

骨伤痛证

宋一同 刘献祥 主编

诊疗法

人民卫生出版社

骨伤痛证诊疗法

主 编：宋一同 刘献祥

副主编：张建新 宋永忠

编 委：王建云 王瑯水 刘献祥
庄文江 宋一同 宋永忠
张建新 徐文山 黄朝阳

人 民 卫 生 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

骨伤痛证诊疗法/宋一同等主编. —北京: 人民卫生出版社, 1997

ISBN 7-117-02777-0

I. 骨… II. 宋… III. 骨损伤-诊疗 IV. R683

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 17208 号

骨伤痛证诊疗法

宋一同 刘献祥 主编

人民卫生出版社出版发行
(100078 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼)

机械工业出版社京丰印刷厂印刷

新华书店经销

787×1092 32 开本 15 $\frac{1}{4}$ 印张 337 千字

1998 年 1 月第 1 版 1998 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
印数: 00 001—3 000

ISBN 7-117-02777-0/R·2778 定价: 18.50 元

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

目 录

第一章 骨伤痛证的病因病机	1
第一节 骨伤痛证的病因	1
第二节 骨伤痛证的病机	9
第二章 骨伤痛证的分类、释名	16
第一节 骨伤痛证的分类	16
第二节 骨伤痛证的释名	18
第三章 骨伤痛证的治疗方法	21
第一节 内服药疗法	21
第二节 外敷药疗法	23
第三节 熏洗疗法	25
第四节 手法	29
第五节 针刺疗法	54
第六节 灸疗	61
第七节 拔罐疗法	62
第八节 小针刀疗法	64
第九节 刺络疗法	67
第十节 离子导入疗法	68
第十一节 贴药疗法	70

第十二节	药棒疗法	70
第十三节	热熨疗法	72
第十四节	涂擦疗法	74
第十五节	磁场疗法	74
第十六节	药膳疗法	76
第十七节	单方验方疗法	79
第四章	骨伤痛证的常用药物	83
第一节	理气止痛药	83
第二节	活血止痛药	90
第三节	通下止痛药	104
第四节	清热止痛药	107
第五节	续骨止痛药	117
第六节	和营止痛药	121
第七节	祛风止痛药	123
第八节	祛湿止痛药	136
第九节	温经止痛药	145
第十节	舒筋止痛药	152
第十一节	补虚止痛药	156
第五章	骨伤痛证的常用方剂	175
第一节	理气止痛方	175
第二节	活血止痛方	179
第三节	通下止痛方	184
第四节	清热止痛方	187
第五节	续骨止痛方	197
第六节	和营止痛方	202

第七节	祛风止痛方·····	204
第八节	祛湿止痛方·····	210
第九节	温经止痛方·····	215
第十节	舒筋止痛方·····	220
第十一节	补虚止痛方·····	225
第六章	上肢疼痛·····	232
第一节	肩痛·····	232
第二节	肘痛·····	265
第三节	手（腕）痛·····	279
第七章	下肢疼痛·····	302
第一节	髀痛·····	302
第二节	膝痛·····	318
第三节	足痛·····	335
第八章	躯干疼痛·····	360
第一节	头痛·····	360
第二节	颈项痛·····	377
第三节	胸背痛·····	397
第四节	腰腿痛·····	416
第五节	尾骶痛·····	477

第一章 骨伤痛证的病因病机

第一节 骨伤痛证的病因

引起骨伤疼痛的病因很多。总的说来，可归纳为内因、外因、不内外因。即汉·张仲景在《金匱要略·脏腑经络先后病脉证》中提出的“千般灾难，不越三条：一者，经络受邪，入脏腑为内所因也；二者，四肢九窍，血脉相传，壅塞不通，为外皮肤所中也；三者，房室金刃，虫兽所伤，从凡详之，病由都尽”的论点。分而言之，则疼痛之由，却有多端。正如《本草求真》所说：“痛有因寒、因热、因风、因湿、因滞、因血、因气、因火、因虫之分。”下面就临床常见的引起骨伤疼痛的病因，分述于下。

