

DOI: 10.13703/j.0255-2930.20190424-k0005

中图分类号: R 246.2 文献标志码: A

## 辨经刮痧配合针灸治疗桡骨茎突狭窄性腱鞘炎 30 例

邱春萍<sup>△</sup>, 韦惠宁, 陈惠姣, 许夏懿, 熊 荣, 吴健文<sup>✉</sup>

(广西中医药大学针灸推拿学院, 南宁 530001)

[关键词] 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎; 辨经刮痧; 针灸

桡骨茎突狭窄性腱鞘炎是因拇指长期的屈伸活动, 过度使用拇短伸肌腱与拇长展肌腱, 导致其反复在狭窄的腱鞘内摩擦活动而产生无菌性炎性反应的一种疾病, 是临床上的常见病。笔者采用辨经刮痧配合针灸治疗桡骨茎突狭窄性腱鞘炎, 现报道如下。

### 1 临床资料

30 例均为 2018 年 6 月至 2019 年 3 月广西中医药大学第一附属医院仁爱分院针灸科门诊就诊的桡骨茎突狭窄性腱鞘炎患者。男 5 例, 女 25 例; 年龄 25~47 岁, 平均  $(38 \pm 7)$  岁, 其中 25~39 岁 11 例, 40~45 岁 15 例, >45 岁 4 例; 病程 2 d~1 个月, 平均  $(16.3 \pm 8.3)$  d。诊断标准参照《中医病证诊断疗效标准》<sup>[1]</sup>, 主要临床表现为桡骨茎突部疼痛、肿胀隆起、有压痛, 腕部劳累后或寒冷刺激后疼痛加剧, 局部腱鞘增厚, 握物无力, 活动受限。

### 2 治疗方法

#### 2.1 辨经刮痧

本病病位在前臂桡侧缘, 此为手太阴肺经、手阳明大肠经循行之处, “经脉所过, 主治所及”, 故选取手太阴肺经孔最至鱼际、手阳明大肠经温溜至上廉区段为刮痧部位。嘱患者平卧于治疗床上, 暴露前臂, 常规消毒后, 取适量石蜡油涂抹于刮痧部位, 医者手持刮痧板, 与皮肤呈 45°角, 手法轻重以患者能承受为度。依次从手太阴肺经孔最至鱼际区段、手阳明大肠经温溜至上廉区段行由上往下单方向刮痧, 反复 9~10 次, 不强求出痧。刮痧完毕后, 用无菌棉球将刮痧部位擦拭干净, 再用刮痧板按揉温溜、孔最、阿是穴各 1 min。让患者握拳, 手腕向尺侧屈曲若出现疼痛, 让其维持该角度, 用刮痧板再按揉温溜、孔最各 3 min。

#### 2.2 针灸

取穴: 阿是穴。操作: 嘱患者平卧于治疗床上, 暴露前臂, 常规消毒阿是穴处皮肤后, 采用 0.25 mm×40 mm 一次性针灸针, 直刺 15~20 mm, 得气后, 施平补平泻捻转手法 30 s; 将艾条点燃后插入插签中, 将艾条点燃端对准阿是穴, 距离皮肤 2~3 cm (见图 1), 使局部有温热感而无灼痛为宜, 寻问患者温热感以调整施灸距离, 施灸 30 min。

隔日治疗 1 次, 每周治疗 3 次, 1 周为一疗程, 共治疗 2 个疗程, 随访 1 个月。刮痧结束后, 嘱患者多饮温开水, 注意保暖、避风寒, 4 h 后方可沐浴。治疗期间忌食生冷、辛辣、油腻食物, 且停用与本研究无关的治疗方法。



图 1 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎患者行针灸治疗

### 3 治疗结果

参照《中医病证诊断疗效标准》<sup>[1]</sup>拟定疗效标准。治愈: 桡骨茎突部疼痛、压痛完全消失, 腕部功能恢复, 计 20 例; 好转: 桡骨茎突部疼痛、压痛消失, 腕部有轻微尺偏疼痛或用力时偶有隐痛, 计 8 例; 无效: 桡骨茎突部疼痛无缓解, 计 2 例。有效率为 93.3%。电话随访 1 个月均未复发。

### 4 体会

近年来桡骨茎突狭窄性腱鞘炎的发病率呈现出上升化及低龄化的趋势<sup>[2]</sup>。本病属中医“筋痹”范畴, 多因营卫先虚, 腠理不密, 兼劳伤损及经筋, 寒邪所

