

中医骨伤科对踝关节扭伤的认识及治疗方法

李永恒¹ 洪茂¹ 张岩峰¹ 陈兆军^{1△}

【关键词】 踝关节扭伤;理筋手法;骨错缝;筋出槽

【中图分类号】 R274.32 【文献标志码】 B 【文章编号】 1005-0205(2017)03-0070-02

人体存在许多需要负重的关节,这些负重关节中,踝关节在维持人体平衡中尤为重要。日常生活以及体育运动锻炼中,踝关节损伤的机会较其他负重关节明显多见,其中,尤多见于球类运动及田径运动中^[1]。踝关节的稳定对人体站立、行走、跑步等活动十分重要,而踝关节的稳定的维持,主要依赖于踝关节的周围韧带。当踝关节扭伤发生时,其周围的软组织往往同时受到损害,从而在一定程度上影响了踝周韧带的功能,迁延日久,可能就会使得踝关节的稳定性受损。若日常生活中或体育运动中,踝关节长期处于不平衡状态,则可能出现踝关节撞击及距骨软骨损伤。“筋伤”就包含了此病。中医骨伤科在治疗踝关节扭伤疾病有其独特的优势,本文将综述中医骨伤科近年来对其认识与治疗。

1 中医对踝关节扭伤的认识

踝关节扭伤发病率高,最人体易发生的扭伤^[2]。

踝关节扭伤的发生大多是因跌仆或突然遭受严重外伤,伤及筋骨肌肉,之后出现踝关节周围肿胀、瘀血,并伴随压痛以及踝关节活动受限等症状。损伤日久,其踝周气血瘀滞,故该病病机为气滞血瘀。清代医家^[3]认同此观点。还有古代医家云^[4]:“若因伤折,内动经络,血行之道不得宣通,癖结不散,则为肿为痛”。

踝关节扭伤的发病机制,可用“筋出槽”和“骨错缝”来解释。“筋槽”是肢体关节关键部位的特有结构,其具有保护、容纳及连结筋脉等作用;“骨缝”是骨与骨相接处的一种特有结构,有时表示关节,有时意指骨间缝隙。唐代医家^[5]提出“骨缝”概念。“筋出槽”是骨伤科中习用语。在古代医学资料中,虽未明确提出“筋出槽”这一具体名称,但对筋伤后人体改变仍有不少论述。《医宗金鉴·正骨心法要旨·手法释义》^[6]提出

“筋歪”“筋走”等概念,同样归为“筋出槽”。“骨错缝”是中医骨伤科传统疾病名称,历代医家多有论述。《医宗金鉴·正骨心法要旨·手法释义》:“或因跌扑闪失,以致骨缝开错,气血郁滞,为肿为痛宜用按摩法,按其经络,以通郁闭之气,摩其壅聚,以散瘀闭之肿,其患可愈”^[6]。其一方面提出骨缝开错病名,一方面指出骨错缝的病因及治法。

该病属“筋出槽”与“骨错缝”范畴^[7,8]。“骨错缝”与“筋出槽”相互关联。踝关节扭伤后,踝关节周围的肌腱、韧带等部分撕裂或断裂,脱离正常的舒缩轨道,导致筋伤出槽;筋出槽后,筋不能维持原有正常解剖位置,骨失去筋的牵拉维系,从而处于非生理性的、不正常的吻合状态,表现为骨错缝。相反,踝关节扭伤后,小关节在外力作用下出现微细的错缝,关节周围的关节囊、韧带,也可相应发生改变,如关节囊破裂,韧带、筋膜撕裂等。

总之,在人体的踝关节中,骨和筋是相辅相成的整体,有时筋出槽与骨错缝是两部分损伤。所以应二者兼顾,复位骨错缝之后,出槽之筋多可复位;同样,出槽之筋恢复正常舒缩轨道后,也多可使错缝的骨复位,从而疼痛等症状消失。

2 中医手法

临床常用的踝关节理筋手法乃取其“理筋整复,活血化瘀”的原则,从而治疗踝关节扭伤后所导致的韧带损伤。大多医家主张手法治疗,但是否适用于急性者尚存争议。潘志雄等^[9]报道手法治疗该病急性者486例后,其认为此方法操作方便,疗效可靠。许多医家同意此观点^[10]。同样,陈平等^[11]报道手法治疗该病56例,采用随机对照研究,结果显示孙氏摇拔戳手法有助于加快康复。但赵勇等^[12]持相反观点。其主张用冰敷外敷中药消肿。刘艳等^[13]同样持类似观点。

