

基于脏腑理论探讨“新三步八法” 治疗腰椎间盘突出症的特点

李祥雨¹, 姜劲挺², 刘付强¹

(1. 新泰市中医医院, 山东 新泰 271200; 2. 深圳市中医院, 广东 深圳 518033)

摘要 腰椎间盘突出症(lumbar disc herniation, LDH)是骨科常见病和多发病,病情较轻时多首选手法等非手术方法治疗。“新三步八法”来源于宋贵杰教授治疗 LDH 的“三步三位法”,是治疗 LDH 的有效方法。本文概述了 LDH 的病因病机,简要介绍了“新三步八法”治疗 LDH 的操作方法,以脏腑理论为基础对“新三步八法”治疗 LDH 的特点进行了探讨。

关键词 椎间盘移位;腰椎;推拿疗法;脏腑辨证

腰椎间盘突出症(lumbar disc herniation, LDH)是骨科常见病和多发病,以椎间盘退变、纤维环破裂、髓核突出刺激或压迫神经根为主要病理表现,以腰腿痛为主要临床表现^[1]。LDH 的治疗方法较多,病情较轻时多首选手法、针灸等非手术方法治疗,可以有效缓解疼痛症状。中医学认为,LDH 的发生与脏腑失衡有关,因此单纯从缓解疼痛方面进行手法治疗无法保证远期疗效。我们通过临床实践发现,手法治疗 LDH 不应仅局限于腰椎,而是要在脏腑理论指导下进行整体治疗。我们在宋贵杰教授治疗 LDH 的“三步三位法”的基础上总结出了“新三步八法”,前期的相关研究表明“新三步八法”治疗 LDH 的效果良好^[2-3]。本文以脏腑理论为基础,对“新三步八法”治疗 LDH 的特点总结如下。

1 LDH 的病因病机

LDH 属于中医学“痹证”“腰痛”范畴。痹证的发生与风寒湿三气有关,具有病情缠绵,症状易于复发等特点。《诸病源候论》载:“夫劳伤之人,肾气虚损,而肾主腰脚,其经贯肾络脊,风邪乘虚卒入肾经,故卒然而患腰痛。”由此可知,LDH 的发生还与肾气亏虚有关。肝肾同源,肝肾亏虚日久可使脾失健运,造成筋骨失养,出现“不荣则痛”^[4]。此外,久病正气不足,可使瘀血阻滞经络,出现腰腿疼痛或腿部麻木^[5]。

2 “新三步八法”治疗 LDH 的操作方法

治疗前,根据患者的体格检查和影像学检查结果评估病情,制定手法治疗方案。

2.1 俯卧位手法 患者取俯卧位,术者立于患者一侧。分别于患侧腰骶部和对侧腰骶部由下向上行推摩手法,连续操作 3~5 次,使局部肌肉处于放松状态。揉按腰部和颈部的肌肉,同时寻找压痛点。先于压痛点行点按手法,再于颈部行旋颈推肩手法(颈部两侧各一次)。由 L₃₋₄ 椎间隙向下沿足太阳膀胱经循行路线依次进行点按、提拿、弹拨手法操作。屈曲患侧膝关节,内收、外展小腿后行牵抖手法。两名助手分别把持患者的腋部、踝部行对抗牵引,术者双手重叠掌根部置于患椎,于患者呼气时按压患椎,连续操作 5~10 次。

2.2 侧卧位手法 患者取侧卧位,患侧向上。术者于患者背侧双手扶髋,助手于患者腹侧双手扶肩,术者与助手同时适度用力行对向推旋腰椎手法。术者一手握膝一手扶臀,逆时针旋摇髋关节,并弹拨环跳穴,放松臀部肌肉。于患者呼气时行屈膝屈髋扳腿推腰手法。上述手法均连续操作 5~7 次。

2.3 仰卧位手法 患者取仰卧位,术者立于患侧。术者双手分别把持膝关节和踝关节,先屈膝屈髋,再外旋伸直下肢(外旋时沿足厥阴肝经循行路线由上向下点按、提拿、弹拨内收肌群),然后屈膝屈髋,最后内旋伸直下肢,连续操作 5~7 次。上述手法操作完成后,以放松手法结束治疗。

