

认识治疗远伤病 告别慢性疼痛

张怡曹

中医古籍出版社

中医古籍出版社

认识治疗远伤病 告别慢性疼痛

曰
著

图书在版编目 (CIP) 数据

认识治疗远伤病 告别慢性疼痛 / 张怡曹著.
— 北京 : 中医古籍出版社, 2013.7
ISBN 978-7-5152-0460-4

I. ①认… II. ①张… III. ①慢性病—疼痛—
治疗IV. ①R441.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 176236 号

认识治疗远伤病 告别慢性疼痛

张怡曹著

责任编辑	邓永标
出版发行	中医古籍出版社
社 址	北京市东直门内南小街 16 号 (100700)
经 销	全国各地新华书店
印 刷	岳阳长炼兴业印刷有限公司
开 本	880×1230 1/32
印 张	12.5
字 数	206 千字
版 次	2013 年 8 月第 1 版 2013 年 8 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5152-0460-4
定 价	36.00 元

前 言

本书是介绍一个新发现的疾病和治疗这个疾病的方法。这个疾病叫远伤病，是久远的软组织损伤在身体上的病变。远伤病发生的慢性疼痛是它的症状之一，也是大家都非常熟悉的，如头痛、头晕、三叉神经痛、面痉挛、颈椎病、梅核气、肩周炎、网球肘、棒球肘、胸背痛、腰痛、坐骨神经痛、膝关节炎、不安腿综合征、躯体形式障碍、痛经等等。人们在未发现远伤病之前，只能用“镇痛”来解决这些慢性疼痛，在发现远伤病之后，我们就可以用治疗远伤病来解决慢性疼痛。揉摩方法是用来有效治疗远伤病的方法，远伤病可以安全、快速地控制和治愈，慢性疼痛当然也可以安全、快速地解除。

用治病来解决慢性疼痛一直是人们梦寐以求的愿望，一切科学的创新都是源于科学的发现。我们可以从“镇痛”中走出来，治疗远伤病而消除疼痛，“免除疼痛是患者的基本权利”就可成为现实。

远伤病的发现，让我们认识了不管发生在身体什么部位上的慢性疼痛，也不管已经叫什么病名还是没有病名，它们都是同一个远伤病发生的；还让我们认识了，慢性疼痛只是远伤病发生的许多症状之一，还有各种异常感觉和异常表现也是远伤病发生的，我们可以明确诊断和消除这些症状。

在远伤病发现之前，人们对慢性疼痛有着各种看

法和认识，是病是症，何因何故，没有统一认识，这是因为大家不知道远伤病的存在。尽管认识远伤病是件不难的事，有经过揉摩可见的具体病灶，也有揉摩治疗远伤病的即时和长远效验，但人们进入实践来认识一个事物，还有思想障碍和斗争经过，为了帮助大家尽快地走出误区，指出分析了一些不正确说法，以减少误诊误治，既积极有效地解除慢性疼痛，又不伤及身体。

认识远伤病和用揉摩治疗远伤病，到底对慢性疼痛的解除发生了怎样的变化？具体举例可以说明：多年的经过各种治疗三叉神经痛患者，揉摩可立即止痛，经过三五次，可以根治；被诊为腰椎间盘突出压迫神经的腰腿痛患者，住院用杜冷丁还无法止痛，需几万元手术治疗，而揉摩一小时疼痛如失，行动自如，二次治疗而愈；一多年膝关节炎行动困难患者，需置换关节但患者不愿，经揉摩后疼痛立即减轻，可以行走，三次后痊愈如常；一诊断为躯体形式障碍（疑病症）患者，11年住院三次，一次揉摩病明症解，精神愉悦，二次治后，一切感觉正常。这是揉摩的奇迹吗？不是，这是治病治本的效果，“病不辨则无以治，治不辨则无以痊”是也，揉摩病辨治辨。

本书就是把这一切详实地介绍给广大读者。想必，这正是广大慢性疼痛患者急迫需要的，也是所有具有异常感觉和异常表现的患者所迫切需要的。明确迅速地诊治远伤病，对于维护我们的健康是非常必要的。

远伤病毕竟是一个新发现，还有不少未知的东西需要探索研究，揉摩方法也有待改进之处。望广大读者集思广益，共同努力，把这个严重干扰我们人类健康的远伤病更快、更好地摆脱。