孙树椿教授通过多年临床经验得出,踝关节急性扭伤和踝关节慢性损伤均可进行手法治疗,治疗关键在于不同时期采取不同手法。急性期不宜使用按揉等

¹ 北京中医药大学第三附属医院(北京,100029)

[△] 通信作者 E-mail: zhaojunchen66@126.com

李永恒,洪茂对本文有同等贡献,并列第一作者

手法,但可采用摇、拔、戳等活动关节类手法^[14]。吕燃等报道^[15]急性踝关节扭伤后,应用孙树椿教授踝关节手法,踝关节扭伤的疼痛症状有明显改善,这与笔者临床所见相同。孙宝玲等^[16]报道,手法结合穴位的方法同样有效。李金宝等报道^[17]结果相似。有学者认为^[18]手法加固定的方法,临床疗效满意。可见,治疗急性踝关节扭伤关键不在于能否采用手法治疗,而在于采用何种手法治疗。手法治疗也和疾病分期息息相关。而对陈旧性损伤大多医家主张使用手法。虽然手法各有特色。但通过手法复位错缝的关节,理顺局部筋络,恢复原有解剖关系的治疗原则是一致的。

3 中医综合疗法

中医治疗方面,经过历代医家的不断总结,现有动静结合、内外兼治原则,并在此治疗思路的指导下,逐渐构成了辨证用药、综合治疗体系^[19]。

中医综合疗法即在中医药理论的指导下,将中药熏洗、外敷、针灸及手法等结合应用治疗急、慢性踝关节扭伤的疗法,目前已广泛应用于临床。当前文献报道较多的中医综合疗法是手法配合外敷药物治疗^[20-22]。本疗法具有操作方法易行,治疗效果显著等优点^[23-25]。陈泽林等^[26]进行了单纯中药外敷于手法结合中药外敷的对照研究,治疗 70 例患者,前者有效率 71.43%,后者有效率 88.58%,具有统计学意义。石瑛^[27]报道手法结合中成药膏的治疗方法,结果与前者相似。刘海全等^[28]研究结果认为手法配合中药熏洗临床疗效可。近年来,同样有其他医者^[29-31]报道过中医骨伤科手法配合外用中药治疗该病的有效性。

治疗踝关节扭伤的中医综合疗法中,针刺、针刀结合中药外用在临床报道中也较为多见。有研究者^[32]报道针灸辅以中药外敷治疗该病 80 例。针刺后使用“四黄散”外敷患处,并给以绷带固定,结果显示针药结合治疗组治愈率明显高于单纯针灸治疗组或单纯外敷药物治疗组($P<0.01$)。另有研究者报道^[33]中药熏蒸联合小针刀治疗该病 132 例,结论为中医综合疗法治疗该病较单纯一种方法治疗该病的疗效显著。另有其他学者^[34,35]报道了针刺、针刀结合中药外用在治疗踝关节扭伤中的应用,疗效确切。

根据文献数据分析得出,大部分文献报道中医综合疗法治疗踝关节扭伤主要集中于手法与外用药物配合治疗或针灸与外用药物配合治疗^[36],当然也有少部分学者主张三种以上的综合疗法^[37]。但孙树椿教授主张,如能用一种方法取得比较满意的疗效,不建议运用多种方法叠加,这样即可减少患者的负担,同时也降低了患者的痛苦^[38]。笔者更同意此观点。临床医生有时担心一种方法不能取得满意疗效,从而选择两种甚至两种以上的治疗方法叠加,至于何种方法起到了

