

针刺治疗踝关节扭伤研究概况

李明, 万毅刚

〔摘要〕 踝关节扭伤在全身关节扭伤中发病率最高,近年来针刺治疗踝关节扭伤取得一定的进展。笔者对针刺治疗踝关节扭伤的临床治疗及研究情况进行综述,并提出存在的问题及不足。

〔关键词〕 踝关节扭伤;针刺治疗;综述

Survey of Investigation of Acupuncture Treatment for Ankle Joint Sprain (review) LI Ming, WAN Yi-gang. The Department of Traditional Chinese Medicine, the Affiliated Drum Tower Hospital of Nanjing University Medicine School, Nanjing 210008, Jiangsu, China

Abstract: Ankle joint sprain has the highest incidence in joints sprain, latest years, there are some evolving in acupuncture treatment for ankle joint sprain. The authors reviewed the clinical treatment and investigation of acupuncture treatment for ankle joint sprain, and indicate the existent problems.

Key words: ankle joint sprain; acupuncture treatment; review

〔中图分类号〕 R684.7 〔文献标识码〕 A 〔文章编号〕 1006-9771(2008)02-0162-02

〔本文著录格式〕 李明, 万毅刚. 针刺治疗踝关节扭伤研究概况[J]. 中国康复理论与实践, 2008, 14(2): 162-163.

踝关节扭伤属于中医“筋伤”范畴,是户外活动中常见的一种损伤。踝关节扭伤的总体表现为踝部发红、灼热、肿胀、疼痛、局部压痛,并伴有皮肤瘀斑、活动受限等,急性期症状比较明显,慢性期一般只有轻微疼痛和活动障碍。踝关节扭伤轻者有自愈的可能,重者常有肿痛、功能障碍、跛行,治疗不当会形成久治不愈的陈旧性损伤或继发性关节炎。针刺疗法是临床上治疗踝关节扭伤较常用的方法,并且有显著的疗效,尤其是治疗单纯韧带扭伤或撕裂伤。现将近年来针刺治疗踝关节扭伤的进展概述如下:

1 临床研究

1.1 毫针 毫针针刺治疗踝关节扭伤取穴多以损伤局部为主,同时结合远道辨证取穴。局部取穴可改善损伤部位血液循环,达到活血化瘀、通络止痛的目的,并直接刺激炎症区,能较好地消除或减轻肿胀;远道辨证取穴可解痉、松肌,加强镇痛作用。Koo 等针刺踝关节扭伤大鼠模型之健侧前肢养老穴后,发现有明显的麻醉镇痛作用,且不被麻醉药拮抗剂所影响^[1]。在治疗选穴上,主穴通常为阿是穴^[2],常用穴位外踝取丘墟、申脉、昆仑、悬钟、阳陵泉;内踝取商丘、照海、太溪、三阴交、阴陵泉。但亦有不少特殊取穴法,如吴亿中之旁针刺法^[3],骆方^[4]、赵延红^[5]之巨刺法,孙学英^[6]、李帅等^[7]针刺健侧上廉穴等,皆有满意疗效。依据生物全息理论,黄静国应用手针治疗踝关节扭伤 86 例,治法 1 次/d,3 d 后观察疗效,结果显效 59 例(68.6%)、有效 27 例(31.4%)、有效率 100%^[8]。朱振华认为,十二经脉阴阳相配,上下相贯,故治疗时可循经取穴,足病手上针,手病足上针^[9]。

1.2 电针 电针治疗是基于毫针治疗基础之上,多采用 G6805 治疗仪,将电极连接于针柄,取穴多同毫针针刺之取穴,尤以局部穴为主。靳今通过临床实践认为,应用疏密波,通以微量电流,通过穴位刺激,可起到促进新陈代谢、增强血液循环、改善组织营养、促进水肿吸收之作用^[10]。赵义造将 76 例慢性踝关

节扭伤患者随机分为治疗组(43 例)和对照组(33 例),治疗组在毫针丘墟透刺照海基础上,运用电针(疏密波)强刺激此两穴,治疗 14 次后,治愈 33 例,总有效率 93%;对照组采用消炎药和扶他林软膏,同样疗程后,治愈 15 例,总有效率 72.7%^[11]。

