

颈肩腰痛

实效良方

王培利 主编



化学工业出版社



颈肩腰痛

实效良方

王培

编



化学工业出版社

·北京·

本书系统总结了近年来中医药治疗颈椎病、肩关节周围炎、腰椎疾病、坐骨神经痛等疾病的最新方法。精选了300余种行之有效、方便易用的中医良方，每种方剂分别介绍其组成、用法及功效等。具有方法实用、通俗易懂、疗效确实等特点。

本书适合基层中医师参考，也可供患者及家属阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

颈肩腰腿痛实效良方 / 王培利主编. —北京: 化学工业出版社, 2009.3

ISBN 978-7-122-04715-1

I. 颈… II. 王… III. ①颈肩痛-中医治疗法②腰腿痛-中医治疗法 IV. R274.915

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第011901号

责任编辑: 杨骏翼

文字编辑: 王新辉

责任校对: 郑捷

装帧设计: 郑小红

出版发行: 化学工业出版社

(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码 100011)

印 装: 大厂聚鑫印刷有限责任公司

850mm×1168mm 1/32 印张9½ 字数254千字

2009年4月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)

售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 19.90元

版权所有 违者必究

前言

中医学学历来被人们所认可，主要是因其确切的疗效。

由于患者的体质差异，同一疾病可表现出不同的证候，治疗上根据不同的情况，采取不同的治法，这就产生了中医药临床治疗的多样性。同一种疾病有着众多的治疗方式、方法。

本书精选了近年来中医临床在治疗专病方面的最新方药。医者参考本书，可以了解最新学术进展；患者参阅，可以按书索骥，找到适合自己的疗法。

本书所选录的治疗方法都是通过临床实证、疗效确切、宜于临床应用的。

由于中医学有很强的专业性，请务必在专业中医师的指导下采用本书所收录的方药，特别是使用某些有毒副作用的药物（如附子、乌头、川乌等）时一定要慎重。

由于时间有限，书中难免疏漏及不妥之处，敬请广大同行及读者批评指正。

编者

2009年2月

录

第一章 颈椎病

- | | | | |
|---------------------|----|---------------------|----|
| 1. 痹麻痛消汤 | 2 | 23. 黄芪生血汤配合牵引 | 21 |
| 2. 白芍木瓜汤加味 | 2 | 24. 活血通颈汤配合牵引 | |
| 3. 补气活血强肾方 | 4 | 按摩 | 22 |
| 4. 补肾活血通络汤 | 4 | 25. 活血通络方 | 23 |
| 5. 补肾壮骨汤配合针灸 | 5 | 26. 活血通窍饮 | 24 |
| 6. 除痹颈痛汤配合中药离子 | | 27. 脊痛汤 | 24 |
| 导入 | 6 | 28. 加减身痛逐瘀汤并 | |
| 7. 定眩汤 | 7 | 针刺 | 25 |
| 8. 定眩汤加减 | 8 | 29. 加味黄芪桂枝五物汤 | 26 |
| 9. 葛根二鹿汤 | 9 | 30. 加味葛根汤 | 27 |
| 10. 葛根解颈汤 | 10 | 31. 颈康散 | 28 |
| 11. 葛根汤 | 11 | 32. 颈舒汤配合推拿 | 29 |
| 12. 葛根天麻汤 | 12 | 33. 颈痛散 | 30 |
| 13. 葛根威灵仙汤 | 13 | 34. 颈痛汤 | 31 |
| 14. 葛桂通督汤 | 14 | 35. 颈眩汤 | 32 |
| 15. 葛羌芍药汤 | 15 | 36. 颈晕停汤 | 33 |
| 16. 骨痹汤 | 15 | 37. 颈椎消痛汤 | 33 |
| 17. 固本舒筋汤 | 16 | 38. 颈椎方 | 34 |
| 18. 归芪葛瓜汤 | 17 | 39. 马钱乌头汤 | 35 |
| 19. 桂枝茯苓丸加味 | 18 | 40. 芎葛天麻饮 | 36 |
| 20. 桂枝加葛根汤加味 | 19 | 41. 人参养荣汤 | 37 |
| 21. 缓急舒痹汤 | 20 | 42. 疏风滋血汤 | 38 |
| 22. 黄芪桂枝五物汤加味 | 20 | 43. 舒颈汤 | 39 |

