

· 针灸经络 ·

李思康运用针灸治疗颈椎病临床经验[※]

● 王永平¹ 李思康^{2▲}

摘要 介绍李思康主任对颈椎病的认识和治疗特色。通过跟师学习针灸治疗颈椎病,观察其临床疗效,并回顾性整理李思康主任临床病案资料、论文,以及平时跟师笔记,总结李思康主任针灸治疗颈椎病的诊治思路和方法,并通过典型案例进行佐证。李思康主任认为颈椎病的病机在于经络痹阻,气血失和,故从“气血”立论,以“宁失其穴,勿失其经”为原则,以足太阳膀胱经颈段经脉作为主要进针点(穴),通过针刺运动疗法,改变以往针刺过程中长期保持头立不动带来的颈部肌肉紧张不适感。并在临床工作过程中反复强调“凡刺之真,必先治神”,达到调身、调息、调心的状态,其经验对临床针灸治疗颈椎病有一定借鉴意义。

关键词 颈椎病;膀胱经;针刺运动疗法;针灸;名医经验;李思康

颈椎病是一种以退行性病理改变为基础的疾患,主要是由于颈椎长期劳损、骨质增生,或椎间盘突出、韧带增厚,致使颈椎脊髓、神经根或椎动脉受压,出现一系列功能障碍的临床综合征^[1]。我国传统医学中没有“颈椎病”的命名及相关定义,但早已有诸多类似于颈椎病的论述,主要见于“肩颈痛”“痹症”“项强”“眩晕”等多个条目之下。针灸在治疗颈椎病方面有一定优势^[2-3]。

李思康主任是安徽省名老中医、安徽省中医药领军人才,从事针灸临床、教学及科研工作近 30 年,积累了丰富的临床经验。李师

擅长运用针灸治疗颈肩腰腿痛、面瘫、面肌痉挛、中风后遗症、肥胖症等,对某些疑难杂症有其独特思路。笔者有幸拜于李师门下,跟师学习,受益匪浅。现将李师对颈椎病的诊治思路及方法总结如下。

1 从“气血”立论

《素问·调经论》曰:“血气不和,百病乃变化而生。”“邪之所侵为血与气;血气乃人之本。”可见气血对于人体的重要性所在,而且疾病的发生与气血失调密切相关。李师认为该病的发生主要由于感受风寒湿邪,邪气侵犯人体经络关节,从而导致人体气血不通畅,此

为不通则痛。《素问·上古天真论》载:“女子……六七,三阳脉衰于上,面皆焦,发始白。丈夫……六八,阳气衰竭于上,面焦,发鬓颁白……”李师又指出 40 岁之前感受邪气,由于机体阳气充足,气血充沛,通过适当调养,较容易恢复;在此之后由于人体阳气渐衰,再者多次受到风寒湿邪侵袭,久病则气血不足,肝肾亏虚,经脉失养,此为不荣则痛。因此外邪侵袭、肝肾亏虚或者跌仆损伤导致气血失调,气虚则推动无力,血瘀滞不行,从而出现“不荣则痛”“不通则痛”等症状体征。

现代医学也认为颈椎病发生的关键因素为颈椎及其多种附属结构退行变性,导致血管痉挛、组织缺血^[4]。王拥军^[5]以椎间盘为观察主体,通过建立动物模型,从组织功能、细胞活性、基因表达三个层次观察了“气血”的功能,发现气血的运行与颈椎病的发生存在

※基金项目 第二届安徽省名中医传承工作室建设项目(No. 卫办秘[2017]546号);安徽省中医药领军人才(No. 中医药发展秘[2018]23号)

▲通讯作者 李思康,男,主任医师,副教授,硕士研究生导师。擅长针灸治疗颈肩腰腿痛、面瘫、面肌痉挛、中风后遗症等常见病及疑难病。E-mail:2648279949@qq.com

• 作者单位 1. 安徽中医药大学(附属)芜湖市中医医院专硕研究生培养基地(安徽芜湖 241000);2. 芜湖市中医医院(安徽 芜湖 241000)

着内在联系。

因此李师认为颈椎病病机多属外邪侵袭,经脉痹阻,导致气血失调,治法当以疏通经络、调养气血为主,正如《灵枢·寿夭刚柔》所曰:“有刺营者,有刺卫者,有刺寒痹之留经者。”“刺营者出血,刺卫者出气,刺寒痹者内热。”针刺正是通过调整人体气血运行,从而达到治疗疾病的目的。

2 针灸取穴以“宁失其穴,勿失其经”为原则

“宁失其穴,勿失其经”出自明·杨继洲《针灸大成·卷二》。其在注解《标幽赋》“速效之功,要交正而识本经”条文时说:“交正者,如大肠与肺为传送之府,心与小肠为受盛之官,脾与胃为消化之官……言能识本经之病,又要认交经正经之理,则针之功必速矣。”故曰:“宁失其穴,勿失其经;宁失其时,勿失其气。”李师强调在临床取穴中,经脉辨证是治疗疾病的基础,循本经取穴是针灸取穴的重中之重,同时可兼选表里经之穴。