1.3 梅花针 此法常在最肿胀部位或压痛点最明显部位,予以梅花针叩刺,由轻到重,直至出血。张胜钺采用此法结合按摩治疗踝关节扭伤 56 例,结果临床治愈 49 例、好转 6 例、无效 1 例,总有效率 98%^[12]。

1.4 三棱针 临床多以三棱针快速点刺出血后(点刺部位同梅花针),迅速拔罐以抽吸排尽散乱离经之瘀血,达到“通则不痛”的效果。田自前用三棱针以及自制之吸罐(用牙科砂轮将注射用青霉素瓶去底后打磨平整)治疗患者 98 例,结果痊愈 93 例(95%)、显效 5 例(5%)、总有效率 100%^[13]。孔建国利用三棱针点刺放血后,结合对扭伤踝关节进行牵拉活动,治疗 15 例,全部治愈^[14]。

1.5 气针 气针即空气代药液注射穴位的一种方法,是在针刺基础上发展起来的一种全新的治疗手段,操作方便、快捷、安全,一般操作是用消毒过的注射器吸入过滤过的空气,快速刺入穴位至一定深度,得气后回抽注射器,若无回血,再将空气缓慢注入穴内。陈群敏用气针注射足三里治疗踝关节扭伤 36 例,32 例治疗 1 次后即可下地行走,第 2 天疼痛基本消失,活动正常;3 例治疗 2 次后恢复正常;1 例无明显改善^[15]。

1.6 针刺综合疗法 临床应用更多的是多种治疗手段结合治疗踝关节扭伤,即针刺综合疗法,系指两种以上针刺疗法联合应用,或与其他疗法结合,采用多靶点、多角度治疗,更有利于机体恢复,提高疗效。

1.6.1 针刺推拿结合法 此法临床应用较多,一方面通过针刺提高痛阈,降低神经兴奋性;另一方面,应用推拿的多种手法,如按、揉、拔、伸、扳等,以舒筋解痉、消除水肿。陈苏赣用运动针刺(刺患肢对侧阳溪、阳池,结合踝关节运动)加按摩方法,治疗 58 例,痊愈 49 例(84.5%)、显效 7 例(12%)、好转 2 例(3.5%)、总有效率 100%^[16]。王永红等运用空气针注射商丘、照海、昆仑等穴,结合手法刺激治疗,取得 90%治愈率^[17]。王傅等采用针刺配合手法整复治疗踝关节扭伤,疗效优于单纯针

作者单位:南京大学医学院附属鼓楼医院中医科,江苏南京市 210008。作者简介:李明(1981-),男,江苏溧阳市人,住院医师,主要研究方向:针灸、推拿治疗颈肩腰腿痛。

刺治疗^[18]。

1.6.2 针刺理疗结合法 理疗(如微波、电脑中频、电磁波、音频等)应用于踝关节扭伤的治疗在临床上已比较普遍,其作用机理为扩张微血管及小动脉,促进血液循环^[19],或扩大细胞与组织的间隙,使粘连的结缔组织纤维、肌纤维、神经纤维等活动而后分离^[20],从而消除炎症,临床效果较好。周宝福等采用针刺加 TDP 照射悬钟法治疗 85 例踝关节扭伤患者,1 次/d,共 5 次,结果治愈 70 例(82.4%)、好转 14 例(16.4%)、无效 1 例(1.2%),总有效率 98.8%^[21]。韩利民等应用腕针结合低频磁疗治疗 60 例,结果痊愈 28 例(46.67%)、显效 20 例(33.33%)、有效 10 例(16.67%)、无效 2 例(3.33%),总有效率 96.7%^[22]。王铁钢等运用针刺加微波疗法治疗 31 例,治愈 18 例,有效 13 例,有效率 100%^[23]。

