

· 名老中医经验菁华 ·

## 国医大师韦贵康治疗非特异性腰痛的经验

韩杰<sup>1</sup>, 张鎏<sup>2</sup>, 徐志为<sup>1</sup>, 宋春霖<sup>2</sup>, 彭清林<sup>2</sup>, 黄桂凤<sup>2</sup>, 杨凌<sup>2</sup>

(1. 广西中医药大学附属瑞康医院, 广西 南宁 530011;

2. 广西中医药大学研究生院, 广西 南宁 530001)

**摘要** 非特异性腰痛是骨伤科临床常见病。国医大师韦贵康教授治疗非特异性腰痛经验丰富, 形成了“主手法、合奇穴、佐中药、练功法”的完备治疗体系。本文总结了韦贵康教授治疗非特异性腰痛的临床经验, 为临床治疗该病提供了参考。

**关键词** 腰痛; 推拿疗法; 阴阳辨证; 五行生克; 穴位, 经外奇穴; 中药; 动功; 名医经验

非特异性腰痛是指病因不明的, 由脊柱特异性疾病以外的原因引起的腰部疼痛与不适, 伴或不伴有大腿牵涉痛<sup>[1]</sup>。腰痛患者中多数为非特异性腰痛<sup>[2-3]</sup>。非特异性腰痛易反复发作, 若不加以干预, 可严重影响患者的身心健康<sup>[4]</sup>。国医大师韦贵康是广西中医药大学终身教授、中国中医科学院学部委员、全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师, 治疗非特异性腰痛经验丰富, 形成了“主手法、合奇穴、佐中药、练功法”的完备治疗体系。本文对韦贵康教授治疗非特异性腰痛的经验进行了总结, 以期为临床治疗该病提供参考。

### 1 主手法

#### 1.1 阴阳手法

《素问·阴阳应象大论》曰:“阴阳者, 天地之道也, 万物之纲纪。”阴阳对立统一是天地万事万物运动的总规律<sup>[5]</sup>。韦贵康教授认为, 疾病在发生发展过程中会出现阴阳的转化, 治疗时应首先辨明阴阳盛衰, 再明确病位、剖析病机, 才能精准施治。阴阳和则筋肉平顺, 阴气聚节不通则筋肉结聚, 阳气散荡不收则肌肉萎纵不收<sup>[6]</sup>。筋肉紧张僵硬痉挛、疼痛明显、病程较短的非特异性腰痛, 多由阴气聚节不通所致; 筋肉痿纵不收、肌力较弱、隐隐作痛、病程较长的非特异性腰痛, 多由阳气散荡不收所致。阴气聚节不通、阳气散荡不收均为阴阳失衡, 治疗应遵循阴病治阳、阳

病治阴的原则。病分阴阳, 手法亦分阴阳, 刚为阳、柔为阴, 阳刚为泻, 阴柔为补。韦贵康教授将弹拨、扳动等刺激性较强的手法归为阳性手法, 将揉、拿、捏等较为柔和的手法归为阴性手法。对于腰背肌肉紧张, 韧带、筋膜等组织出现粘连的非特异性腰痛患者, 宜采用“韦氏治脊十八法”中的活筋松解法、叩击法、斜扳法等刺激性较强的阳性手法, 以达到疏通经络、松解粘连的目的<sup>[7]</sup>。平素体虚的非特异性腰痛患者, 身体机能减弱, 筋肉失养, 肌肉松软无力, 宜采用“韦氏治脊十八法”中的理顺法、调理法等刺激性较小的阴性手法达到调整阴阳的目的<sup>[8]</sup>。

#### 1.2 五行手法

五行手法是以五行生克制化为指导, 采用相应的手法对疾病进行治疗<sup>[9]</sup>。韦贵康教授认为, 弹抖类手法主要作用于筋结, 五行属木; 推挤类手法主要作用于血脉, 五行属火; 捏拿类手法主要作用于肌肉, 五行属土; 摩擦类手法主要作用于皮肤表面, 疏解卫气, 五行属金; 扳压类手法主要作用于骨关节, 五行属水。对于非特异性腰痛患者, 多选择土、木、水类手法。脾主肌肉, 捏拿、揉等土类手法能缓解腰背肌的紧张和痉挛。肝主筋, 弹拨、击打等木类手法可松解肌筋膜及腰背肌、臀中肌等肌肉起止点处的筋结, 疏通经脉。肾主骨, 斜扳等水类手法可纠正长期腰痛患者韧带、肌肉、关节的失衡。韦贵康教授强调, 应用五行手法时也要注重筋、脉、肉、皮、骨之间的关系。如对于气滞血瘀、血脉痹阻不通的非特异性腰痛患者, 治疗时除应用手法疏通血脉、经络外, 还要注意疏解筋结, 筋结疏解则血脉自通。