2.1 以足太阳膀胱经颈段经脉为主要进针穴(点) 目前多个版本《针灸学》教材在颈椎病的取穴上皆以颈部夹脊穴等为主穴^[6-7]。《伤寒论》曰:“太阳病,项背强几几”;李东垣认为:“脊背项强,颈似折项似拔者,此足太阳经气不通行”;《简明医籍》云:“盖颈项强直,不能回顾,不得转动者,乃风湿之邪,干于足太阳经。”从历代医家的论述中可看出,颈椎病的发生与太阳经气不畅密切相关。因“手足三阳,手走头而头走足,手足三阴,足走腹而胸走手”,按照十二经脉的分布情况来看,“经络所过,主治所及”,因此与颈椎病相关的经脉主要为阳经经脉。因此在这里取

足太阳膀胱经是有充分理论依据的。选穴^[8-9]:取足太阳膀胱经在颈部的经脉,即从天柱穴至大抒穴的连线上取3个点,将其分成4等分,这3个点与天柱、大抒两穴共同作为治疗的5个进针点(穴)。每次治疗根据患者的症状选取其中3个。第一组:如以因头部体位改变而出现眩晕、恶心、头痛及视力减退、耳鸣等症状为主者,取上面3个点(穴);第二组:以颈部不适、肩胛区酸胀、咽喉部干涩疼痛、咽部异物感等症状为主者,取中间3个点(穴);第三组:以颈肩臂疼痛及手指麻木、发冷感、心慌胸闷及心前区隐痛为主者取下面3个点(穴)。

2.2 运用“手三针”治疗上肢功能障碍 对于出现上肢功能障碍的患者,多以“手三针”作为配穴来治疗。“手三针”源自“靳三针”,由合谷、曲池、外关三穴组成,主要用于治疗上肢运动功能障碍的疾病。曲池和合谷是阳明经经穴,《灵枢·终始》曰:“手太阴阳明皆主之。”《标幽赋》云:“况夫阴阳,气血多少为最……气盛血多者,阳明之位。”阳明经多气多血,并行气于三阳,上肢活动与其密切相关。外关为手少阳三焦经的络穴,具有通经活络之效。如此太阳、阳明、少阳三阳经合用,共同起到疏通经络,调养气血的作用。

3 “针刺运动疗法”缓解局部肌紧张

针刺运动疗法^[10]是指患者在接受针刺治疗的同时配合适当的主动运动或被动运动的一种疗法。李师指出,目前在颈椎病的针灸治疗中,患者大多采取头立不动的姿势,这样反而会加重患者颈部肌肉紧张程度,在治疗过程中及治疗后

都会有不适的感觉。李师在前人的基础上,总结出一套独特的针刺运动疗法治疗颈椎病。具体操作如下:患者取坐位,充分暴露颈部,头微微前倾,局部予以常规消毒后,选取合适针具垂直皮肤切面进针,所有针尖方向对准下颌,进针深度0.5~1.2寸,行小幅度提插捻转,当针刺得气后,保持原坐位,嘱咐患者,做左右旋转活动头颈部3次;行小幅度的慢运动,持续时间1分钟左右,病人有运动后轻松舒适的感觉。每5分钟重复一次以上活动,30分钟以左右旋转活动头颈部15~20次为宜。李师指出,针刺运动疗法包括针刺和运动两个治疗因素,因为运动具有疏通经络、缓解痉挛、促进代谢、改善局部循环、恢复运动功能、除病止痛的作用,所以在留针期间配合适当运动,两者协同配合可产生1+1>2的效果。

4 反复强调“凡刺之真,必先治神”

《素问·宝命全形论》曰:“凡刺之真,必先治神,五脏已定,九候已备,后乃存针……乃施于人。”即医者在下针之前,对于五脏虚实情况、寸口脉象变化要了然于心,同时要全面了解经气的往来变化规律,才可施针于病人。《标幽赋》云:“凡刺者,使本神朝而后入;既刺也,使本神定而气随。神不朝而误刺,神已定而可施。”即强调用针者,必须让患者精神已朝,方可施针;等到针刺过后,必须使患者精神已定才能行针。《灵枢·九针十二原》言:“小针之要,易陈而难入。粗守形,上守神。”《灵枢·根结》曰:“用针之要,在于知调阴与阳。调阴与阳,精气乃光,合形与气,使神内藏。”由此可见,古人一直强调