真正疗效则不做进一步探究。

参考文献

- [1] 孙树椿. 清宫正骨手法图谱[M]. 北京:中国中医药出版社,2012,209-217.
- [2] 汤宇. 慢性踝关节不稳定治疗新进展[J]. 中国康复理论与实践,2008,14(5):449-451.
- [3] 沈金鳌. 杂病源流犀烛[M]. 北京:人民卫生出版社,2006;1026-1071.
- [4] 赵佑. (郑金生整理). 圣济总录[M]. 北京:人民卫生出版社,2013,1627-1628.
- [5] 蔺道人. (胡晓峰整理). 仙授理伤续断秘方[M]. 北京:人民卫生出版社,2006,18.
- [6] 吴谦等. 医宗金鉴[M]. 北京:人民卫生出版社,1957,278.
- [7] 姜鹏飞,王培民. 急性软组织损伤中医外治的研究现状[J]. 中国医药导报,2009,6(1):86-87.
- [8] 孙树椿,孙之鎬. 临床骨科学[M]. 2 版. 北京:人民卫生出版社,2014,29-40.
- [9] 潘志雄,何家雄,徐志强,等. 手法治疗急性踝关节韧带损伤 486 例疗效分析[J]. 甘肃中医,2006,19(1):24-25.
- [10] 陈兆军,唐凡启,林顺福,等. 踝关节韧带损伤的早期诊治[J]. 中国骨伤,2007,20(5):330-331.
- [11] 陈平,喻秀兵,陈海云. 简化摇拔手法在急性踝关节扭伤治疗及家庭医疗中的应用[J]. 中国中医骨伤科杂志,2016,24(4):68-69+73.
- [12] 赵勇. 手法配合外敷止痛消炎软膏治疗踝关节扭伤 50 例[J]. 中医外治杂志,2006,15(4):46.
- [13] 刘艳,马珍珍. 足踝关节扭挫伤的处理与预防[J]. 河南外科学杂志,2010,16(5):87-88.
- [14] 高景华,高春雨,孙树椿,等. 摇拔戳手法治疗陈旧性踝关节扭伤 34 例[J]. 世界中医药,2011,6(3):214-215.
- [15] 吕燃. 孙氏手法对缓解急性踝关节扭伤疼痛症状的疗效观察[J]. 按摩与导引,2008,24(6):37-38.
- [16] 孙宝玲. 按摩治疗急性踝关节扭伤 73 例[J]. 按摩与导引,2001,17(6):49.
- [17] 李金宝. 挤压手法治疗急性踝关节扭伤 30 例疗效观察[J]. 中华实用中西医杂志,2003,3(6):851-852.
- [18] 林应强,吴山,马友盟. 挤压手法治疗急性踝关节扭伤 60 例疗效观察[J]. 中医正骨,2000,12(7):21.
- [19] 黄桂成,王庆甫. 中医正骨学[M]. 北京:人民卫生出版社,2012,1-3.
- [20] 楚德升,王海燕,牛俊革. 手法配合中药热敷治疗陈旧性踝关节内翻位损伤 30 例[J]. 河南中医,2013,39(9):1499-1500.
- [21] 张远东. 手法配合中药熏洗治疗陈旧性踝关节扭伤 81 例[J]. 按摩与导引,1996,(5):8-9.
- [22] 梁新跃. 手法整理理筋加 2 号活血散外敷治疗陈旧性踝关节扭伤 50 例[J]. 中医外治杂志,2008,17(1):20-21.

- [47] 谢兴文,顾玉彪,李宁. 高位髌骨对髌股关节炎发生的影响及研究进展[J]. 中国矫形外科杂志, 2014, 22(1): 47-49.
- [48] Palmer SH, Servan CT, Magurie J, et al. Surgical reconstruction of severe patellofemoral maltracking [J]. Clin Orthop, 2004, 419: 144-148.
- [49] 沈彬,杨静,裴福兴,等. 成年人高位髌骨的 x 线改变及临床分级[J]. 医学影像学杂志, 2001, 11(2): 105-108.
- [50] Maeno S, Kondo M, Niki Y, et al. Patellar impingement against the tibial component after total knee arthroplasty. Clin Orthop Relat Res, 2006, 452: 265-269.
- [51] McGrath Ms, Suda AJ, Bountti PM, et al. Techniques for managing anatomic variations in primary total knee arthroplasty[J]. Expert Rev Med Devices, 2009, 6(1): 75-93.
- [52] Hsu HC, Luo ZP, Rand JA, et al. Influence of patellar thickness on patellar tracking and patellofemoral contact characteristics after total knee arthroplasty[J]. J Arthroplasty, 1996, 11(1): 69-80.
- [53] 成亮,李康华. 全膝关节置换术后并发症的现状与进展[J/CD]. 中华关节外科杂志: 电子版, 2013, 7(2): 245-249.
- [54] 徐斌,吕厚山,燕太强. 国人正常髌骨厚度测量[J]. 中华骨科杂志, 1998, 18(9): 522-524.
- [55] Kim YH Choi YK Kim JS. Comparison of a standard and a gender specific posterior cruciatesubstituting highflexion knee prosthesis aprospective randomized shortterm outcome study J[J]. J Bone Joint Surg Am, 2010, 92(10): 1911-1920.
- [56] 程鹏,杨自权,白洁玉. 全膝人工关节置换术髌骨置换与否相关问题的探讨[J]中国矫形外科杂志, 2013, 12(11): 1097-1101.
- [57] 张德辉,吴正清,左新成,等. 膝关节 X 线对外侧髌股挤压综合征的评估[J]. 中华关节外科杂志: 电子版, 2009, 3(6): 729-732.
- [58] 刘波,梁元强,刘辉. 膝关节骨性关节炎髌股关节 X 线参数与临床疗效的相关性分析[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2013, 21(10): 26-28.