一、外因 骨伤痛证的外因是指外界因素作用于人体，致使机体发生病理改变，而产生的一种难以忍受的痛苦的各种原因，其中包括外力作用、虫兽伤害、外感六淫、邪毒感染等。

（一）外力作用 外来各种暴力的作用（包括器具伤害）导致机体的组织结构、生理功能失常而引起一系列证候（轻则皮肉损伤；重则皮肉开裂，损伤出血或筋断骨错，甚则内脏损害危及生命），疼痛为其主要表现。跌仆坠堕，腰部闪挫，引起瘀血留滞经脉，气血运行不畅，而致疼痛肿胀。

— 1 —

《景岳全书》说：“跌仆伤而痛者，此伤在筋骨而血脉凝滞也。”《医学管见》也曰：“腰痛亦有因闪挫而得者，闪挫之初，血气必有凝滞之处。”强力任重，胸胁受伤，瘀血停着，而致胁痛。如《苍生司命》：“又有挫闪仆一症，或气郁，或血积，亦作胁痛。”人体各个部位均有遭受外力（外伤）而致痛的可能。

（二）外感六淫 六淫是六气太过而致病的因素。六气是指风、寒、暑、湿、燥、火，是自然界六种不同的气候变化，是万物生长的条件。按照一般规律变迁的四时六气，是正常现象，对人无害。如果一旦发生太过或不及，则引起人体致病而发生疼痛。

六淫致病有它的共性，又有它的个性：

1. 六淫致痛的共性

（1）与季节有关：如春季多风邪，夏季多暑邪，长夏（夏末秋初）多湿邪，秋季多燥邪，而冬季多寒邪。但因四时气候变化异常复杂，人的感受也不同，所以，在同一季节可有不同的六淫邪气侵袭。

（2）与居处地理环境有关：如北方多燥又多寒，南方多炎热，多潮湿。

（3）六淫多为合邪致病：如风、寒、湿邪合而为痹证，或湿热留滞，易生痈肿等。

（4）六淫之邪可以互相转化：寒可化热，热可转寒，湿可化热，热极生风等。

（5）六淫发病多从表入里：从皮肤腠理到经络，从肌肉到筋骨，从经络到脏腑。

（6）六淫可以内生：六气中的风、寒、湿、燥、火可因机体内平衡失调，如气血失调，阴阳平衡失调而产生类似感

受风、寒、湿、燥、火等外邪致病的病症。如肢体损伤后积瘀化热，热腐为脓，出现发热，局部红、肿、热、痛化脓的火毒证候。又如急性化脓性骨髓炎、化脓性关节炎等引起的疼痛症状。

2. 六淫致痛的特性

(1) 风邪性动，凝血麻痹：风性善行而数变，为百病之长，是一种变化多端的外邪。凡湿、热、燥、寒诸气，多依附于风而侵袭人体，引起病痛。所以，风邪实为外感疾患的先导，也是引起疼痛的首要因素。风邪伤人，首先引起血液凝滞，产生一系列的痹、泣、厥的病理变化。这些病变，因气血运行受阻致局部缺血，血不荣筋，则肢体皮肤感觉麻痹，如果脉道凝滞，血行不通，则四肢疼痛厥逆。

(2) 寒邪伤肾，疼痛收引：寒是冬天的主气，但在其他时令也可出现。寒邪是引起疼痛最常见的原因，人身气血津液之所以运行不息，通畅无阻，全赖一身阳和之气。肾为全身阳气的源泉，寒邪伤阳，也就是伤肾之阳气。气为阳，血为阴，寒邪伤阳必伤气。寒性凝滞，阻滞经脉气血，则为疼痛。如《素问·举痛论》曰：“寒气入经而稽迟，泣而不行，客于脉外则血少，客于脉中则气不通，故卒然而痛。”又曰：“寒气客于脉则脉寒，脉寒则缩踈，缩踈则脉绌急，绌急则外引小络，故卒然而痛。”疼痛是因为伤阳气后气不通而引起，因此寒邪伤人的阳气，是疼痛的主要原因。痛之一症，甚为复杂，可见于急性病，也可见于慢性病。有的痛在躯干、四肢，有的痛在胸腹、胁背，有的痛在筋骨、皮肉，有的痛在经络脏腑，然而其致痛之由则多为寒邪所致。所以，感受寒邪，阳气受伤，气血失于鼓动而气滞血瘀，故疼痛，筋脉失于温煦而挛缩。

