

腰(腿)痛的診斷与治疗

曹正礼 编



腰背（腿）痛的诊断与治疗

曹正礼 编

科学普及出版社广州分社

腰背(腿)痛的诊断与治疗

曹正礼 编

科学普及出版社广州分社出版发行

(广州市应元路大新街兴平里3号)

广东省新华书店经销

江西省大余县印刷厂印刷

开本: 787×1092毫米 1/32 印张: 3.125 字数: 63千字

1987年3月第一版

1987年3月第一次印刷

印数: 12500册

统一书号: 14051·60598 定价: 0.58元

内 容 介 绍

腰背腿痛是一种多发病。按中医理论，本病之标在腰背（腿），而病之本则可能在其它脏腑或其它部位。故对本病的诊治必须掌握辨证施治的原则，根据不同的病因，采用不同的方法进行治疗。本书作者根据多年的临床实践，按“治病必求其本”的原则，比较全面地介绍了各种腰背腿痛的病因和诊治方法，具有较大的实用价值，可供临床医生、业余医学爱好者及病患者参考。

前 言

腰背（腿）痛是临床上的多发病，常见病。无论是内科疾病、外科疾病，也不论是脑力劳动或体力劳动，都有患腰背腿痛病的可能；甚至伏案读书、写字、缝纫等，如果长期姿势不正确，也都能引起腰背腿痛。因此，很多种腰背腿痛患者，从自觉症状来看，十分相似，几乎没有区别，但实际上病因却大不相同。可见此病的病因是复杂的。例如，按中医理论认为，腰为肾之府，肾虚则易腰痛。但不能因此而把所有腰背腿痛患者的病因都认为是肾亏。在治疗之前，如不首先明确找出病因，而只是单纯地使用补肾、温肾、健肾、固肾等方法，则往往收不到预期的治疗效果。

本书作者根据多年的临床经验，按照“治病必求其本”的原则，在详细分析大量病例的基础上，详细介绍了各种腰背腿痛的症状、病因及诊断、治疗的方法和宝贵经验。

本书具有较大的实用价值。它不但可供临床医生的参考，也是医学院校学生很好的辅助教材，同时也是每个家庭所必备的医学普及读物。

为便于读者阅读，本书共分两部分。一部分是由内科疾病、妇科疾病，或某些杂症引起的腰背腿痛，归于内科范畴。另一部分是由外力引起的腰背腿痛，归于外科范畴。由于水平所限，本书在编写上如有不妥之处，望读者指正。

编 者

目 录

一、由内科疾病所引起的腰背（腿）痛

- (一) 由感冒所引起的腰背（腿）痛……………(1)
- (二) 由感冒病症转化而致的腰背痛……………(3)
- (三) 肾虚腰痛……………(4)
- (四) 血虚腰痛……………(10)
- (五) 风湿腰痛……………(12)
- (六) 瘀血腰背痛……………(18)
- (七) 杂证腰背（腿）痛……………(21)
- (八) 妇科腰痛……………(24)
- (九) 胃脘痛性背痛……………(28)
- (十) 痿症性腰背痛（进行性肌营养不良）……………(32)
- (十一) 类风湿性脊柱炎（骨痹）……………(36)

二、由外科疾病所引起的腰背（腿）痛

- (一) 外伤性腰背（腿）痛的临床特点……………(41)
- (二) 检查方法……………(44)
- (三) 病因、症状、诊断与治疗综述……………(49)
- (四) 病案举例……………(50)
 - 1. 急性腰背损伤……………(50)
 - 2. 腰椎间盘突出症……………(57)

3. 外伤性腰骶小关节紊乱.....(62)
4. 腰背肌的急慢性劳损.....(64)
5. 姿势不良性腰背痛及畸形.....(67)
6. 下肢骨、关节损伤后遗症所致的腰腿痛...(70)