3 “新三步八法”治疗 LDH 的特点

3.1 将手法与触诊相结合 “新三步八法”中的起始手法是推摩和揉按,这两种手法均属于放松类手法,主要作用是放松局部肌肉,其次可以缓解患者的紧张情绪。推摩和揉按是治疗 LDH 的常用手法^[6-9],其具体操作方法与触诊的操作方法有相同之处,因此可

将这两种手法与触诊相结合,在进行手法操作的同时采集患者的局部信息,如寻找压痛点或挛缩点、评估肌张力、检查放射痛等。“手摸心会”是正骨八法之一,强调了触诊的重要性^[10-11]。《医宗金鉴·正骨心法要旨》载:“盖一身之骨体,既非一致,而十二经筋之罗列序属,又各不同,故必素知其体相,识其部位,一旦临证,机触于外,巧生于内,手随心转,法从手出。”推摩手法与脊柱触诊的三指触诊方法类似,揉按手法与双拇指脊柱触诊法相似^[12]。临床将推摩手法与触诊相结合,可以进一步了解患者的具体病情,有助于制定合适的手法治疗方案^[13-14]。

3.2 注重手法补泻 推拿疗法中不同的手法操作有相应的补泻作用,这也是推拿疗法的关键所在^[15-19]。有关手法补泻的常见说法有“左转补兮,右转泻”“急摩为泻,缓摩为补”等。此外,顺经脉施术为补、逆经脉施术为泻,施术时间久者为补、短者为泻^[20-21]。“新三步八法”治疗 LDH,注重在辨证的基础上灵活运用补泻手法。

3.3 将疏肝补肾贯穿整个治疗过程 LDH 的发生与肝、脾、肾关系密切,因此 LDH 的治疗应以疏肝补肾为主,兼以健脾和中^[22]。我们认为,手法治疗 LDH,应将疏肝补肾贯穿于疾病的整个治疗过程。“新三步八法”治疗 LDH,均沿足太阳膀胱经和足厥阴肝经的循行路线由上而下进行点按、提拿和弹拨,但是具体作用却不同。足太阳膀胱经多气多血,顺应经脉的循行方向进行点按、提拿和弹拨,属于补法。足太阳膀胱经与足少阴肾经互为表里,采用补的手法作用于足太阳膀胱经,可起到调理足少阴肾经的作用,能够达到温补肾阳的目的。肾俞穴和委中穴均为足太阳膀胱经上的穴位,其中肾俞穴也是补肾要穴,对肾俞穴和委中穴进行点按,可使命门之火旺盛,肾阳充足,骨健筋强。沿足厥阴肝经的循行路线由上而下进行点按、提拿和弹拨,是逆经络循行方向施术,属于泻法,可以起到疏肝泻火的作用。疏泻肝经郁火可使肝经气机调畅,从而达到治疗“筋病”的目的^[22]。环跳穴是足少阳胆经上的穴位,也是足太阳膀胱经与足少阳胆经的交汇穴,《铜人腧穴针灸图经》载其可以治疗“腰胯痛不得转侧”。足少阳胆经与足厥阴肝经互为表里,点按环跳穴也可以起到调畅肝经气血的作用。

3.4 将健脾和中作为治疗关键 脾主肌肉,为后天之本。《素问·玉机真藏论》载“脾为孤脏,中央土以

灌四傍”,提示脾内养五脏六腑,外养四肢百骸、皮毛筋肉。中医药治疗 LDH,多强调对脾的调护^[23]。脾气健运,才能使机体气血充足,肌肉充盈,筋脉得养。由于 LDH 的发生与脾虚有关,我们在应用“新三步八法”治疗 LDH 时注重将健脾和中作为手法治疗的关键。如屈膝屈髋扳腿推腰手法,可以使作用力由膝关节向髋关节传导,可以起到调理脾经气血的作用。

3.5 注重辨证论治 人体是一个有机的整体,五脏的病变会相互影响^[24]。LDH 虽然与肝、脾、肾关系密切,但也与其他脏腑有关,因此临床治疗时应注意在辨证论治的基础上顾护其他脏腑。如心阳虚较为显著的 LDH 患者,可在“新三步八法”的基础上加用补小肠的手法。