(3) 湿邪伤肉，肿胀不仁：湿为长夏之主气。以其正当夏秋之交，阳热下降，氤氲熏蒸，水气上腾，潮湿充斥，故长夏多湿病。岁土太过或岁水不及，均可发生雨湿为病，引起人体不同部位疼痛。人体感受湿邪，一是天气雨水雾露之湿；二是居位湿地，水中作业之湿；三是脾虚运化失司。正如《景岳全书》所说：“湿之为病，有出于天气者，雨雾之属是也，多伤人脏气。有出于地气者，泥水之属是也，多伤人皮肉筋脉。……其为证也，……在经络则为痹重筋骨疼痛、腰痛不能转侧，为四肢痿弱痠痛，在肌肉则为麻木为肘肿为黄疸，……在脏腑则为，……腹痛后重，脱肛癰疽等证。”湿与寒邪一起伤人，或因人素感湿邪，损伤阳气，表现为寒湿交着，均可引起气滞血瘀，筋脉收引等病变。脾虚不能运化水湿，就会导致水分过多而出现肢体肿胀麻木，腹痛、腹胀不舒，泄泻等症。此外，湿邪亦常与其他外邪相合为病，如风湿、寒湿、湿热、暑湿、湿温等，而引起相应的疼痛表现。

(4) 火热劫血，腐肉为脓：火（暑）热为阳盛所生，故常可火（暑）热混称。火热为夏令主气，火热司政之年，或火热淫胜，克伐肺金，可引起心痛、腹痛、肩背臂臑痛、皮肤痛、头痛等。《素问·五常政大论》曰：“太阳司天，火气尚明，……热气妄行，……胜则心痛。”《素问·六元正纪大论》曰：“火郁之发，……炎火行，大暑至，……民病，……癰疽骨痛，……腹中暴痛。”《素问·至真要大论》曰：“少阴司天，热淫所胜，怫热至，火行其政，……民病胸中烦热，嗌干右胠满，皮肤痛，……肩背臂臑及缺盆中痛，心痛肺膈。”“少阳司天，火淫所胜，则温气流行，金政不平，民病头痛，发热恶寒而疟，热上皮肤痛。”可见火热之邪，

伤阴劫血，灼伤津液，导致筋脉骨肉失去濡养而枯萎疼痛。

（三）邪毒感染 人体受伤之后，若有创口，则邪毒可从伤口侵入，引起邪毒感染，轻者局部伤口红、肿、热、痛；重者腐肉为脓，肢体坏死；甚者邪毒内陷，侵犯脏腑，导致全身化脓性感染，出现火毒攻心的证候，创伤感染出现败血症就是邪毒感染的结果。此外，邪毒感染还可以引动肝风，表现为局部剧痛，以及牙关紧闭、角弓反张、全身抽搐等证候，见于创伤后破伤风的患者。

（四）虫兽伤害 虫兽伤害包括毒蛇、猛兽、狂犬、毒虫等动物的伤害，这些伤害不仅伤口产生疼痛、出血、皮损等症，更主要的是伤后毒素从伤口进入人体，使伤者出现昏迷、发热、精神失常等全身中毒症状，甚则中毒死亡。如狂犬咬伤（狂犬病）、毒蛇咬伤（血循毒素和神经毒素），不仅伤口剧痛难愈，而且往往是致命性损伤。

二、内因 内因是指人体内部影响损伤疼痛发病的各种因素。骨伤疼痛的发生无论是急性损伤与慢性劳损、内伤与外伤，主要是白于外力伤害，外在因素所致，同时，也都有他的各种不同的内在因素和一定的发病规律。外界致病因素只有在机体虚弱的情况下才侵害人体，侵害人体主要体现在外感六淫、内伤七情及脏腑发病，而对于骨伤疼痛的发病固然也与体质强弱，以及组织的内在结构特点、病理因素等内在因素有关，但是当外来暴力超越了人体防御能力，外来伤害就成了决定性的因素。由于内在因素的影响，也使骨伤科病的发病遵循一定的规律，故内因也与损伤疼痛发病直接相关。现将与疼痛有关的内在因素分述如下：