三、常用按摩手法及有关注意事项

- (一) 按法.....(72)
- (二) 摩法.....(73)
- (三) 推法.....(73)
- (四) 拿法.....(74)
- (五) 滚法.....(74)
- (六) 推拿按摩治疗的原理.....(75)
- (七) 手法要领及注意事项.....(76)

四、腰背(腿)痛诸病常用穴位介绍

- (一) 足太阳膀胱经穴位.....(77)
- (二) 督脉穴位.....(82)
- (三) 足少阴肾经穴位.....(83)

五、方药介绍

- (1) 桂枝汤 (2) 五苓散 (3) 真武汤 (4) 四君子汤 (5) 补中益气汤 (6) 增液汤 (7) 四物汤 (8) 当归补血汤 (9) 八珍汤 (10) 甘草干姜茯苓白术汤 (11) 麻黄附子细辛汤 (12) 三妙汤 (13)

一、由“内”科疾病引起的腰背(腿)痛

(一) 由感冒所引起的腰背(腿)痛

内经云：“太阳所至为腰痛。”在临床上，一般风寒感冒、风热感冒以及现代医学所指的流行性感冒(病毒所致)等均可引起腰腿痛。太阳主表，其经脉循人体之表经项背过腰臀，经腰后直达小腿，终于足侧小趾之端至阴穴，为人身之外藩。凡外因百病之袭人，必先伤于表。表气壮，营卫固，邪不能伤人。若表气虚，营卫不固，不能御外，邪可乘虚而伤人。

风为阳邪，寒为阴邪。邪之伤人，各从其类。故伤于寒邪则营受之，中于风邪则卫受之。卫分受邪，有汗为虚。营分受邪，无汗为实。有汗用桂枝，无汗用麻黄，此常法也。

临床上所遇感冒风寒之患者，有不少伴有头痛、背、腰臀痛者，甚至有的周身疼痛。此类病人往往腰痛较头痛发热更剧烈，这就要求医生首先解决发热腰痛症状，其它感冒症状在次要的位置上。

根据病人的上述临床表现以及腰背(腿)痛的特点，辨证施治如下：

例一：杨××、女、成、小学教师。

主诉：感冒发热、头痛、腰痛腿痛三天，尤以腰痛更甚，且腰背部怕冷。

该患者一周前参加学校劳动，劳动后出汗较多，而背当

风扇吹之，当时无不适，过后觉腰背支紧。两天后，更觉全身发困，背腰肌更紧而酸痛，头胀、痛，全身肉痛，乏力，怕冷寒风，服感冒灵无好转。第三天症状加重，脉缓带紧，舌苔白薄，舌质淡蓝。

诊断：风寒感冒。

风寒之邪，乘汗出腠理不固密之机，客于肌腠（足太阳膀胱经）。

治则：辛温解表，通阳散风止痛。

主方：桂枝汤加味。

桂枝12克，白芍10克，炙甘草6克，生姜3片，大枣5个，川断15克，白芷12克。三剂。日服一剂。水两碗煎成一碗温服。

二诊：各症明显减轻，原方二剂以善后。

按：桂枝辛温，辛能通，温能散寒通阳气止痛。桂枝助卫阳之气循行于膀胱经脉，祛风寒之邪于外。白芍酸敛以收营气，和桂枝以调营卫、止痛。生姜辛散，助桂枝解表通阳，散风寒。大枣配白芍和营中之气，大枣配甘草和中益脾胃之气，甘草并能调和诸药，白芷辛散祛头风，止头痛。川断壮腰脊止腰痛。

设方对症，符合病情，五服而安。

例二：邓××、男、成、干部。

主诉：感冒发热两天，腰背一身尽痛，尤以腰痛甚，臀及膝部肌肉及关节亦痛，不愿多坐，坐则腰痛难忍。平时无风湿病史，有胃痛史，胃口一般，二便尚调，睡眠因腰痛不舒而频频翻身。恶寒，怕冷，口干。