✉通信作者: 吴健文, 副教授。E-mail: 76744266@qq.com

△邱春萍, 广西中医药大学硕士研究生。E-mail: 1932232155@qq.com

凑,正气为邪所阻而不能畅行,气血凝滞,不通则痛。治当调和营卫,温经散寒,行气活血。

刮痧疗法有活血化瘀、祛邪排毒、改善微循环等作用,研究<sup>[3]</sup>证明其可对皮肤微循环血流及皮肤组织血管产生不同程度的影响。《素问·痹论》云:“五脏有俞,六腑有合,循脉之分,各有所发,各随其过,则病瘳也。”采用辨经刮痧疗法可行气血、调营卫、疏经络、祛血瘀,达到通则不痛的目的。手太阳肺经与营皆出于中焦,营是水谷精微所化,始传于肺,运行于脉内,布散周身,肺朝百脉,主一身之气,助心行血;手阳明大肠经为多气多血之经,阳明者,为后天之本、气血生化之源、五脏六腑之海,主润宗筋,宗筋主束骨而利关节。手阳明大肠经温溜至上廉区段为拇长展肌、拇短伸肌与拇长伸肌交界之处,且位于肌肉丰隆处,在此区段施治,可疏筋通络,行气血,激发经气直达病所。温溜、孔最分别为大肠经及肺经之郄穴,郄穴为经气深聚之处,有疏利、行气、止痛之功。肺与大肠经

相表里,一阴一阳,互根互用,刚以束骨,柔以维合,刚柔并济,阴阳平衡,以维持关节灵活运动。阿是穴是邪气由表入里的传输途径,是疾病反应点、治病最佳刺激点,针灸之可温通经络,引邪外达,邪去正安而不痛。笔者认为本病病因以“营卫虚,寒邪凑,气血滞”为主,灸之可调和营卫,温经散寒,疏通气血。针灸并用,以达标本兼治之功;平补平泻,可调内外之气,调和营卫。

总之,辨经刮痧配合针灸治疗桡骨茎突狭窄性腱鞘炎疗效迅速,操作简单,患者易于接受,值得临床推广。

### 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: 9-94.
- [2] 王毅, 廖怀章. 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎中西医结合治疗研究进展[J]. 湖南中医杂志, 2018, 34(12): 164-167.
- [3] 田宇瑛, 王莹莹, 罗明富, 等. 刮痧对家兔皮肤血流灌注量及组织形态学影响的比较研究[J]. 中医外治杂志, 2009, 18(6): 8-9.

(收稿日期: 2019-04-24, 编辑: 陈秀云)

### 编辑部在售杂志明细

因编辑部淘宝网店被黑, 现无法正常使用, 购买杂志请直接支付宝转账, 支付宝账号: [zhenjiuguangfa@aliyun.com](mailto:zhenjiuguangfa@aliyun.com), 转账前请先加好友, 以便沟通。现将编辑部出售中的杂志品种附录于后, 欢迎购买! 早年杂志所剩无几, 售完为止, 先到先得!

《中国针灸》杂志 2002-2018 年合订本价目表

合订本	原价 (元/册)	现价 (元/册)	快递费 (元/册)
2002 年	100	80	25
2003-2004 年	120	90	25
2005-2006 年	130	100	25
2007-2008 年	140	110	25
2011、2013 年	170	140	25
2012 年	170	170	25
2014 年(1-12 期)	216	200	25
2015 年(1-12 期)	216	200	25
2017 年	320	320	30
2018 年	320	320	30
2019 年	398	398	0

注: 合订本每年 1 册, 2014-2016 年为单行本, 合订本已售罄。

另出售部分《针刺研究》杂志, 2017 年(1-6 期), 25 元/册; 2018 年(1-12 期), 20 元/册; 2019 年(1-12 期), 25 元/册。

亦可通过邮局汇款购买, 邮编: 100700, 收款人地址: 北京东直门内南小街 16 号, 收款人姓名: 中国针灸编辑部。

联系人: 马兰萍 张新宇 联系电话: 010-84046331, 010-64089349

(本次活动最终解释权归《中国针灸》《针刺研究》编辑部)

《中国针灸》杂志增刊价目表

增刊	原价 (元/册)	现价 (元/册)	邮寄挂号费 (元/册)
2005 年	27	20	3
2007 年	27	20	3
2008 年	30	20	3
2009 年	27	20	3
2010 年	30	20	3
2011 年	30	20	3
2013 年	46	20	3
2015 年	35	20	3



用支付宝扫二维码, 加我好友