目 录

第一章 概论

- 第一节 几个名词解释.....1
- 第二节 概论.....4

第二章 远伤病的发现

- 第一节 远伤病的发现.....23
- 第二节 远伤病认识历程.....33
- 第三节 发现远伤病的意义.....39

第三章 急、慢性疼痛与远伤病的关系

- 第一节 急性疼痛与远伤病.....45
- 第二节 慢性疼痛由远伤病发生.....51
- 第三节 慢性疼痛是远伤病的症状表现之一
.....56

第四章 远伤病的特征

- 第一节 远伤病的隐蔽性.....63
- 第二节 远伤病的表现广泛多样性.....67
- 第三节 远伤病病位在深度感觉上错位
.....70

第四节 远伤病在创伤时疼痛暂时缓解 或消失·····	74
第五章 远伤病病理探讨·····	81
第六章 远伤病与中风关系的探讨	
第一节 中风先兆之说·····	92
第二节 远伤病是中风的主要原因·····	95
第三节 中风没有先兆·····	102
第四节 中风预防与康复·····	104
第七章 远伤病揉摩治疗	
第一节 揉摩名词解释·····	110
第二节 为什么用揉摩治疗远伤病·····	111
第三节 治疗的理论依据·····	116
第四节 揉摩方法·····	119
第五节 操作及注意事项·····	126
第六节 分类治疗·····	132
第七节 揉摩治疗的临床效果·····	134
第八节 具体病例治疗过程·····	136
第九节 揉摩方法在其他方面的应用·····	138
第十节 对揉摩的需要和培训·····	139
第八章 目前医学在远伤病面前	
第一节 不知有远伤病存在·····	144

第二节 对远伤病诊断繁琐复杂·····	154
第三节 治疗远伤病举步维艰·····	161
第四节 医学在慢性疼痛上的重视与研究 ·····	163
第五节 人们开始意识到自己的失误 ·····	170
第九章 身体各部位远伤病的治疗	
第一节 全身远伤病的治疗·····	179
第二节 头部远伤病的治疗·····	201
第三节 颈部远伤病的治疗·····	219
第四节 面部远伤病的治疗·····	233
第五节 胸腹部远伤病的治疗·····	248
第六节 肩臂部远伤病的治疗·····	271
第七节 腰部远伤病的治疗·····	279
第八节 腿部远伤病的治疗·····	288
第九节 背部远伤病的治疗·····	314
第十章 解决慢性疼痛的途径	
第一节 普及远伤病知识和推广揉摩方法 ·····	319
第二节 远伤病预防·····	325
第十一章 有关远伤病问答·····	336

参考文献.....	359
后记.....	362
附文.....	364
附图说明.....	383

第一章 概论

一 几个名词的说明

◇急性疼痛

身体疾病或创伤产生的疼痛，多种疾病或创伤都可以发生疼痛，但控制和治愈了疾病和创伤，疼痛也就消失了。

◇慢性疼痛

这里专指由远伤病发生的疼痛，有明确病因和病灶，可以治愈。

以往，发生在身体各个部位的，不知病因和见不到病灶的疼痛，反复难愈，给患者带来莫大的痛苦，也是人们区别于急性疼痛的普遍说法。所谓慢性并不是因为这类疼痛具有久治难愈和反复发作的特征，而是因为人们不认识它而未治疗发生它的疾病的缘故。

◇慢性疼痛病症

部分慢性疼痛已经被医学上给了多种不同的命名，但无论从病因、病理和治疗来认识，它都是由同一远伤病发生的症状。慢性疼痛只是远伤病的一个主要症状，还有诸如酸胀、麻木、冷、热、抽跳动、重压、紧缚、

等各种异常感觉和肢体行动障碍等。为了节省篇幅，以免反复交待，凡是远伤病发生的症状统称为慢性疼痛病症。

◇软组织损伤

这里仅指身体受到过度挤压而出现的损伤，不包括开放性出血和骨折。因为挤压伤除了软组织受到伤害之外，还有离开血管循环系统的血液滞留在软组织之间的现象。

◇远伤

软组织损伤之后“痊愈”了，一般的情况下都没有任何痕迹和症状，而且不是一时，也不是短时期，有的几年、十几年、几十年没有存在的任何迹象。这些“痊愈”的软组织损伤，我们称谓为远伤，它不同宿伤、陈伤。人们所指的宿伤、陈伤是迁延未愈的软组织损伤，至少是人们还能有“明确的外伤史”记忆的软组织损伤。

◇远伤病

这是本书介绍的疾病，是发生慢性疼痛的疾病。这个疾病具有可观察到的相同的远伤病灶，具有用同种方法消除病灶，治愈疾病的共性。远伤病实际是发生在我们身体上已经久远的软组织损伤。

