

推拿配合超短波治疗网球肘

★ 金崇敏 金冬莲 周玮 (浙江省台州市中心医院中医科 台州 318000)

关键词:推拿;超短波;网球肘

网球肘又称肱骨外上髁炎,是指因急慢性损伤而致肱骨外上髁周围软组织的无菌性炎症,以肘关节外侧疼痛,旋前功能受限为主要临床表现。近年来,笔者采用推拿手法配合超短波治疗本病 24 例,取得了满意疗效,现报道如下。

1 临床资料

本组均为门诊患者,均符合肱骨外上髁炎的诊断。参照《上海市中医病症诊疗常规》关于肱骨外上髁炎评定标准。本组 24 例中男 11 例,女 13 例;年龄 21~55 岁,平均 41 岁;左侧 6 例,右侧 18 例;病程最短 7 天,最长 6 个月;有局部外伤史 15 例。

2 治疗方法

2.1 推拿手法 (1)用轻柔的滚法及一指禅推法作用于肘部、前臂背侧部,以疏通经络。(2)用拇指点按曲池、尺泽、阳溪及阿是穴,刺激量由小至大,先轻后重,以患者耐受为限。(3)一手握住腕部,使其肘关节屈曲至最大限度,然后逐渐伸展,至前臂呈旋后位,另一手拇指按住肱骨外上髁,在屈曲肘关节的同时弹拨肱骨外上髁处,反复数次。(4)沿伸腕肌作擦法,重点以肱骨外上髁为主,皮肤以透热为度。

2.2 超短波 采用 CDL-2 型超短波治疗机,输出功率 200~250 W,频率 40.68 MHz,中号板状电极,肘关节上下对置,空气间隙 4 cm,无至微热量,1 次/天,每次 10~20 分钟,10 次为一个疗程。

3 治疗结果

治愈(肘关节外侧疼痛感消失,局部无压痛,肘

关节活动自如)18 例,好转(肘关节外侧疼痛感轻微,局部压痛轻,肘关节活动轻微受限)6 例,无效(肘关节外侧疼痛感及局部压痛无改善,肘关节功能障碍)0 例。本组治疗最短 4 次,最长 2 个疗程(10 次)。

4 讨论

网球肘好发于那些经常用力屈伸肘关节,尤其需要使前臂反复旋前旋后动作的人们,如网球运动员、木工、钳工、泥瓦工等,本病主要由于急慢性损伤引起前臂伸肌群联合总腱在肱骨外上髁附着部的牵拉、撕裂伤,使局部出现出血、水肿等损伤性炎症反应,进而在损伤肌腱附近发生粘连,以致纤维变性而引起。祖国医学认为多由气血虚弱,血不荣筋,肌肉失却温煦,筋骨失去濡养所致。治疗原则为舒筋活血通络、松解粘连、理筋整复。手法治疗后,可以促进局部气血运行,消肿散结,改善新陈代谢,《灵枢·本藏》说:“是故血和则经脉流利,营复阴阳,筋骨劲强,关节清利矣”。治疗中运用适当的被动运动有助于松解粘连,滑利关节,纠正筋出槽,关节错缝,恢复人体正常的生理功能。超短波能促进血液循环,有利于增强组织营养,加速炎症产物和水肿的吸收和消散;降低肌肉张力,缓解痉挛;促进组织的生长和修复。笔者认为本病宜早期治疗,这样可以很好的抑制渗出、炎症等,以防止机化、粘连等形成。本法操作简便,值得推广。

密集型银质针压痛点治疗膝关节骨性关节炎 31 例

★ 聂海昌 (江苏省南京市大厂医院 南京 210035)

关键词:银质针;压痛点;膝关节骨性关节炎

膝关节骨性关节炎(osteoarthritis, OA)是一组以关节软骨病变为主要病理特征的临床综合征,临床

主要表现为膝关节疼痛和不同程度功能障碍,常对生活和工作造成影响。我院采用密集型压痛点银质