4 小 结

与传统的“三步三位法”不同,“新三步八法”治疗 LDH 强调通过推摩、揉按手法实现“手摸心会”,并在融合脏腑推拿手法的基础上将经络理论和脏腑理论融入到手法治疗的全过程。此外,“新三步八法”还注重手法补泻,并在辨证论治的基础上运用不同的手法调理脏腑机能。“新三步八法”中的“新”并非单纯的手法治疗方式的改变,而是强调在治疗过程中手法的灵活变通,其目的是提高手法治疗 LDH 的远期疗效。

参考文献

- [1] 贾连顺,程黎明.再论腰椎间盘突出症诊断治疗中的误区[J].中国脊柱脊髓杂志,2000,10(1):5-7.
- [2] 姜劲挺,刘保健,曾昭洋,等.新三步八法治疗腰椎间盘突出症操作方法及其原理探讨[J].卫生职业教育,2007,25(20):146.
- [3] 尹正国,曹林忠,张晓刚,等.宋贵杰教授“三步三位”手法配合药物治疗椎间盘源性下腰痛临床观察[J].中国临床研究,2015,28(3):374-376.
- [4] 宋鹏程,郑吉元.中西医结合治疗骨质疏松并内伤性腰椎间盘突出症的临床疗效[J].中国骨质疏松杂志,2014,20(7):800-803.
- [5] 金宝利.颈腰椎整脊手法对腰椎间盘突出症的腰部功能、伸肌群生物力学特性及疼痛程度的影响[J].颈腰痛杂志,2022,43(5):769-770.
- [6] 王玮,王冬梅,李飞跃,等.伤科手法治疗腰椎间盘突出症的运动学研究[J].中国生物医学工程学报,2016,35(5):541-547.
- [7] 刘祯,吕立江,黄华枝,等.手法治疗腰椎间盘突出症的基础研究进展[J].中医正骨,2022,34(1):66-68.

- [8] 彭思琪,何添艺,曾雯慧,等. 腰椎斜扳手法治疗腰椎间盘突出症的研究进展[J]. 中医正骨, 2022, 34(4): 38-41.
- [9] 赵继荣,冷向阳,薛鹏,等. 中药汤剂口服联合正骨手法治疗腰椎间盘突出症有效性和安全性的 Meta 分析[J]. 中医正骨, 2021, 33(10): 29-35.
- [10] 李晓声,李益亮,马文元,等. 孙达武教授临证七十载学术思想述要——骨伤名师孙达武学术思想与临床经验研究(一)[J]. 湖南中医药大学学报, 2022, 42(5): 701-704.
- [11] 姜劲挺,宋鹏程,安文博,等. 宋贵杰教授中医骨伤科学术思想管窥[J]. 中医学报, 2013, 28(9): 1307-1308.
- [12] 吕智桢,孔令军,房敏. 触诊在脊柱病“筋骨评估”中的重要性[J]. 中医正骨, 2019, 31(5): 18-19.
- [13] 薛彬,刘涛,奚小冰,等. 魏氏二步七法手法对腰椎间盘突出症患者脊柱-骨盆三维影像学参数的影响[J]. 中医杂志, 2023, 64(4): 365-369.
- [14] 姜劲挺,李祥雨,张伦广,等. 基于中医“相数理”逻辑理论浅析“五体辨证”在中医骨伤科中的运用[J]. 辽宁中医杂志, 2018, 45(7): 1391-1393.
- [15] 陈英英,李华南,张玮,等. 津沽脏腑推拿“以脉调气”理论探析[J]. 天津中医药, 2022, 39(1): 40-44.
- [16] 王永乐,沈斌,倪向明,等. 补肾健骨方联合正骨手法治疗腰椎间盘突出症临床研究[J]. 新中医, 2022, 54(18): 84-87.
- [17] 刘志凤,张英琦,于天源,等. 伤科推拿辨证理论的总结与思考[J]. 中华中医药杂志, 2022, 37(1): 65-68.
- [18] 兰向东,杨家祥,韩允,等. 从筋骨肉并重论治膝关节炎[J]. 中医杂志, 2022, 63(8): 52-55.
- [19] 张星贺,邵先桃,狄桦,等. 摩腹方向与手法补泻关系的研究[J]. 时珍国医国药, 2015, 26(9): 2227-2229.
- [20] 季喆,季远,张万里,等. 王国才谈推拿手法的补泻[J]. 山东中医杂志, 2014, 33(12): 1027-1028.
- [21] 张锐. 张汉臣小儿推拿流派学术思想及技法特色介绍[J]. 中华中医药杂志, 2017, 32(2): 502-504.
- [22] 姜劲挺,郑吉元,李振豪,等. 基于“疏肝补肾”法治疗骨质疏松并腰椎间盘突出症的思路探析[J]. 中国中医基础医学杂志, 2017, 23(3): 367-370.
- [23] 梁浩东,潘碧琦,潘建科,等. 刘军教授治疗腰椎间盘突出症的用药规律研究[J]. 中国中医急症, 2016, 25(11): 2042-2045.
- [24] 王英,李燕村,刘晓莹,等. 试从痹证“五体合五脏”论述结缔组织疾病相关性间质性肺疾病的关系[J]. 天津中医药大学学报, 2017, 36(3): 51-52.