(收稿日期: 2016-07-07)

(上接第 71 页)

- [23] 孙琦,王丹,刘海兵,等. 复合手法结合中药熏洗治疗陈旧性踝关节扭伤疗效观察[J]. 浙江中医杂志, 2015, 50(4): 281.
- [24] 李俊海,王庆甫,黄沪. 正骨手法与中药熏洗治疗陈旧性踝关节扭伤的病例对照研究[J]. 中国骨伤, 2012, 25(2): 113-115.
- [25] 张继明. 手法配合中药外敷综合治疗踝关节扭伤 63 例[J]. 中国初级卫生保健, 2008, 2(2): 88-89.
- [26] 陈泽林,洪文. 手法配合中药外敷治疗急性踝关节扭伤临床研究[J]. 中医学报, 2011, 26(2): 245-246.
- [27] 石瑛,王翔,陈东煜,等. 石氏理筋手法联合复方紫荆消伤膏治疗急性踝关节扭伤临床观察[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2014, 22(5): 1-3.
- [28] 刘海全. 调经筋手法配合中药熏洗治疗陈旧性踝关节扭伤 72 例临床观察[J]. 新中医, 2009, 41(12): 62-63.
- [29] 姜劲挺,郑吉元,安文博,等. 中医正骨理筋手法配合消定膏外敷治疗踝关节扭伤 62 例临床观察[J]. 中国中医急症, 2014, 23(4): 687-688.
- [30] 刘瑞钦,张光亚,张红纪. 推拿联合中药熏洗治疗陈旧性踝关节扭伤随机平行对照研究[J]. 实用中医内科杂志, 2014, 28(8): 25-27.
- [31] 胡桂兴,刘再高. 推拿配合中药热敷治疗陈旧性踝关节扭伤 76 例[J]. 中医外治杂志, 2007, 16(4): 44.
- [32] 谢凯. 针药结合治疗急性踝关节扭伤 80 例[J]. 上海针灸. 2002, 21(3): 32.
- [33] 王冠军. 中药熏蒸配合小针刀治疗陈旧性踝关节扭伤疗效观察[J]. 新中医, 2015, 47(5): 265-266.
- [34] 宋瑞军,董莉莉,李明阳,等. 针灸、超短波联合肌内效贴治疗慢性踝关节扭伤的临床疗效观察[J]. 中国现代医生, 2015, 53(21): 71-73.
- [35] 秦民安,陈建鸿. 小针刀治疗陈旧性踝关节扭伤 25 例临床体会[J]. 中国中医骨伤科, 1996, 4(5): 39-40.
- [36] 黄向群. 针药并用治疗陈旧性踝关节扭伤 23 例临床观察[J]. 四川中医, 2010, 28(8): 122-123.
- [37] 李景元. 手法结合针刺及中药外用治疗陈旧性踝关节扭伤 164 例临床观察[J]. 中国中医基础医学杂志, 2013, 19(4): 480-481.
- [38] 吴山,马友盟,林应强. 挤压法治疗陈旧性踝关节扭伤 47 例[J]. 新中医, 2000, 32(7): 31.

(收稿日期: 2016-06-11)