（一）七情内伤 七情，是指喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七种人的精神情感活动表现，是人的正常生理活动。在正

常情况下，人体有不同的情感变化，但这种变化是有节制的，属正常范围，不会引起病变。但当突然、强烈或长期持久的情志刺激，影响人体生理，使脏腑气血功能紊乱，即导致疾病的发生。

七情致病一是因郁致病，即情感郁结不得舒畅。不同的情感变化，影响不同的脏腑功能。如《素问·阴阳应象大论》：“怒伤肝”、“喜伤心”、“思伤脾”、“忧伤肺”、“恐伤肾”。另一方面，是因病致郁，即与七种情感相关的脏腑病变，引起情感郁结，导致气机升、降、出、入紊乱而发生病变。疼痛作为多种疾病的表现形式之一，其产生亦在于脏腑气血功能失调。如《儒门事亲》：“此轩岐所以论诸痛，皆因于气，百病皆生于气，遂有九气不同之说。气本一也，因所触而为九，所谓九者，怒、喜、悲、恐、寒、暑、惊、思、劳也。”

由于各个脏腑有其特性，脏腑与经脉之络属亦异，脏腑与外在组织连属各有所主，故情志作用于不同脏腑引起的疼痛，往往表现多种多样。如胸痛之证，可因情志不和，心火刑其肺金而引起。《症因脉治》曰：“内伤胸痛之因，七情六欲，动其心火，刑其肺金，或佛郁气逆，伤其肺道，则痰凝气结”，而为胸痛。又若情志抑郁，谋虑不遂，或暴怒伤肝，致其疏泄失职，气阻络痹而致胁肋疼痛。正如《济生续方》所云：“夫胁痛之病，……多因疲极嗔怒，悲哀烦恼，谋虑惊忧，致伤肝脏，肝脏既伤，积气攻注，攻于左侧则左胁痛，攻于右侧右胁痛，移送两侧则两胁俱痛。”

在骨伤科疾病中，内伤七情的变化与骨伤疼痛的变化有着密切的关系：如多发性骨折、胸腹内伤、高位截瘫等严重外伤以及伴随而产生的疼痛、恐惧、焦虑及寒冷、神经麻痹

等许多因素都是对中枢神经系统的强烈不良刺激，以致“惊则气乱，寒则气收”。并可进一步扩散到皮层下中枢，引起功能紊乱。在一些慢性的骨、关节疾病，特别是疼痛症中，如果情感郁结，则内耗气血，加重局部的病情。在创伤骨折、脱位、开放性损伤，及各种骨关节疾病患者中，精神乐观，有利于创伤修复和病情的好转；精神抑郁，忧虑过度，则加重气血的内耗，病情不易好转。长期的精神忧郁，也可积微成疾，成为各种肿胀疼痛的起因之一。

（二）瘀血 瘀血是血液病理变化的一种现象，也是体内潜在的致病因素。又称败血、恶血、积血、干血。

瘀血产生可因外伤后脉络破损，离经之血瘀积肌肉腠理而成。亦可因气虚、气滞或血寒、血热，以及七情抑郁，起居饮食失常，导致气机不畅，气不行则血不流而成。在发病过程中，可因瘀血的大小，瘀阻的不同部位，而出现不同的证候。如瘀阻头面，则头痛眩晕；瘀阻胸胁，则胁肋胀痛；瘀阻肌肤，则青紫肿痛；瘀血经久不消，则成宿伤，长期疼痛。

由于瘀血主要是阻滞经脉，造成局部气血不通畅而使皮肉筋骨经脉失去营养，引起经脉、筋骨、脏腑等组织器官的病变，所以其临床表现以疼痛为主，严重的可合并筋肉、骨骼、经脉的痿痹。

（三）生理因素 某些生理的内在因素对骨伤疼痛的发生有一定的影响，呈现出一定的发病规律。

1. 年龄 不同的年龄损伤疼痛的好发部位和伤病的发生率不同，疼痛的性质也有所差异。相同的姿势摔倒若臀部着地，老年人极易发生股骨颈或粗隆间骨折而疼痛，失去功能，而儿童却极少见。青少年骨质柔嫩，有机质较多，骨折