44. 搜风通络汤·····	39	62. 晕痹汤·····	54
45. 天麻钩藤饮加减·····	40	63. 芷麻汤·····	55
46. 天麻蜈蚣汤·····	41	64. 止眩通痹方·····	56
47. 痛安汤·····	42	65. 自拟白芍葛根地龙汤·····	57
48. 通痹活络汤·····	43	66. 自拟补肾壮骨汤分型 辨治颈椎病·····	57
49. 通督活血汤·····	44	67. 自拟葛根骨碎补汤·····	59
50. 通颈汤·····	45	68. 自拟钩蒺汤·····	59
51. 通络消痹汤·····	45	69. 自拟颈舒汤·····	60
52. 威灵仙通痹汤·····	46	70. 自拟颈椎增生汤·····	61
53. 温胆汤合补阳还五汤·····	47	71. 自拟益气活血汤·····	63
54. 温经通络汤·····	48	72. 白芥子散外敷·····	64
55. 仙鹿芪葛汤·····	49	73. 颈痛散外敷·····	64
56. 益督通络汤·····	49	74. 推拿配合补阳还五汤·····	65
57. 益气聪明汤·····	50	75. 透敷散外治·····	66
58. 益气养血通络汤·····	51	76. 头针疗法·····	67
59. 益肾抗骨汤·····	52	77. 威灵化刺膏外敷·····	68
60. 蛇蚁汤·····	53	78. 中药热敷法·····	69
61. 愈眩汤·····	53		

第二章 肩关节周围炎

1. 补中益气汤加味·····	71	10. 黄芪蠲痹汤·····	78
2. 柴胡桂枝汤加减·····	72	11. 活络舒肩汤·····	79
3. 当归四逆汤加减·····	72	12. 加减蠲痹汤内服外敷·····	80
4. 冻肩解凝汤·····	73	13. 加减五积散·····	82
5. 独活寄生汤加味·····	74	14. 加味补阳还五汤·····	83
6. 独活桑寄生汤配合手法·····	75	15. 加味二仙汤·····	84
7. 桂枝加葛根汤加味·····	76	16. 加味黄芪桂枝汤配合 针灸·····	84
8. 黄芪桂枝五物汤加味·····	77	17. 加味九位羌活汤配合 针刺·····	85
9. 黄芪寄生汤合指迷 茯苓丸·····	78		

- | | | | |
|---------------------------|----|--------------------|-----|
| 18. 加味蠲痹汤配中药
外敷 | 86 | 31. 血府逐瘀汤化裁 | 97 |
| 19. 肩痹解凝汤 | 87 | 32. 阳和活络汤 | 98 |
| 20. 肩痹汤 | 88 | 33. 指迷茯苓汤加味 | 99 |
| 21. 肩痹通 | 89 | 34. 自拟温活通凝汤 | 100 |
| 22. 复肩散 | 90 | 35. 按摩法 | 102 |
| 23. 解凝汤配合封闭 | 91 | 36. 耳穴压丸 | 103 |
| 24. 木瓜丸 | 92 | 37. 刮痧疗法 | 104 |
| 25. 身痛逐瘀汤加味 | 92 | 38. 肩痹消痛散 | 104 |
| 26. 舒肩汤治疗顽固性
肩周炎 | 93 | 39. 肩凝效灵散外敷 | 105 |
| 27. 桃红四物加味汤 | 94 | 40. 天灸太渊穴法 | 106 |
| 28. 通痹活血汤 | 95 | 41. 推拿配合针刺法 | 107 |
| 29. 万宝回春汤 | 96 | 42. 温针灸法 | 108 |
| 30. 五十肩活化汤 | 97 | 43. 中药热敷法 | 109 |
| | | 44. 中药熏洗配合按摩 | 110 |