1.6.3 针刺中药结合法 该治疗方法一般是在针灸过后再予中药膏外敷或熏洗,以进一步活血化瘀、消肿止痛,起到巩固疗效的作用,故多以行气通经、活血化瘀中药为主。考虑到皮肤对药物的吸收较慢,量较少,因而用药量较大。慈勤仁等应用散刺拔罐和中药烫洗(苏木 20 g、透骨草 20 g、鸡血藤 20 g、全当归 15 g、海桐皮 15 g、红花 10 g、防风 10 g、乳香 12 g、没药 12 g)治疗 168 例门诊患者,疗效优 50 例(29.76%)、良 112 例(66.67%)、一般 6 例(3.57%)^[24]。荣鸿采用针灸加贴关节止痛膏(上海卫生材料厂生产)治疗 34 例门诊患者,结果痊愈 28 例、显效 4 例、好转 2 例,总有效率 100%^[25]。依据生物全息理论,陈明达等用针刺患侧第二掌骨侧足穴和健侧胫骨节肢的足穴结合中药外敷(乳香、没药各 25 g;血竭、红花各 20 g;自然铜 40 g、黄柏 30 g)治疗 57 例,结果痊愈 41 例、好转 16 例,有效率 100%^[26]。

1.6.4 针刺加穴位注射疗法 此法属于毫针与水针相结合疗法,水针之注射剂亦多种多样,如红花、丹参注射液。治疗时多将注射液注入损伤局部阿是穴或周围穴位,以达到快速抵达病所的目的。吴必会采用针刺加鱼腥草注射液穴位注射治疗 64 例踝关节扭伤患者,1 次/d,7 次为 1 个疗程,结果 1 个疗程内治愈 60 例,有效 4 例,有效率 100%^[27]。

2 体会

2.1 针刺治疗踝关节扭伤的进展: ①针刺治疗踝关节扭伤在针具的选择上逐渐趋向多元化,已由传统的单一毫针,转向电针、梅花针、三棱针、磁圆针^[28]、水针、圆利针^[29]等多种针具,并且有些针具的疗效已得到广泛的认可,但是关于针具相互之间的疗效对比和相互结合治疗踝关节扭伤的研究性文献还很少;②针刺配穴方面,在经络学说思想指导下,有的侧重辨证取穴;有的侧重辨病取穴;有的讲究远近配穴;有的讲究上下配穴;更有的应用简便快捷的单穴疗法;归纳发现,阿是穴、丘墟、申脉为最常用的穴位;③综合治疗方法已逐渐取代单一疗法成为主流,从而达到多角度治疗,加快病情的恢复,如针刺结合理疗、推拿、中药、火罐等或多种疗法结合在一起,疗效明显优于单一治疗。

2.2 不足之处 首先,针刺治疗大多限于临床疗效观察,且多为小样本或重复研究,虽疗效较好,但缺乏严谨的科研设计,如随机、盲法原则未普遍采用,疗效标准不统一,研究过程缺乏质量监控,统计学处理不能体现客观性,缺少相关实验室理化检查做疗效对比等。其次,实验性及分子水平的治疗机制研究尚

处于初级阶段,目前主要有神经、体液和生物电、磁调节等几种消炎镇痛机制学说^[30],更多的只是验证中医治疗机制,如舒筋活络、行气通脉、消肿止痛、活血化瘀等,故有必要加强大样本、科学的临床治疗方法学、临床疗效学研究,建立动物模型,加强实验和治疗机制的研究,如治疗前后神经、体液代谢、病理学等细胞分子水平的变化。因此,有必要在循证医学原则指导下,实施科学合理的设计方案,开展前沿性实验研究,客观评价针刺治疗踝关节扭伤的临床疗效,以便更好地指导临床治疗。

[参考文献]