一般为不完全性或青枝型；老年人骨质脆弱，无机质较多，骨折一般为完全性或粉碎性。肩部受凉，青少年不会引起肩周疼痛，而老年人往往变成肩关节周围炎而疼痛、压痛、肌肉萎缩。

2. 体质 体质的强弱与损伤疼痛的发生关系密切。在相同的暴力的作用下，年轻力壮，气血旺盛，肾精充沛，筋骨强者不易发生损伤，反之若体质虚弱，肾精枯竭，筋骨菱弱者则易发生损伤疼痛。不仅损伤疼痛与体质有关，而且损伤疼痛的恢复也与体质密切相关。气血旺盛，肝肾功能充盈，组织修复快，损伤疼痛恢复快；反之组织修复慢，损伤疼痛恢复慢。

3. 解剖结构 伤痛的发生与局部解剖结构有一定的关系。一般说来在解剖结构的薄弱处、活动与静止交界处、松质骨与密质骨接壤处以及长期负重部位易造成损伤。例如踝关节外侧腓跟、距腓韧带松弛，远不如内侧三角韧带坚强，故多发生内翻位扭伤疼痛。长期行军，易引起第二趾骨头的疼痛，甚至疲劳骨折，其发生都受解剖结构的影响。

（四）病理因素 骨伤疼痛的发生与组织的病变关系密切。骨的疾患如骨肿瘤、骨结核、骨髓炎均可破坏骨组织而引起疼痛。

（五）职业工种 骨伤疼痛的发生与职业工种有一定的关系。如运动员、舞蹈、杂技、武打演员容易发生各种扭伤疼痛；腰肌劳损疼痛多发生于经常弯腰负重操作的工作人员；经常低头工作或操作的中年人容易患颈椎综合征之颈部、臂部疼痛、麻木；网球运动员、会计、钳工易使前臂屈肌群起点劳损患肱骨外上髁炎（网球肘）而疼痛等，均与职业工种有关。

损伤疼痛的病因比较复杂，往往是内外因素综合的结果。不同的外因，可以引起不同的损伤疼痛。由于内因的影响，而同一外因在不同的情况下，疼痛性质、程度及范围又有所不同。因此，必须正确理解损伤疼痛的外因与内因的关系，才能进一步认识疼痛的发生和发展，从而采取相应的防治措施，使骨伤疼痛的发病率得以降低，并能得到正确的治疗。

第二节 骨伤痛证的病机

一、阴阳病机 阴阳学说在指导骨伤痛证临床方面有重要意义。骨伤科疾患，在受伤之初，本无阴阳偏盛偏衰之别，但损伤之后，气机运行受阻，加之血络破损，血不循经，离经之血，积于经隧内外，引起气滞血瘀，甚则气散血失，导致脏腑经络的功能紊乱，阴阳失去相对平衡而疼痛。

（一）阴阳偏盛 人体阴阳是处在互相制约、互相转化、此长彼消、此消彼长的动态平衡之中。阴阳双方可因受外来暴力或内在因素损伤后病情的发展和素体的盛衰而失去平衡，亦有因损伤后受风、寒、湿、暑、燥、火之邪侵袭而导致偏盛。

1. **阳盛** 阳偏盛多见于积瘀化热的阳亢之证。如头胸部的严重损伤，瘀血化热，迫血妄行，则可出现剧烈疼痛、口鼻出血、咳血、咯血；骨折脱位或严重的扭挫伤筋，伤及经络血脉，恶血留滞，血瘀气滞，瘀滞不散，郁久则化热，始而伤处局部红肿疼痛，触之灼热，继则身热自汗，口渴咽下欲饮，小便黄赤刺痛，大便秘结，舌质红苔黄，脉弦大。

