

• 临床经验 •

肩周炎手法按摩治疗康复 110 例临床效果

邱宝华

[摘要] 目的 观察手法按摩对肩周炎患者的治疗效果。方法 对 110 例肩周炎患者采用手法按摩治疗, 1 至 3 周后评定疗效。结果 痊愈 74 例, 有效 27 例, 好转 9 例, 无效 0。结论 手法按摩是肩周炎有效的治疗方法。

[关键词] 肩关节周围炎; 按摩

Effect of massage on omarthrititis with 110 cases QIU Bao-hua. Hospital affiliated to Wuhan College of Sports. Wuhan 430079, Hubei, China

[Abstract] **Objective** To observe the effect of massage on patients with omarthrititis. **Methods** 110 patients with omarthrititis were treated with massage, and one-three weeks later the curative effect was assessed using four grades assessment. **Results** 74 patients recovered. 27 patients significantly improved and 9 patients improved their situations. **Conclusions** Massage is an effective therapy for omarthrititis.

[Key words] omarthrititis; massage

中图分类号: R244.1; R684 文献标识码: A 文章编号: 1006-9771(2003)06-0383-01

1 资料与方法

1.1 一般资料 110 例患者中, 男性 43 例, 女性 67 例, 年龄 41—57 岁; 病程 < 0.5 年 59 例, 0.5—1 年 40 例, 1—4 年 11 例。

1.2 治疗方法 患者坐位, 医者按压其患肢曲池、天鼎、缺盆、中府、肩井、天宗、极泉等穴各 1 min 左右; 牵引患肢做内收、上举、外展、后伸、内旋活动; 环抱按压患者肩关节; 牵引患肩做屈伸运动, 由下向上逐渐进行; 牵引患肩做顺、逆时针环绕; 耸托患臂向上向外展开, 然后分别弹拨肱二头肌长、短头, 三角肌炎患者可加做扛抬患肢侧平上举, 同时弹三角肌 3 次; 再次环抱按压患者肩关节; 由上至下搓揉患臂反复几次; 反复牵引患肢, 由上向下滚揉按压患臂至肘关节反复几次; 再次屈伸患肩, 牵引患肩做顺、逆时针环绕, 屈伸肘关节反复几次, 手法操作完毕。

1.3 评定方法 治疗结束后进行疗效评定: ①痊愈: 功能康复, 疼痛完全消除; ②有效: 功能基本恢复, 有轻微疼痛; ③好转: 功能明显改善, 疼痛明显减轻; ④无效: 功能障碍不减, 疼痛仍然存在。

2 结果

痊愈 74 例, 有效 27 例, 好转 9 例, 无效 0 例。

3 讨论

按摩治疗具有易行可靠、起效快、花费低廉、副作用小、基本无复发的优点, 值得临床应用。

在治疗本症之前, 首先运用指针法, 即按压经穴, 促使患者解除恐惧, 使肌肉放松, 为治疗准备了良好的条件。运用屈伸环绕、按压挤揉及理筋等手法, 能起到松解痉挛、拨离粘连、扩大肩关节间隙等作用^[1,2]。

对患者施行手法必须严格掌握轻、稳、准、巧的原则。轻: 手法不可浮于皮肤, 力求到位, 按压穴位一定力求做到由轻到重, 以有传导感觉及患者可以忍受为限。稳: 手法操作不能粗暴, 要有高度的责任感, 要做耐心细致的工作。准: 点按穴位要准, 解剖部位准确。巧: 手法施行要动作轻巧, 既省力又有疗效。操作时, 医者要做到手、眼、身、法、步的协调及医患动作配合^[2], 要刚中有柔, 柔中有刚, 刚柔相济, 这样才能达到治疗疾患的目的。

在治疗中, 根据证候的不同, 可加中药辅助。如以肝肾虚、气血不足为主证, 可用独活寄生汤加减; 风湿痹痛者, 可用蠲痹汤加减以增强疗效。

[参考文献]

[1] 王月凤. 十法治疗肩周炎百余例浅析[J]. 按摩与导引, 2002, 18(5): 29—30.

[2] 张迎红. 按摩治疗肩周炎 128 例疗效观察[J]. 按摩与导引, 2002, 18(5): 30—31.

(收稿日期: 2003-03-26 修回日期: 2003-04-28)