### 2 合奇穴

《黄帝内经》曰:“气穴所发, 各有处名。”穴位是

基金项目: 广西中医药重点研究室建设项目(桂中医药科教发[2023]9号); 广西青年岐黄学者培养项目(桂中医药科教发[2022]13号); 广西中医药适宜技术开发与推广项目(GZSY21-30); 广西中医药大学高层次人才队伍建设三年行动计划项目(桂中医大党[2022]23号)

通讯作者: 韩杰 E-mail: jham@163.com

气血流注体表的特殊部位,对人体气血的调节具有重要的意义。韦贵康教授总结了相关疾病的 40 个体表反应点、4 条反应线、4 个反应区,称为“韦氏奇穴”<sup>[10-11]</sup>。对于非特异性腰痛患者,伴腹胀、腹痛、大小便异常者,可点按腰上双穴和腰下双穴,以行气散瘀、补肾强督;伴会阴坠胀者,可点按臀中双穴,以解痉散结、舒筋活络;伴髂腰疼痛者,可点按髂前双穴,以通经活络,化瘀散结<sup>[10]</sup>。

### 3 佐中药

韦贵康教授治疗非特异性腰痛,还主张应用中药辅助治疗。如对于有腰痛如刺、痛有定处、日轻夜重等气滞血瘀证表现的患者,以活血散瘀、行气止痛为治法,用痛安汤加减口服<sup>[12]</sup>。伴颈背肩痛者,可加葛根、羌活;伴下肢疼痛者,可加牛膝、桑寄生、牛大力;伴口燥咽干、手足心热者,可合六味地黄汤;伴肢冷畏寒者,可合右归饮。中药外用也是韦贵康教授治疗非特异性腰痛常用的方法。如对于有腰部冷痛、阴冷天加重、转侧不利等寒湿痹阻证表现的患者,以散寒祛湿、消肿止痛为治法,用三路烫疗散加热湿敷患处<sup>[13]</sup>。

### 4 练功法

《黄帝内经》中有导引治疗筋病的记载<sup>[14-15]</sup>。功能锻炼可以改善腰部功能<sup>[16]</sup>。韦贵康教授总结的针对腰部功能锻炼的功法有:①五叶功之长叶式。半蹲,双手自然握拳,双脚与肩同宽,均匀有节律地吸气、屏气、呼气。此功法吐故纳新、舒筋健腰,可锻炼腰部肌肉力量。②五叶功之根叶式。双手叉腰,双脚与肩同宽,身体重心在脚尖与脚跟之间交替。此功法可缓解疲劳,改善局部血液循环。③悬吊功。双手握住单杠,两脚离地,两下肢伸直并略向后伸。此功法可增强脊柱的稳定性,但只适用于体能较强的患者。④三夹功。俯卧,两侧肩胛、大腿及踝关节夹紧,然后上身、上肢、下肢同时向上抬起维持 10 s<sup>[17]</sup>。此功法可增强脊柱的稳定性。

### 5 验案举隅

患者,女,52 岁,以“反复腰痛 1 年余,加重 2 周”为主诉就诊。患者 1 年前无明显诱因出现腰部酸痛,日轻夜重,劳累后疼痛加重,休息后可缓解,无双下肢麻木及放射性疼痛,近 2 周腰痛症状较前加重。纳可,寐差,二便调,舌质暗红,苔薄白,脉涩。体格检查:双侧腰方肌、竖脊肌紧张,腰骶部可触及条索状硬结,直腿抬高试验阴性。X 线片示腰椎生理曲度正

