋损伤是疾病发生的首发因素和主要病因<sup>[16]</sup>。筋的病变是颈型颈椎病发生的根源所在。因此,“以筋为先”为临床诊断和治疗颈型颈椎病提供了新的思路。

### 4 手摸心会,动静触诊

颈部筋膜、肌肉、韧带、椎间盘等承受运动应力的

组织会因长期低头等慢性劳损而产生病理性代偿,此种病理性代偿大多会使颈椎局部软组织的结构及形态发生慢性变化,久之颈部经筋系统就会发生纵、挛、弛、翻、卷、离、转、合等各种失调的表现,使“筋束骨”的作用出现紊乱,从而引起椎体间应力松弛及关节间的力学错位,最终导致颈椎生物力学失衡。基于上述病理改变,从动态触诊可感受到关节间的滑动,椎体的旋转,颈椎棘突的生物力线改变,严重者可出现病理性“咔哒声”;从静态触诊可触及两侧颈部肌肉张力不对称以及病变椎体局部明显的条索状硬结、压痛点等,尤其在关节错缝的节段,压痛点更为明显。目前临床上常以 X 线、MRI 检查为主要诊疗依据,但影像学检查通常只能观察颈椎的稳定性及生理曲度等“骨”的改变,对颈椎病早期“筋”的病变不太敏感<sup>[17]</sup>。影像学检查可视为一种辅助诊断手段及与其他疾病相鉴别的一种排除方法。因此,作为临床医生应遵循手摸心会、动静触诊、见微知著、司外揣内、辨证施治的诊疗思想,对疾病进行综合分析并做出准确的预判。正如《医宗金鉴·正骨心法要旨》中所说:“一旦临证,机触于外,巧生于内……虽在肉内,以手扪之,自悉其情。”

### 5 小结

“筋骨失衡,以筋为先”理念为临床医生提供了诊治颈型颈椎病的新思路。在诊治该病时,临床医生应跳出中医整脊学中“错缝-复位”的观念,即只重视“骨”的力学稳定,而不重视“筋”的张力平衡<sup>[18]</sup>;以治筋为首要前提,以“松解经筋以解痉”为治疗原则,最终恢复筋的“主束骨而利机关”的作用;树立“以筋为先”的理念,早期治疗以阻止病情进一步发展。此外,“筋骨失衡,以筋为先”理念也符合中医“治未病”的治疗理念,应引起临床医生的高度重视。

### 6 参考文献

- [1] 王辉. 基于颈椎刚度和 X 线变化对手法治疗颈型颈椎病的临床疗效评价[D]. 北京:中国中医科学院,2017.
- [2] 曹虹,闵利时,徐春巍,等. 颈部联合腰部疗法治疗颈椎病的临床意义[J]. 河北医药,2018,40(3):364-367.
- [3] 朱清广,房敏,洪水棕. “经筋病”和“骨错缝”在颈椎病中的生物力学作用[J]. 北京中医药,2010,29(1):34-36.
- [4] 徐蔚华,马燕红. 颈椎病的生物力学研究概况[J]. 颈腰痛杂志,2013,34(3):245-247.