◇难治的远伤病

难治的远伤病不是治疗效果，是指治疗经过，不易

在二、三次内治愈，要经过反复治疗，而且比一般的治疗要艰难些。也是对疼痛感觉特别灵敏时期，稍有一点远伤，就会发生疼痛。要将远伤病一次又一次地治疗，直至远伤消失。难治远伤病一般在肩部、腰部和腿部。也可能由于反复受伤，而且伤及较深，在深部有组织损伤，也有红细胞。所以治疗不会轻易见到远伤病病灶，一般要经过较长时间的揉摩，才最后见到远伤病病灶显现，病情得到缓解或疼痛解除。

治疗难治的远伤病期间，要注意营养改善，也可以用些中药补益身体。因为有难治的远伤病期间的患者，一般都是身体虚弱，体质较差。

但极个别的患者，由于疾病晚期、身体的虚弱不能接受揉摩治疗，另当别论。

◇揉摩

是用来清理病理物，消除远伤病病灶，治疗远伤病的治疗方法。揉摩是指它的方法对人体相对动作的效应。揉摩方法由多种方法构成，但不再具有传统方法对神经、皮肤等软组织的刺激反应，不再具有进入皮下或造成损伤性的作法。它是创立用来清除身体各个部位远伤病病理物的一种外治方法，我们称谓为远伤病的揉摩方法，简称揉摩。

◇病灶

这里不仅只取机体由于病原体的侵入而发生病变的部分之意义，为了称谓的方便，也指通过一定方法，

使这些部分显现的痕迹，它们实际是病变的部分显露。在平面位置上，所处的地方与远伤病灶完全一致，原只是被表皮所遮挡。

二 概论

在我们认识远伤病之前，先摘录一篇文章。这篇文章反映目前对待慢性疼痛的现状，也留给我们一些疑问。我们将在以后的篇幅中逐步了解到远伤病，这些疑团也会迎刃而解。

2012年3月5日《健康时报》发表了解放军总医院老年心血管病研究所吴海云的一篇文章，题目叫做《关节清理术要慎做》，摘录如下。

妻子的一位好友身高体胖，半年前右侧膝关节经常疼痛，后来还出现肿胀，去医院拍了片子，又做了CT和磁共振检查，医生说是“骨关节炎”，要给她用关节镜做关节清理术。

我告诉她，这种手术并没有什么效果，还是多休息，吃些止痛药。但后来她还是做了关节镜手术。

骨关节炎俗称“骨质增生”，是一种最常见的慢性关节病。这种病，除了颈椎，腰椎外，膝关节也是一个好发部位。特别是偏胖的女性，更容易发生膝关节炎。几十年前，医生们提出了一个理论，认为这种病的疼痛，主要是由于关节内的滑膜增生，还有软骨剥脱，掉到关节腔内，又引起关节腔内的炎性因子增多。因此，如果

采用手术，清理掉这些脱落物，冲洗掉炎症因子，病人病情便会好转。

仅在美国，每年就有 65 万人做这种手术。但这种手术真有效果吗？美国有一位赫赫有名的医生，叫 Bruce Moseley。他的病人中，很多都是身价亿万的大牌运动员。Moseley 也和他的骨科同行们一样，为许多病人做过“膝关节清理术”。但他超乎寻常的观察力和刨根问底的性格，1995 年起，他做了一个让同行大吃一惊的研究，想看看这种手术是不是真的有效。

Moseley 医生将 180 名患膝关节炎的病人，都送到手术室里。其中 60 名病人接受“关节冲洗”手术；60 名病人，除了冲洗关节，还将他们的关节软骨磨平；另外 60 名病人，则只是在麻醉后，在膝盖上象征性地做了个小切口，既不冲洗，也不磨平（医学研究上称为假手术）。但对每个病人，手术过程安排得完全一样，因此，病人们不知道自己是不是真做了手术。三组病人，都对治疗效果很满意。从手术后第二周开始，直到手术后 2 年，Moseley 医生和同事们，采用很细致的方法，评价真手术和假手术的效果，结果连他们自己也很吃惊，三组病人的效果，无论在什么时候，完全没有差别。也就是说，“膝关节清理术”本身，即使有效，也只是由于病人相信，这种手术有效果。这种手术，并不能真正减轻病情，只是起了心理上的安慰作用，从而减轻了病人的症状。

以后，又有很多医生，用不同的方法，评价这种手术的效果，结果都相似。这种很花钱的手术，并不比吃

一些简单的止痛药效果更好。

前些天，我又接到妻子这位好友的电话，她术后又开始疼痛，有时还肿胀。…

这篇文章给我们留下了这样的问题：为何病人做完手术后感觉“效果很满意”？为何按照病因分析而采取的治疗方法 with 未经治疗的效果“完全没有差别”？在治疗慢性疼痛病症这个疾病中，在未发现远伤病之前，这样的问题普遍存在。读者在后面的阅读中对这些问题会得到解答。

