

DOI: 10.13703/j.0255-2930.20200308-0004

中图分类号: R 246.2 文献标志码: A

九针围刺法治疗项背肌筋膜炎 28 例

赵红义

(天津中医药大学第一附属医院推拿科, 天津 300193)

[关键词] 项背肌筋膜炎; 痹证; 九针围刺法

项背肌筋膜炎 (fasciitis of nape muscle) 一般是指筋膜、肌肉、肌腱和韧带等软组织的无菌性炎症反应, 以项背部疼痛、僵硬、运动受限及上臂疼痛或乏力等临床症状为主, 其中斜方肌、菱形肌、肩胛提肌等常被累及。笔者应用九针围刺法治疗项背肌筋膜炎 28 例, 现报道如下。

1 临床资料

28 例均为 2018 年 11 月至 2019 年 7 月就诊于天津中医药大学第一附属医院推拿科及针灸科门诊的患者。其中男 12 例, 女 16 例; 年龄 23~56 岁, 平均 (35 ± 1) 岁; 病程 13 d~2 年, 平均 (5.2 ± 1.7) 个月。所有患者符合《中医病证诊断疗效标准》^[1] 中项背肌筋膜炎的中医诊断标准。

2 治疗方法

采用九针围刺法治疗。取穴: 项背部最明显的疼痛点或压痛点 1~2 处。操作: 患者取俯卧位, 局部 75% 乙醇消毒, 选用 0.25 mm × 40 mm 一次性无菌针灸针, 在疼痛点中心直刺 10~25 mm, 捻转提插得气后, 其针刺深度为“地部”; 再在疼痛点边缘 10~15 mm 处呈“十”形刺 4 针, 呈 45° 角向第一针刺入, 进针深度 25~35 mm, 以得气为佳, 其针刺深度为“人部”; 最后再于前 5 针形成的“田”字形四角以 5°~15° 向第一针根部刺入 4 针, 进针深度 15~20 mm, 其针刺深度为“天部”, 见图 1。留针 5~10 min, 起针不按压针孔。针刺隔日 1 次, 3 次为一疗程, 共治疗 1 个疗程。

3 疗效观察

3.1 观察指标

疼痛视觉模拟量表 (visual analogue scale, VAS) 评分^[2]: 画出 10 cm 标尺, 0 cm 表示无痛, 10 cm 表示最剧烈疼痛。让患者在标尺上标出符合自己疼痛强度的位置, 其对应长度数值即为 VAS 评分。分别于治疗前、第 1 次治疗后 30 min、第 3 次治疗后评定。

3.2 疗效评定标准

于第 3 次治疗后参照《中医病证诊断疗效标准》^[1] 评定。治愈: 项背部疼痛、压痛消失, 活动自如, 疼痛 VAS 评分改善率 $\geq 80\%$; 好转: 疼痛、压痛、活动受限减轻, 疼痛 VAS 评分改善率为 $50\% \sim < 80\%$; 无效: 疼痛、压痛、活动受限无明显改善, 疼痛 VAS 评分改善率 $< 50\%$ 。疼痛 VAS 评分改善率 = $[(\text{治疗前 VAS 评分} - \text{第 3 次治疗后 VAS 评分}) \div \text{治疗前 VAS 评分}] \times 100\%$ 。

3.3 治疗结果

第 1 次治疗后 30 min 和第 3 次治疗后 VAS 评分分别为 (4.82 ± 1.03) 分和 (3.31 ± 1.06) 分, 均低于治疗前的 (7.60 ± 1.21) 分 ($P < 0.05$)。28 例患者中, 治愈 20 例, 好转 8 例, 无效 0 例, 有效率为 100.0%。6 个月后电话或微信随访, 均未复发。

4 体会

现代医学研究^[3]认为项背肌筋膜炎是颈项部肌肉劳损以后形成疼痛过敏灶的病理变化, 即所谓的扳机点、触发点、治疗点等, 中医学称为



图 1 项背肌筋膜炎患者针刺治疗

阿是穴。本病属中医学“痹证”范畴, 病因多为外感风寒湿或慢性劳伤致局部气血运行不畅, 气滞血瘀, 经脉痹阻, 不通则痛。日久不愈, 易耗伤气血, 累及肝肾。

笔者应用九针围刺法分三部 (天部、人部、地部) 针刺阿是穴以散瘀滞之血气。“实者泻之”“结者散之”, 达到“通则不痛”的治疗目的。其操作时首针直刺直达病灶地部, 其余 8 针中 4 针向首针针身刺入至人部, 另外 4 针向首针针身刺入至天部, 形成包围克邪之势, 将邪气分别从天人地三部分散。考虑九针围刺法属针灸学泻法范畴, 以散邪、透邪为主导作用, 故本病早期、中期介入治疗效果较佳。本研究结果显示, 九针围刺法能起到即刻镇痛的效果, 第 1 次治疗后 30 min VAS 评分明显降低。九针围刺法治疗项背肌筋膜炎操作便捷, 疗效满意。

参考文献

- [1] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准[M]. 南京: 南京大学出版社, 1994: 200-212.
- [2] 张立生, 刘小立. 现代疼痛学[M]. 石家庄: 河北科学技术出版社, 1999: 3.
- [3] 舒永进. 针刺肌筋膜疼痛触发点联合肌肉牵伸治疗颈肩腰背肌筋膜疼痛综合征的效果评价[J]. 中外医学研究, 2019, 17(35): 159-161.

(收稿日期: 2020-03-08, 编辑: 陈秀云)