脉象：脉浮缓略滑数，舌淡，苔薄白带黄。

诊断：风寒感冒，寒郁化热。

一、风寒邪气客于肌腠，太阳膀胱经脉受邪。

治则：辛温解表，清热止痛。

主方：桂枝汤加味。

桂枝15克，白芍12克，炙甘草10克，生姜3片，大枣12克，黄芩12克，忍冬藤15克。三剂。

二诊：服药三剂，各症明显好转，略觉口干，热退尽，腰痛未全消去，尚有些腰背肌肉痛。

原方桂枝减量为9克，余均同上。二剂。

按：桂枝汤加黄芩名为阳旦汤，一以疏解风寒之邪，一以清热，加忍冬藤，清经络之热，止痛。

设方对症，二诊而病除。

(二) 由感冒病症转化而致的腰背痛

临床上有很多病，起因皆因感冒（包括流行性感冒）处理不当而造成。例如：由于感冒引起的病毒性心肌炎、急性肾炎、肺炎等，中医所说的感冒“传里”就是这个道理。

例一：刘××、女、成。

主诉：腰痛，尿频量少，尿急，小腹不舒十天。

该患者于半月前一次感冒，经治疗后自觉感冒好转，但感觉小腹不舒，腰酸腰痛，尿频量少而急，口渴，饮水不多，低热，胃纳减，大便量较以前多，睡眠欠佳。

脉象：沉弦带滑，舌淡，苔白薄腻，舌边有齿印。

诊断：感冒传里（膀胱气化不利，兼脾虚湿重）。

治则：温阳化气利水，佐以健脾化湿。

主方：五苓散加味。

桂枝15克，白术12克，云苓30克，泽泻20克，猪苓20

克，扁豆30克，木香6克（后下），木通15克。三剂。日一剂。

二诊：腹痛除，尿量正常，尿频消失，腰痛仍有少许，原方加生姜3片。三剂。

三诊：诸症告愈，服肾气丸两瓶，以善后。

按：五苓散本为温阳化气利水之方剂。今见症是太阳表症传里所致膀胱气化不利，兼脾虚湿重。小腹不利。尿频急量少，而未见尿痛，可知非下焦湿热；口虽渴，但不饮，非为内热伤阴所致之尿少，而是症为膀胱的气化不利，水湿内停所致，古方今用，稍加一二，对病更有利。加木香化气、燥湿，扁豆健脾、祛湿，木通通利膀胱，加强五苓散的利水之力。使五苓散温阳、化气、利水之力更强；加生姜一味以辛温健脾和胃，增强脾胃之消化，增进食欲。服药六剂而全愈。后以肾气丸两瓶，补肾利水，以资巩固。

（三）肾虚腰痛

腰为肾之府。大凡房事过度，损伤肾气，肾精不足，或染恶习而犯手淫，伤及肾气，致遗精无度，滑泄，或妇女崩中漏下，白带病、经产、“人流”等等，伤及冲任、督、带之奇经八脉而影响肾气之固，或年老中气不足，或肾气虚弱或肾脏患病等所引起的腰痛，均属肾虚范围的腰痛。

肾虚腰痛的主要症状为腰酸、腰痛、无力渐渐加重。症状始轻渐重，休息觉好转，疲劳则腰痛加重，两下肢无力，头晕，耳鸣，记忆力下降，不愿意远行。脉象多为沉细，无力或细弱无力，双尺脉更沉。舌淡蓝、白或舌质泛红，苔薄黄。

肾为水火之脏，中医历来对肾虚分阴虚及阳虚两大类，所以，治疗肾虚腰痛亦必须按阳虚及阴虚来辨证施治。

1. 肾阳虚弱所致的腰痛

腰为肾之外候。凡房事无度、年老体虚、精气虚冷，或病后失调，营养极度不良均可导致肾阳虚弱，而造成腰膝酸痛。

主症：腰酸腰痛或腰膝酸痛无力，不愿走路，耳鸣，头晕，记忆力下降，气短气促，夜尿频频难忍，休息则觉舒服，劳动病症加重。妇女则见白带量多，且无味，无论男女均较怕冷。脉象沉弱无力或沉迟弱，舌质润或淡蓝，苔白或白腻。