医学本身具有权威性，凡认识疾病，诊断疾病，必有可靠的事实依据。因为一般不是医生的群众对疾病了解并不是太多。就是一般医务人员，也不可能了解和掌握全部医学知识。所以当一位医生提出一种见解，尤其是作出一种诊断时，不管对错，人们都会把它当真。当“风湿”之说流行时，大家都说“风湿”，当“骨质增生”、“腰椎间盘突出”之说流行时，人们又异口同声说“增生”、“突出”。连文献也这样称呼，如在《中医治疗现代难病集成》里，就把颈椎病、腰痛、关节炎归于“骨质增生症”，本来不明病因的病似乎找到了“病因”——“骨质增生”，把病因向上推了一级，再是“骨质增生病因迄今未明”。医生的见解成了医疗内外一种“共识”，然后也就似乎成了真理。接着而来的是围绕这些“共识”寻找各种方法来对认定的疾病医治。正如国外学者说的那样，“引进 MRI 后，诊断错误急剧增加，必然导致后续治疗中的决策错误也急剧增加”。一旦这些“共识”与疾病的本质相背离时，不只是疾病得不到有

效治疗，而且会带来新的伤害。当这种错误形成气候之后，人们也将放弃进一步思考，结果严重阻止了人们对事物本质的探讨和研究。

我们知道，有些疾病的病位、病因结论，并不是通过病理解剖或是观察发现，既得不到普遍的查验证实，也得不到治疗效果的支持。如颈椎病病因的认识并不是出于真正的可经验证的发现，也得不到临床和治疗的实践支持。颈椎病的病因一直处于见其生理部位一点异常，推测一因之中。最早发现局部神经根和脊髓长束受损，后来又证实是出于椎间盘退行性变及椎间盘变薄，后又认为是椎间盘突出而慢性地压迫脊髓和神经根，再后来又认为突出的部分属于软骨增生。只是到了 60 年代和 70 年代，有人作了文献综述和专著，到 80 年代，有人根据临床经验和别人的说法，再与解剖生理、病理联系起来，才形成了目前的普遍被强调的病因和分型。由此可以看出，为什么这些病因与疾病的症状缺乏相关性，就是这些被认定的病因与颈椎病没有因果关系。

远伤病是全人类普遍性疾病，也是世界医学上的盲区，目前的医学科技并没有带来解决慢性疼痛的希望，人们有时错误理解设备仪器所见的东西，结果让慢性疼痛的病因背离疾病本身更远（用国外专家的话说“更糟”）。著名演员斯琴高娃患了“股骨头坏死”，当时她在法国和欧洲的一些国家就医，医生诊断说，股骨头已经不行了，建议她换一个人工髋关节，那时斯琴高娃的病情已经十分严重，几乎不能行走。北京中医药大学东方医院的黄枢副教授，运用中医手法为斯琴高娃进行治

疗，配合中药调理，斯琴高娃很快就能活动了，还参加了《大宅门》影视剧的拍摄。毫无疑问，坏死的骨头不能再生，中医“治愈”的是远伤病。不管斯氏今日还有没有病症，仍可在其曾发生病症之处观察到病灶，也可用远伤病的治疗方法根治。

为什么会出现这样的情况？有人认为中医和现代医学在思维和方法上有所不同，会造成一些区别。其实中医和现代医学并不会产生思维和方法的区别，区别来源于社会历史条件的影响和制约。

思维出自于人，一个人在社会条件中，了解、知道那些，不了解、不知道那些，这都是社会条件给你机会，一个人无缘无故思维则叫幻想，就是幻想也是以自己所熟悉事物来展开的。

中医形成时的社会条件，科技还比较不发达，人们接触的社会实践也比较简单，诊断疾病使用的方法还只能是望闻问切，从此得来的信息归纳分析，还只能到“辩证”这一个比较抽象的程度。思维免不了要有些“司外揣内”，因为你见不到“内”，当你可以有手段观察到“内”时，还用得上“揣”吗？当一个人对所接触的事物还不完全清楚时，只要思维，就会产生猜测、臆想。但这种猜测、臆想也还是脱离不了自己的所明白的事物和道理的范畴。这并不分中医和现代医，现代医学在文献中，对一些疾病不明时，也会猜测、臆想出好多原因，如高血压的发病机制有遗传，精神、神经作用，肾素-血管紧张素-醛固酮系统平衡失调，胰岛素抵抗，钠过多，肥胖和其他等。“高血压病的病因和发病机制虽有不少