(收稿日期:2022-09-16 本文编辑:郭毅曼)

(上接第 57 页)

- [7] 范志勇,李黎,田强,等. 林氏腰椎提拉旋转斜扳手法力学特点分析[J]. 医用生物力学, 2018, 33(1): 70-75.
- [8] DOWNIE A S, VEMULPAD S, BULL P W. Quantifying the high-velocity, low-amplitude spinal manipulative thrust: a systematic review[J]. J Manipulative Physiol Ther, 2010, 33(7): 542-553.
- [9] 刘沛娜,李远明,范志勇. 多点薄膜压力测试系统采集不同扳动方式下侧卧定点踩跷法的力学特征[J]. 中国组织工程研究, 2022, 26(35): 5577-5582.
- [10] 张延海,曹金凤,吕杰,等. 基于多刚体力学模型腰椎推拿斜扳法的优化[J]. 医用生物力学, 2021, 36(2): 277-283.
- [11] 黄萍,卢玄,戚威臣,等. 腰椎小关节紊乱症运动和动力学特征[J]. 国际骨科学杂志, 2022, 43(6): 385-391.
- [12] 任立三,马雪东,白刚田. 腰椎后伸位牵引治疗腰椎间盘突出症[J]. 中华物理医学与康复杂志, 2005, 27(11): 687-688.
- [13] 刘鲲鹏,吉登军,顾非,等. 斜扳法对腰椎间盘突出症患者软组织张力的影响[J]. 上海中医药杂志, 2017, 51(7): 54-56.
- [14] KALICHMAN L, HUNTER D J. Lumbar facet joint osteoarthritis: a review[J]. Semin Arthritis Rheum, 2008, 37(2): 69-80.
- [15] 王伟,周红海,陈龙豪,等. 基于腰部多裂肌的生物力学和病理形态学研究探讨腰部疾患的诊治[J]. 中医正骨, 2022, 34(6): 53-56.
- [16] 张磊,赵道洲,邓强. 赵道洲主任医师手法治疗腰椎小关节紊乱症经验总结[J]. 西部中医药, 2017, 30(1): 34-36.
- [17] 黄金星,谭天林,李晓龙,等. 推拿手法治疗腰椎间盘突出症椎间孔镜术后残余疼痛临床研究[J]. 四川中医, 2022, 40(5): 196-199.
- [18] 张国勇,谢芳,杨琴,等. 子母补泻取穴法针刺联合推拿治疗急性腰椎小关节紊乱的疗效观察及对血清 miR-204、miR-223-5p 水平的影响[J]. 上海针灸杂志, 2023, 42(1): 61-65.
- [19] 姜华伟,裴铁铮. 体外冲击波治疗腰椎小关节紊乱综合征的临床研究[J]. 颈腰痛杂志, 2019, 40(6): 855-856.
- [20] 郭锐伟. 不同作用时间肘按法对慢性腰肌劳损疼痛改善的对比研究[D]. 广州: 广州中医药大学, 2018.

(收稿日期:2022-08-03 本文编辑:时红磊)