第三章

腰肌劳损

- | | | | |
|--------------------|-----|-------------------|-----|
| 1. 补肾活血方 | 113 | 9. 腰痛方 | 119 |
| 2. 补肾坚骨汤 | 113 | 10. 益气补肾汤 | 120 |
| 3. 补肾强筋活络方 | 114 | 11. 益肾强筋汤 | 120 |
| 4. 独活寄生汤 | 115 | 12. 腰痛汤 | 121 |
| 5. 加味二妙散 | 116 | 13. 除痹汤外熨内服 | 122 |
| 6. 颈腰痛 I 号方 | 117 | 14. 热敷疗法 | 123 |
| 7. 颈腰痛 II 号方 | 117 | 15. 中药药袋外贴 | 124 |
| 8. 泰山磐石散加减 | 118 | | |

第四章

腰椎骨质增生

- | | | | |
|----------------|-----|----------------|-----|
| 1. 菝葜汤 | 126 | 3. 补肾通络汤 | 128 |
| 2. 补肾通督法 | 127 | 4. 当归蛇蝎散 | 129 |

5. 杜仲壮腰汤	130	13. 中药内外合治方	137
6. 腰痛灵胶囊	131	14. 自拟骨增饮	138
7. 鹿角利腰汤	132	15. 自拟平增汤	139
8. 芍药木瓜汤	133	16. 自拟益肾消刺汤	140
9. 四物振督汤	134	17. 凤仙龙沙醋煎熏洗	141
10. 阳和汤加味配贴敷	135	18. 骨质增生外敷方	142
11. 益肾壮骨汤	136	19. 马氏膏药	143
12. 抑增止痛汤	137	20. 外伤散	144

第五章 腰椎间盘突出

1. 宁腰方	146	5. 自拟腰痛胶囊	149
2. 腰痛方	146	6. 推拿法	150
3. 腰痛胶囊	147	7. 腰痛散	151
4. 周氏腰痛胶囊	148	8. 自制腰痛膏	152

第六章 第3腰椎横突综合征

1. 地龙散	154	9. 电针疗法	160
2. 桃红疏痹汤	155	10. 短刺疗法	161
3. 痛疗方	155	11. 刮痧加拔罐法	161
4. 威灵仙药袋热敷法	156	12. 梅花针叩刺配合 拔罐法	162
5. 温经通痹外敷方	157	13. 药熨配合中药 内服法	163
6. 消结膏	158	14. 针刺疗法	164
7. 腰舒汤	159		
8. 刺血拔罐法	159		

第七章 其他腰痛

1. 补肾强骨合剂	167	4. 当归舒筋汤	169
2. 补肾祛湿汤	168	5. 独活酒	170
3. 补肾通络方	169	6. 独活桑寄生酒	171

- | | | | |
|---------------------|-----|------------------|-----|
| 7. 独活桑寄生汤 | 173 | 17. 阳和汤加减 | 181 |
| 8. 独活桑寄生汤加减 | 174 | 18. 腰痛定方 | 182 |
| 9. 二骨二仙汤 | 174 | 19. 腰痛活血方 | 183 |
| 10. 龟鹿二仙膏 | 175 | 20. 腰痛酒 | 184 |
| 11. 活络效灵汤 | 176 | 21. 腰痛 1 号 | 185 |
| 12. 六味地黄汤 | 177 | 22. 益骨汤加减 | 186 |
| 13. 麻黄附子细辛汤加减 | 178 | 23. 自拟腰痛方 | 187 |
| 14. 强肾祛湿汤 | 179 | 24. 神应膏 | 187 |
| 15. 强腰祛痛汤 | 179 | 25. 鼻针法 | 188 |
| 16. 血府逐瘀汤 | 180 | 26. 针刺攒竹穴 | 189 |