- [1] Koo ST, Park YI, Lim KS, et al. Acupuncture analgesia in a new rat model of ankle sprain pain[J]. Pain, 2002;99(3):423-431.
- [2] 张伟. 针刺加温和灸治疗踝关节扭伤[J]. 河南医药信息, 2002, 10(16):32.
- [3] 吴亿中. 旁针刺治疗踝关节扭伤 83 例[J]. 上海针灸杂志, 2003, 22(8):40.
- [4] 骆方. 巨刺法治疗急性踝关节扭伤 39 例[J]. 浙江中医杂志, 2002, 37(8):362.
- [5] 赵延红. 巨刺配合拔罐治疗踝关节扭伤 78 例[J]. 吉林中医药, 2003, 23(1):36.
- [6] 孙学英, 杨仁升. 针刺上廉治疗踝关节扭伤 56 例[J]. 山东中医杂志, 1994, 13(11):502.
- [7] 李帅, 安传水. 针刺健侧上廉治疗踝关节扭伤 65 例[J]. 中国针灸, 2003, 23(9):542.
- [8] 黄静国. 手针治疗急性踝关节扭伤 86 例[J]. 山西中医, 2002, 18(3):40.
- [9] 朱振华. 手针新疗法[M]. 北京:人民军医出版社, 1990:4.
- [10] 靳今. 电针治疗踝关节扭伤 24 例[J]. 广西中医药, 1999, 22(5):254.
- [11] Zhao YZ. Therapeutic effects of electroacupuncture plus point-penetration for chronic ankle joint sprain[J]. World J Acupuncture Moxibustion, 2005, 15(2):33.
- [12] 张胜钱. 梅花针叩刺配合按摩治疗踝关节扭伤[J]. 湖北中医杂志, 2001, 23(1):47.
- [13] 田自前. 局部放血拔罐治疗踝关节扭伤报告[J]. 新疆中医药, 2003, 21(1):28.
- [14] 孔建国, 曹子连. 络刺拔罐牵拉治疗急性踝关节扭伤[J]. 针灸临床杂志, 2000, 16(10):44.
- [15] 陈群敏. 足三里气针治疗急性踝关节扭伤[J]. 中国针灸, 2004, 24(8):543.
- [16] 陈苏赣. 运动针刺结合按摩治疗踝关节扭伤 58 例[J]. 针灸临床杂志, 2000, 16(10):44.
- [17] Wang YH, Li B. Air acupuncture therapy combined with manipulation on 90 cases acute sprain and bruising of ankle joint[J]. Chin J Clin Rehabil, 2003, 7(4):698.
- [18] 王传, 高春华, 陈丽珍, 等. 针刺配合手法整复治疗踝关节扭伤[J]. 中国康复, 2006, 21(4):262.
- [19] 刘敏娟. 水罐加微波治疗踝关节扭伤 40 例[J]. 上海针灸杂志, 2003, 22(12):35.
- [20] 陈景藻. 现代物理治疗学[M]. 北京:人民军医出版社, 2001:137.
- [21] 周宝福, 张秋良. 针刺加 TDP 灯照射悬钟治疗踝关节扭伤[J]. 中国针灸, 2003, 23(1):34.
- [22] 韩利民, 罗黎娟, 陈淑娥. 磁疗腕针治疗踝关节扭伤疗效观察[J]. 现代康复, 2001, 5(8):92.
- [23] 王铁钢, 公维志. 针刺加微波疗法治疗踝关节扭伤 31 例[J]. 针灸临床杂志, 2004, 20(9):11.
- [24] 慈勤仁, 王岩红, 解乐青. 散刺拔罐合中药烫洗治疗踝关节侧副韧带损伤[J]. 中医外治杂志, 2002, 11(6):47.
- [25] 荣鸿. 针灸加贴膏治疗踝关节扭伤 34 例[J]. 河北中医, 2003, 25(1):46.
- [26] 陈明达, 许友惠. 生物全息疗法治疗踝关节扭伤 57 例[J]. 中医药学报, 1999, 5:32.
- [27] 吴必会. 针刺加穴位注射治疗踝关节扭伤 64 例[J]. 针灸临床杂志, 2003, 19(4):15.
- [28] 张先锋. 磁圆针为主治疗踝关节扭伤 43 例[J]. 中国针灸, 2006, 26(4):272.
- [29] 谭树生. 改进圆利针治疗急性软组织损伤 53 例[J]. 中国针灸, 2006, 26(6):398.
- [30] 高秀. 针刺镇痛机制研究[J]. 国外医学:中医中药分册, 1999, 21(3):21.

(收稿日期:2007-09-04)