治则：温阳固肾，或扶阳抑阴，以消阴冷。

主方：真武汤加味。肾气丸，刺五加片，羊肾丸等。

例一：邝××、男、56岁、干部。

主诉：腰酸腰痛无力，两下肢乏力，夜尿二至四次不等。不能耐劳，久站、久行更觉腰膝酸痛加重，休息稍好，更喜卧床，历时半年不见好转。无外伤史，无肾炎史，尿常规多次检查正常。他医用中药治疗未见明显好转，曾用针灸治疗几个疗程，症见好转，但一遇劳累，腰痛膝痛依然。西药用维生素E治疗，未见改善。脉象沉细弱，无力，舌淡苔薄白。

诊断：肾气虚弱，肾精亏损。

治则：温补肾阳，缩泉止夜尿，止腰痛。

主方：中成药：壮腰健肾丸加刺五加片两瓶。

二诊：中药服完，觉症状明显好转，夜尿基本控制在每晚一至二次，偶尔无夜尿。再用上方各两瓶。

按：上药连服三个月，夜尿完全消失，腰酸膝痛明显好

转，即使疲劳时有症状也很快恢复，又服上药调理两个月，腰痛膝痛和夜尿基本消失。嘱其常服以上中药，因年老精气两虚，生活上更当注意调理，同时须要早起锻炼身体，以增强体质，减少疾病。

例二：张××，男，成，干部。

主诉：腰酸背痛、下肢无力、头晕、怕冷、每晚夜尿二至三次、自觉精力不足、易倦、胃纳少、口淡无味、胸闷、易感冒、阳事无力、大便常烂。上述诸症历年余。

脉见沉弱，双尺不足，舌淡胖，有齿印，苔白。

诊断：脾肾阳虚，命门火衰，湿重。

治则：温补脾肾，壮腰脊止痛，健脾化湿。

主方：四君汤合真武汤加味。

党参30克、云苓30克、白术10克、炙甘草10克、熟附子15克、生姜3片、智仁12克、肉桂5克（焯）、巴戟12克、北芪30克、狗脊20克、扁豆30克、菟丝子15克、五味子6克，四碗水煎成一碗温服，再煎渣又服。忌生冷及油腻。开三剂。

二诊：服药后精神觉好转，夜尿减少了一次，唯服药后觉热些，于原方内加丹皮10克。开六剂。

三诊：服药九剂，各症见好转，大便已不烂，原方再服六剂。

四诊：腰膝酸痛无力及精神胃纳好转，嘱按原方再服六剂。

按：本病治疗四个月，基本按原方加减变化不大，取得满意效果。以后嘱病人常服壮腰健肾丸及刺五加片，生活上忌生冷寒凉之品，忌吃青菜，少吃肥腻，早起慢跑，至今身体较前壮实，精神饱满。

例三：王××、男、成。

主诉：腰部冷痛，双下肢酸软无力，经年不愈，治而无效。

该患者为中年男子，平素身体尚好，只于一次冬季重感冒以后，遗留下腰酸痛无力，渐渐发展，久治不愈。脉象沉，双尺细弱无力，舌质淡润，苔白。

诊断：肾虚，寒湿腰痛。

治则：温补肾阳，散寒止痛。

主方：使用单方如下：狗尾一条，猪腰一对，生姜60克，炖服，饮汁加吃渣。服五次。

二诊：诸症见好转，腰冷明显改善，下肢亦比以前有力。嘱再服两次。

按：经年腰冷痛，两下肢无力之症，经用本法治疗，共服十二剂，痊愈。一年后亦未复发。此乃用血肉有情之品，补肾壮腰膝的治病方法，加生姜能散寒利水，治病又一方法。可知中医辨证施治的治病方法是灵活多样的。

