

针刺配合运动疗法结合 桂枝葛根汤加减治疗落枕心得

● 肖 洒 李鸿儒 指导:吴 节

摘 要 在临床实践过程中,发现针刺配合运动疗法,结合中药辨证施治治疗落枕疗效较好,希望该治疗方法在临床上得到广泛应用,把传统疗法发扬光大,为广大患者解除痛苦。

关键词 落枕 针灸 运动疗法 桂枝葛根汤

落枕是临床常见病、多发病之一,常急性发病,睡眠后一侧颈部出现疼痛,酸胀,活动不利,活动时伤侧疼痛加剧,可向上肢或背部放射,严重者使头部歪向患侧。患侧常有颈肌痉挛,胸锁乳突肌、斜方肌、大小菱形肌及肩胛提肌等处压痛,在肌肉紧张处可触及肿块和条索状的变化。^[1]轻者4~5日自愈,重者可延至数周不愈。最近高温炎热,空调使用频繁,加之现代都市人伏案工作时间长,大多数人平素就经常出现颈部不适,晚上开空调睡觉,局部着凉以及睡眠姿势不当,更容易发为落枕。

1 病因病机

本病多因睡眠姿势不良,或枕头高低不适,致使一侧颈部肌肉长时间过牵,颈部筋脉失和、气血运行不畅,不通而痛;或风寒侵袭颈背部,筋脉拘急寒性收引,使筋脉拘急而痛。颈项侧部主要由手三阳和足少阳所主,因此手三阳和足少阳筋脉受损,气血阻滞,为本病的主要病机。辨证本病属手三阳

和足少阳经筋证;兼见恶风畏寒者,为风寒袭络;颈部扭伤者属气血瘀滞。本人在实践过程中发现针刺配合运动疗法,结合中药辨证施治治疗落枕疗效较好,现报道如下。

2 典型病例

李某,女,34岁,办公职员,2011年8月7日初诊。主诉:左侧颈项部疼痛,伴活动不利1天。现病史:患者1天前因枕头高低不合适,在空调房受凉后,次日清晨出现左侧颈项部疼痛,活动后加剧,伴活动不利,稍恶风,无寒战发热,饮食欠佳,口苦,睡眠差,大小便正常,舌淡红苔薄白,脉浮紧。查体:左侧颈肩部肌肉紧张,多处压痛,未扪及肿块,颈部活动受限。患者行2次针灸治疗,服2剂中药后颈项部疼痛消失,活动自如。针灸治疗:嘱患者骑坐于靠背椅,双手放在椅背上,取左侧后溪、合谷、外关、手三里,皮肤常规消毒后,用1寸毫针直刺,行提插捻转手法使之得气。行针以泻法为主,强刺激,

针感强度以患者能耐受为度。针刺的同时,令患者缓慢、轻柔地做头部旋转运动,症状稍轻后,再分别作左倾、右倾、前屈、后仰运动,运动至能忍受的最大幅度,留针10分钟,其间行针2~3次,10分钟后针刺左侧风池、风府、大椎、肩井、天宗,留针30分钟,留针过程中用TDP灯照射左侧颈项部,1日1次。整个治疗过程本着安全,得气的原则。中药以桂枝葛根汤加减,具体方药如下:桂枝15g,葛根15g,当归10g,白芍10g,柴胡10g,黄芩10g,桔梗12g,羌活10g,白芷10g,藿香20g,厚朴10g,川芎10g,柴胡10g,黄芩10g,滑石30g,甘草6g。水煎温服,1日1剂,1日3次。

3 体会

针药并用,能更快的驱除病邪,正如《伤寒贯珠集》所谓:“风池、风府,阳维之会。诸维者,诸阳之所维,刺之以通阳痹,痹通,然后与桂枝汤取汗则愈。”上述病例针灸处方分析:后溪穴所属手太阳小肠经,为输穴,乃小肠经气所注,亦是八脉交会穴之一,交经气于大