2. **阴盛** 阴盛之证是指在损伤的病理变化过程中发生

阴邪太过的病证，在伤科痛证临证中较为多见。如《素问·举痛论》所述“寒气入经而稽迟，泣而不行，客于脉外则血少，客于脉中则气不通，故卒然而痛。”《诸病源候论·腰脚疼痛候》说：“劳伤者肾虚，虚则受于风冷，风冷与真气交争，故腰脚痛。”《灵枢·寿夭刚柔》说：“寒痹之为病也，留而不去，时痛而皮不仁。”都属疼痛病证。由于宿瘀劳损，气血两亏，肝肾不足，经络空虚，正不胜邪，风寒湿邪乘虚侵入，滞留筋肌肢节而疼痛发生。见于颈项、腰背、四肢关节宿伤等。

（二）阴阳偏衰 阴阳偏衰的病证在骨伤疼痛中，常见于损伤之后阴或阳消耗太过而导致偏衰，使人体阴阳消长的关系遭到破坏而发生的病变。

1. 阳虚 阳虚在骨伤科疾病中，以肾阳虚为主。见于严重的骨折、脱位、伤筋、头部内伤的后期，是由于阳气不足，脏腑、经脉失于温煦而然。如心阳虚者，阳气衰微，无力温运血脉，产生胸痹疼痛；脾阳虚者，中焦虚寒，无以温养，而致脘腹隐隐作痛；肾阳不足，不能温暖腰膝，则腰膝酸软而冷痛。如《金匱要略》：“胸痹而痛，所以然者，责其极虚也。今阳虚知在上焦，所以胸痹心痛”。《症因脉治》：“胃阳不足，……阴寒凝结，则积冷之痛作矣”；“先天不足，真阳亏损，则为阳虚腰痛”。

2. 阴虚 阴虚病痛在骨伤科临证中多见于开放性的损伤。主要由于失血过多，阴血耗损，内火熏蒸，脏腑、经脉失养，而为多种疼痛。如肝阴虚则不能濡润筋脉，而致拘挛，胁肋疼痛；肾阴虚者，骨髓不充，而致腰膝酸软疼痛、足跟痛、牙痛、头痛等。正如《金匱翼》所说：“肾虚腰痛者，精气不足，……精气不足，则经脉虚而痛”；“肝虚者，

肝阴虚也，……阴虚血燥，则经脉失养而痛”。

二、气血病机

(一) 气滞血瘀 人身经脉流行，气机环转，上下内外，无有已时，外护卫表，内贯于脏，发挥其循行捍卫的作用。血随气行，环周无端，外而周身四肢，内而五脏六腑。气之与血，气行则血行，气滞则血瘀。骨伤科疾病多因跌仆闪挫、扭捩压轧，以及伤后情志不舒，使经脉流行失常，气血运行失调，壅滞不通，故而产生疼痛。《素问·缪刺论》：“人有所堕坠，恶血留内，腹中胀满，不得前后”，《杂病源流犀烛·跌扑闪挫源流》则明确指出：“夫至气滞血瘀，则作肿作痛，诸变百出。虽受跌受闪挫者，为一身之皮肉筋骨，而气既滞，血既瘀，其损伤之患，必由外侵内，而经络脏腑并与俱伤。其为病，有不可胜言，无从逆科者矣。”气本无形，故郁滞则气聚，聚则似有形而无实质。气机不通之处，即病变所在之处，以胀闷、疼痛、胀多于痛、痛无定处为其特征。血为有形之物，瘀血阻滞，不通则痛，故局部多有疼痛，且疼痛如针刺样，痛点固定不移。若气滞血瘀，则兼有气滞和血瘀两方面的证候，如病损部位胀满疼痛，或痞块刺痛拒按，舌质紫暗有瘀斑等。

(二) 气血两虚 气虚致痛者，多因慢性损伤病人，严重损伤恢复期及年老体弱，损伤元气而为。由于元气不足，气不足以运行精气输送营养，故脏腑机能衰退，除疲倦乏力、语声低微、呼吸气短、自汗、脉细软无力等气虚证外，尚有虚痛见症。如气虚运行无力，血脉不能充盈于上则头痛头晕；气虚中焦运化无权，化源不足，脏腑、筋脉失养，以致肢体疼痛而懈怠。故《金匱翼》曰：“气虚头痛者，清阳气虚，不能上升也”，“病久气虚血损，及素作劳、羸弱之