“治神”在疾病治疗过程中的重要性。李师认为“治神”与颈椎病的治疗关系密切,总结起来包括以下两点:(1)调“患者之神”。特别是对于初次接受针灸治疗的患者,医者要有耐心、有责任心,在详细了解病情的前提下,耐心向患者解释其病情,疏导患者紧张的情绪,“问其所苦,以便顺其志”,通过建立起信任感,针刺时患者才会心静神宁。(2)定“医者之神”。这也是针灸医师长期要进行的一项基本训练,即通过对经典进行长期的研读、领会、反思,并通过传统功法练习,不断调身、调息、调心,使人身心达到心境平和、精神安定的一种状态。其中,李师特别强调针灸医师练习气功及指力的重要性,认为医者通过太极拳、玉环桩、指力练习可使针灸疗效得到很大提升。这样“天人合一”及“形神合一”,借助自然界之“神”,来调整人体之神,从而达到针到病除的临床效果。

5 典型病例

陈某,女性,52岁,职员,2018年12月18日初诊。主诉:颈项疼痛不适3年,加重伴左上肢麻木1周。患者3年前无明显诱因出现颈项僵痛,经休息和理疗后好转,此后偶有复发。1周前因劳累受凉后出现颈项部疼痛不适,伴有左上肢麻木胀痛,遇寒加重,得热痛减,遂于当地医院就诊,予以口服药物治疗(具体用药不详),疼痛稍有缓解,但麻木症状仍较重,严重影响生活工作,遂来我院就诊。刻诊:颈项部疼痛不适,左上肢麻木,

饮食睡眠尚可,二便调,舌淡,苔薄白,脉弦紧。专科检查:颈项肌肉紧张,颈部活动受限,C4-5、C5-6、C6-7棘上及旁压痛(+);左前臂桡侧、左拇指皮肤浅感觉明显减退,左臂丛神经牵拉试验(+),右侧(-),左椎间孔挤压实验(+),右侧(-)。查颈椎MRI提示:C4-5、C5-6、C6-7椎间盘突出,颈椎退变。西医诊断:神经根型颈椎病;中医诊断:项痹病(风寒阻络型)。治法:疏通经络,行气止痛。予针刺治疗。取穴:以足太阳膀胱经颈段第三组穴位为主穴,并以“手三针”为配穴。针刺采用平补平泻法,针刺得气后留针30分钟,留针期间嘱咐患者行针刺运动疗法,并予以电磁波治疗仪(TDP)照射。每日1次,5次/周,10次为1个疗程。调护:嘱患者注意休息,避免长时间伏案工作,适度行颈部功能锻炼,并调整枕头位置和高度。1周后患者颈项部疼痛症状明显减轻,1个疗程后颈项部无不适症状,左上肢麻木症状明显好转,日常工作生活不受影响,继续巩固1个疗程,左上肢无麻木、胀痛等不适,正常工作生活。后门诊随访无复发加重。

按 本例患者因长期伏案工作,加之外感风寒邪气,导致经脉痹阻,运行不畅,不通则痛,从而出现颈项部疼痛及上肢麻木症状。以足太阳膀胱经颈段经脉作为针刺穴(点),可疏通太阳经气,配以“手三针”,通经活络,改善上肢麻木等功能异常,诸穴合用,共奏疏通经络、行气止痛之效。同时配合TDP照射治疗增加局部温度,促进

人体新陈代谢,加强经络循经感传,如此气血行,则痛自止。

6 结语

随着生活方式的改变,该病的发病呈现年轻化趋势。针灸治疗本病效果较好,疗程短,副作用少,具有明显的优势。李思康主任在临床工作中反复强调“气血”的重要性,这也是中医针灸治疗疾病的关键所在;同时在临床教学中特别强调经典著作的研习,注重调身、调息、调心,从而在治病的过程中起到桴鼓相应的效果。

参考文献

- [1]潘来峰,高希言.小醒脑开窍法联合“颈六针”治疗颈椎病临床观察[J].中医学报,2014,29(9):1393-1394.
- [2]赵飞,王宁.针灸治疗颈椎病患者的临床疗效观察[J].中国实用医药,2018,13(6):59-60.
- [3]林映欣.针灸远端取穴治疗颈椎病的临床观察[J].光明中医,2018,33(21):3206-3208.
- [4]贾连顺.现代颈椎外科学[M].上海:上海远东出版社,1993.
- [5]王拥军,施杞.中医气血理论与椎间盘退变相关性的研究[C].杭州:全国针法灸法临床与科研学术研讨会,2005.
- [6]石学敏.针灸学[M].北京:中国中医药出版社,2007:10.
- [7]梁繁荣,赵吉平.针灸学[M].北京:人民卫生出版社,2014:313.
- [8]李思康.运动针刺法治疗颈椎病326例[J].辽宁中医杂志,2002,29(9):559.
- [9]Li Sikang(李思康), Wang Mei(王美). Treatment of 138 cases of cervical spondylopathy by puncturing bladder meridian[J]. World journal of acupuncture - moxibustion, 2000, 10(2): 51.
- [10]何广新,曲延华.针刺运动疗法与疼痛治疗[M].北京:学苑出版社,2005.

(收稿日期:2019-03-25)

(本文编辑:蒋艺芬)