常。MRI 未见脊柱肿瘤、结核及腰椎间盘突出等特异性病理改变。中医诊断:腰痛(气滞血瘀证)。西医诊断:非特异性腰痛。手法治疗:主要选择阳性手法及土、木、水类手法。患者先俯卧位。术者沿患者腰椎两侧膀胱经用掌根揉法、肘揉法、掌推法等手法松解竖脊肌、腰方肌。然后找出患者腰部压痛明显处或条索状结节,手指用力推按、弹拨结节,反复数次,逐渐松解结节、缓解压痛,再以理筋手法顺肌纤维方向进行理顺。患者再改为侧卧位,上侧下肢屈曲,下侧下肢伸直。术者用左肘抵住患者肩前部,右肘抵住患者臀部,两肘向相反方向用力斜扳(当遇到阻力时,加大力量突然扳动)。最后双手自上而下均匀拍打患者腰部,手法治疗结束。手法治疗每次约 30 min,每周 2 次,4 次为 1 个疗程。手法治疗时配合用肘由轻渐重点按腰上双穴、腰下双穴、臀中双穴及阿是穴。中药治疗:治法以活血散瘀、行气止痛、舒筋活络为主,痛安汤(药物组成:丹参 18 g、两面针 12 g、白芍 12 g、三七粉 9 g、降香 9 g、炙甘草 5 g 等)每日 1 剂,水煎,早晚各 1 次口服,1 周为 1 个疗程。嘱患者治疗期间行三夹功及五叶功长叶式、根叶式功法锻炼。手法和中药治疗 2 周后,患者腰部疼痛较前改善,肌肉紧张缓解,舌淡苔白,脉缓,停用中药。继续手法治疗 2 周后,腰痛基本消失。治疗结束后 1 个月随访,患者症状消失,已基本恢复正常工作和生活,嘱患者继续进行功法锻炼。

### 6 小 结

韦贵康教授治疗非特异性腰痛以手法调整为主,配合奇穴点按,佐以中药内服外用,并注重功能锻炼。韦贵康教授将手法分阴阳,并明确了手法的五行归属,充分体现了辨证论治的原则。韦贵康教授治疗非特异性腰痛的经验为临床治疗该病提供了新的思路 and 参考。

### 参考文献

- [1] 顾蕊,王岩,陈伯华. 中国非特异性腰背痛临床诊疗指南[J]. 中国脊柱脊髓杂志, 2022, 32(3): 258-268.
- [2] 杨金龙,严兴科,王皓楷,等. 基于复杂网络探析针灸治疗非特异性腰痛的腧穴配伍规律[J]. 中央民族大学学报(自然科学版), 2023, 32(2): 77-83.
- [3] 梁健,施静,袁昕,等. 核心稳定训练治疗非特异性腰痛的研究进展[J]. 中医正骨, 2021, 33(4): 58-61.
- [4] 陶鹏飞,陈平,张浩,等. 名中医王海东基于“阳急则反折,阴急则俯不伸”治疗非特异性下腰痛经验[J]. 陕西

- 中医, 2023, 44(11): 1613-1616.
- [5] 韩杰, 柴源, 韦贵康, 等. 国医大师韦贵康阴阳五行手法学术理论浅述[J]. 中华中医药杂志, 2022, 37(3): 1434-1437.
- [6] 安连生, 黄有荣. 韦氏骨伤阴阳五行手法[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2018: 2-15.
- [7] 陈小刚, 周红海. 国医大师韦贵康骨伤手法临证经验录[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2018: 59-60.
- [8] 陆延, 周红海, 秦明芳, 等. 国医大师韦贵康阴阳五行手法特点与临床应用举隅[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(9): 5267-5270.
- [9] 田照, 曾平, 徐志为, 等. 韦贵康用韦氏奇穴治疗产后骶髂关节疼痛经验[J]. 中医杂志, 2022, 63(22): 2114-2117.
- [10] 韦贵康, 韦坚, 刘建航, 等. “韦氏奇穴”的分布与应用[J]. 中医正骨, 2013, 25(4): 73-74.
- [11] 章恒, 刘建航. 韦氏骨伤奇穴与奇书[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2019: 7.
- [12] 韦贵康. 国医大师韦贵康验方——痛安汤[J]. 广西中医药, 2022, 45(2): 79-80.
- [13] 韦贵康, 周红海, 林玉屏, 等. 三路烫疗散外用治疗软组织损伤临床研究[J]. 广西中医学院学报, 2002, 5(3): 15-17.
- [14] 陈树东, 林方政, 田瑞敏, 等. 基于“肌肉濡渍”探讨肌少症的中医发病机制及防治措施[J]. 中医正骨, 2023, 35(9): 71-75.
- [15] 薛进旭, 毛慧芳, 李东顶, 等. 《黄帝内经》“和于术数”观探微[J]. 西部中医药, 2023, 36(11): 72-74.
- [16] 杨萌, 张向东, 楚天云, 等. 穴位贴敷联合腰腹肌功能锻炼治疗腰椎间盘突出症寒湿痹阻证[J]. 中医正骨, 2023, 35(4): 70-71.
- [17] 曹亚飞, 高坤, 余伟吉, 等. 韦贵康国医大师手法治疗腰椎间盘突出症的整体观与康复方案[J]. 中医药临床杂志, 2021, 33(11): 2102-2104.
- (收稿日期: 2023-09-08 本文编辑: 杨雅)