椎,通于督脉,治疗项背强痛。外关为手少阳三焦经腧穴,有舒调三焦之气的功能,又为三焦经之络穴,与阳维脉相通,阳维有维系联络诸阳经之作用,故能舒调阳经之经气,从而起到宣阳解表、调和气血、通络止痛之功,配合谷以疏风散寒解表。^[2]手阳明之筋从“肩髃上颈”^[4],手少阳之筋“上肩走颈”^[4],故取手阳明经穴手三里、合谷配伍手少阳三焦经穴外关,共奏行气活血,舒筋通络止痛之功,为“本经有病本经求”的正治法。针刺配合运动作为一种新的针刺治疗方法,是以中医的整体观念和辨证论治为依据,调动患者自身的潜在抗病能力,边针刺边进行患部的活动,牵拉颈部痉挛肌肉使之松弛,达到气血通畅、缓解痉挛、恢复功能的目的。风府为督脉腧穴,督脉“行于后背正中,上至风府,入于脑”^[4]。风池为足少阳之腧穴^[3],足少阳“下耳后,循颈,行手少阳之

前,至肩上,却交出手少阳之后,入缺盆”^[4],二穴均为阳经之会,同居脑后,皆为风邪入侵之门户。具有通络活血,祛风解表散寒之功。二穴相配其功益彰,颈部气血畅通而疼痛自止,活动自如。大椎为近部取穴,属督脉,主统一身之阳气,故针大椎以调理气机、解表散寒。天宗穴属于手太阳小肠经,其经脉“上循臑外后廉,出肩解,绕肩胛,交肩上,入缺盆,从缺盆循颈,上颊。”天宗主要功用有舒筋活络,行气宽胸的作用,针刺天宗穴能激发手太阳小肠经的经气传导,更进一步发挥天宗穴的舒筋活络作用,疏通了闭塞的经络,经络通疼痛止。TDP 灯照射温阳散寒止痛。针灸处方也是一门学问,需谨研古方,吸取精华,推陈出新。中药处方分析:桂枝解肌表调营卫;葛根解肌发表生津舒筋,解项背拘急;白芍酸甘化阴,缓急止痛;川芎、当归活

血养血行气;桔梗宣肺助解表之功;羌活解表散寒,祛风止痛,为太阳经之引经药;白芷祛风、燥湿、消肿、止痛,为阳明经之引经药;柴胡、黄芩解少阳之邪;藿香祛暑解表、化湿和胃,厚朴行气化湿;滑石利湿;甘草调和诸药。温服取微发汗以促进其解肌发表、调和营卫、活血通络之功。此时先施针方后服汤药,针药并用,临床具有见效快,治愈率高的优点。

参考文献

- [1] 国家中医药管理局. ZY/T 001. 1 - 94 中医病证诊断疗效标准[S]. 1994.
- [2] 伦 新, 李万瑶. 《现代针灸临床集验》[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2003: 474 - 475.
- [3] 赵宏伟. 运动式针刺法加局部取穴治疗落枕 55 例[J]. 中医外治杂志. 2003, 12(4): 32 - 33.
- [4] 沈雪勇. 《经络腧穴学》[M]. 第三版. 北京: 中国中医药出版社, 2009: 51, 169, 209, 178, 102.

中医典故

“感冒”源自官场

感冒是由感受风邪而引起,以头痛、鼻塞、流涕、喷嚏、咳嗽、恶寒、发热及全身酸楚不适为常见症状的外感疾病。“感冒”一词的由来在中医典籍中无可考证,但据民间老中医说,“感冒”一词的起源不是医家,而是官场。

相传,我国南宋年间,馆阁(中央级学术机构)设有轮流值班制度,每晚安排一名阁员值夜班。当时,值班阁员开溜成风,开溜原因在值班登记簿上均写成“肠肚不安”。

某次一位名叫陈鹄的大学生去馆阁值夜班时一改往日惯例,登记为“感风”。原来南宋医学理论家陈言(字无择,号鹤溪道人)首次把引起百病的病因分为外因、内因、不内外因三大类。就外因而论,又区分为六淫,即风、寒、暑、湿、燥、火等六种反常气候变化。陈鹄对他的同时代人陈言的新学说,显然已有了解,故在开溜时能够卖弄小聪明,偏不循例写“肠肚不安”,却标新立异大书“感风”二字。他借中医理论六淫之首“风”并前缀以“感”——感者,受也。

陈鹄所创先例,为其后数世官场不时因袭,一直到清代末发生突破性变化。却说清代官员办完公事请假休息,例称请“感冒假”。“冒”——透出也。“感冒假”的诠释为本官在为该公务操劳之际,已感外淫,隐病而坚持至今,症状终于爆发出来,故而不得不请假休养。

随着历史的演变和推移,“感冒”一词走出官场,变成疾病的俗称。