2. 肾气虚所致的腰痛

例一：杨××、女、成、已婚。

主诉：右侧腰部胀痛，右小腹部亦时作痛，尿频，夜尿多。腰痛，头晕乏力，在白天工作及走路时加重，卧床休息明显减轻。

形体瘦弱。胃纳一般，大便正常。月经准时量多，白带少许。

西医确诊为肾下垂。

脉象：沉、细弱、舌淡、苔薄白。

诊断：肾亏脾虚（肾下垂）。

治则：健脾补肾，止痛。

主方：补中益气汤加减。

陈皮6克、党参30克、北芪30克、柴胡10克、当归9克、白术12克、炙甘草10克、升麻5克、川断20克、仙茅12克、巴戟10克、狗脊20克、黄精12克。智仁6克、配三剂。日服一剂。四碗水煎为一碗，温服。反煎再服。

二诊：服药后见精神好转，腰痛略减轻，再方六剂。

三诊：腰痛及精神好转，再同上方六剂。

按：腰为肾府，肾气不固，肾则下垂而致腰痛，脾主肌肉，脾虚肌肉亦弱，故使肾之下垂加重，而致腰痛头晕无力。服本药三个月，腰痛、腹痛、头晕均见好转，体重增加，可见脾肾之虚易患此病。

例二：郭××，男，成。

主诉：腰椎肥大，X线照片发现已余年，腰痛，站立活动时均痛，夜晚白天尿量次数无特殊，双下肢无力，夜寐欠安。大便干。

该患者腰痛数年，经治疗无效，于外科检查，X线照片，腰三至五轻度肥大，除作肥大性腰椎炎治疗外，服抗骨质增生丸、骨仙片等未见好转，再诊于中医。脉象：沉弱尺细，舌质淡红，不干，苔白。

诊断：肾气虚，肾精不足。

治则：壮腰健肾，兼滋肾水以降虚火。

主方：壮腰健肾丸加知柏八味丸各两瓶。交叉服。

二诊：服药后来诊，腰痛及双下肢无力均有改善，再继服原方。

三诊：服药各四瓶，腰痛基本消失，下肢有力寐安。大便正常。上方再服，但知柏八味丸减半量服用。嘱可带服壮

腰健肾丸或合桃肉、黑芝麻等食物，以补肾阳，兼润便肠通。

3. 肾阴虚所致的腰痛

肾阴虚又称为肾精不足，肾精即“真阴”。肾阴虚，肾精不足则人体生长发育的基本物质不足，对人体五脏六腑的影响十分重要。真阴不足，便可能造成阴虚生内热，虚火妄动，由此涉及其它脏腑而发生疾病。

主要症状：腰酸膝酸，失眠梦多，盗汗，五心烦热，心烦不宁，尿赤，便秘，梦遗，耳鸣，脱牙，脱发齿动，齿痛等。

治则：大补真阴，清虚火，除烦安神，止腰痛。

主方：六味地黄丸或知柏八味丸两药。可加减交替服用。

例一：陈××、男、成。

主诉：腰背双膝酸痛无力，失眠梦多，心烦，尿赤，大便干，口苦干，胃纳少，脉沉细弦，舌质泛红，苔薄白。

诊断：肾虚腰痛（肾阴虚）。

治则：育阴滋肾，通便安神。

主方：六味地黄丸加增液承气汤。

淮山15克、生地15克、山萸肉12克、丹皮12克、泽泻20克、云苓20克、玄参15克、麦冬20克、大黄2克、枳实6克。给两剂，三碗水煎成一碗，温服。日服一剂。

二诊：药后大便秘泻，小便亦畅，尿赤已好大半，晚上睡眠也见好转，早晨起床腰脊酸痛似有好转。原方去大黄和枳实，加女贞子15克，旱莲草15克。配三剂。

三诊：腰痛、心烦、大便均好转明显。配原方六剂。

四诊：各症已基本消失，原方改知柏八味丸三瓶。

按：嘱以后在无外感情况下常服知柏八味丸以滋肾水，