(上接第 62 页)

- [71] 张欣, 尚画雨, 王瑞元. Omi/HtrA2 介导的细胞自噬在运动性骨骼肌损伤中的作用[J]. 西安体育学院学报, 2022, 39(1): 104-111.
- [72] 张欣, 李俊平, 王瑞元. 针刺对运动性骨骼肌损伤大鼠细胞自噬及 Omi/HtrA2 通路的影响[J]. 中国运动医学杂志, 2022, 41(8): 625-632.
- (收稿日期: 2023-10-27 本文编辑: 时红磊)

(上接第 65 页)

- [20] LIN T, ZHAO Y, CHEN J, et al. Carboxymethyl chitosan-assisted MnOx nanoparticles: synthesis, characterization, detection and cartilage repair in early osteoarthritis[J]. Carbohydr Polym, 2022, 294: 119821.
- [21] 古丽尼孜尔·吾斯曼, 黄志兰, 伊力亚·阿洪江, 等. 骨关节炎软骨早期 MRI 信号异常与软骨形态学缺损的相关性[J]. 中国骨与关节杂志, 2021, 10(11): 811-815.
- [22] REN B, CHANG Y, LIU R, et al. Clinical phase I/II trial of SVF therapy for cartilage regeneration: a cellular therapy with novel 3D MRI imaging for evaluating chondral defect of knee osteoarthritis[J]. Front Cell Dev Biol, 2023, 11: 1106279.
- [23] 华丹芸, 周吉, 陈斌, 等. 基于核磁共振成像评估针灸治疗膝骨关节炎 30 例临床研究[J]. 陕西中医药大学学报, 2023, 46(3): 95-98.
- [24] 周小元, 周运峰, 许辉. 推拿治疗膝骨关节炎疼痛机制研究进展[J]. 中医学报, 2023, 38(9): 1895-1901.
- [25] 董博, 雷涛. 体外穴位冲击波治疗早期膝骨关节炎的疗效研究[J]. 现代中医药, 2022, 42(1): 108-110.
- [26] 傅聪, 郭运岭, 佟成成, 等. 弹拨牵引松解三部平衡法联合塞来昔布对膝骨关节炎患者膝关节功能及基质金属蛋白酶 3、转化生长因子  $\beta 1$ 、内皮素-1 的影响[J]. 河北中医, 2023, 45(9): 1530-1534.
- [27] XIE R, YAO H, MAO A S, et al. Biomimetic cartilage-lubricating polymers regenerate cartilage in rats with early osteoarthritis[J]. Nat Biomed Eng, 2021, 5(10): 1189-1201.
- [28] 冯程钦, 曾平, 刘金富, 等. 软骨寡聚基质蛋白和 II 型胶原羟基端交联肽作为膝骨关节炎生物标志物的 Meta 分析[J]. 中国老年学杂志, 2021, 41(5): 1013-1021.
- [29] FELEKKIS K, PIERI M, PAPANEPHYTOU C. Exploring the feasibility of circulating mirnas as diagnostic and prognostic biomarkers in osteoarthritis: challenges and opportunities[J]. Int J Mol Sci, 2023, 24(17): 13144.
- [30] 刘娉娉, 周珺贤, 徐健华, 等. 血清 IL-18 与膝骨关节炎关节结构改变相关性研究[J]. 安徽医科大学学报, 2023, 58(11): 1819-1823.
- (收稿日期: 2023-10-29 本文编辑: 时红磊)