第八章 坐骨神经痛

- | | | | |
|-------------------------|-----|-------------------------|-----|
| 1. 痹痛汤 | 192 | 18. 活血止痛汤 | 207 |
| 2. 补肾安络汤 | 192 | 19. 加味温气润经汤 | 208 |
| 3. 补阳还五汤加味 | 193 | 20. 金匱肾气丸加味 | 209 |
| 4. 苍麻四物汤 | 195 | 21. 龙胆泻肝汤加减 | 210 |
| 5. 除痹通络汤 | 196 | 22. 马钱子散 | 210 |
| 6. 地龙散 | 197 | 23. 麻黄附子细辛汤
加味 | 211 |
| 7. 独活寄生汤加减 | 198 | 24. 桑鸡归芪汤 | 212 |
| 8. 二乌梢蛇蝎汤 | 199 | 25. 蛇蝎药酒 | 213 |
| 9. 复方马前子散 | 200 | 26. 双效汤 | 214 |
| 10. 膈下逐瘀汤加减 | 200 | 27. 舒筋汤 | 215 |
| 11. 桂乌汤加味 | 201 | 28. 搜风通络止痛汤 | 216 |
| 12. 桂枝芍药知母汤
加味 | 202 | 29. 通络定痛汤 | 217 |
| 13. 活络定痛汤 | 203 | 30. 通痹祛瘀汤 | 218 |
| 14. 活络止痛汤 | 203 | 31. 通痹汤 | 219 |
| 15. 黄地红汤 | 205 | 32. 通络止痛汤 | 220 |
| 16. 活络定痛饮 | 206 | 33. 顽痹散 | 220 |
| 17. 活血通经方 | 207 | 34. 温经宣痹通络汤 | 221 |

35. 温肾活血汤·····	222	53. 自拟桂枝白附子汤·····	238
36. 温肾通督汤·····	223	54. 自拟青海蛇药酒·····	239
37. 乌附麻辛桂姜汤 加味·····	224	55. 自拟温经行痹汤·····	239
38. 乌红酒·····	225	56. 坐骨七味方加味·····	240
39. 乌头赤石脂丸·····	226	57. 坐骨神经痛方·····	241
40. 乌头黄芪汤·····	227	58. 坐骨痛消汤·····	242
41. 乌头汤加味·····	228	59. 坐痛酒·····	243
42. 消痹汤·····	229	60. 隔消痛饼灸法·····	244
43. 蝎蛇散·····	229	61. 活络洗方熏洗·····	245
44. 阳和三乌汤·····	230	62. 齐刺配合按摩法·····	246
45. 阳和汤·····	231	63. 热敷散外用·····	246
46. 蕙附通痹汤·····	232	64. 推拿疗法·····	247
47. 益肾除痹汤·····	232	65. 腰痛散外敷·····	249
48. 愈痹汤·····	233	66. 穴位注射方·····	250
49. 治痹通络汤·····	234	67. 针刺配合刺血拔罐·····	251
50. 止痛散·····	235	68. 针刺外环中穴·····	251
51. 自拟二乌独活汤·····	236	69. 自拟除痹汤外敷 内服·····	252
52. 自拟桂牛钩藤汤·····	237		

·第九章· 膝骨性关节炎

1. 补肾活血方·····	255	10. 化痰燥湿方·····	264
2. 瘢痕灸法·····	256	11. 火针疗法·····	266
3. 补肾化痰汤加减·····	257	12. 加减三痹汤·····	266
4. 骨炎宁·····	258	13. 活血消痛液·····	268
5. 蜂针加补肾活血方·····	259	14. 加味阳和汤·····	269
6. 补肾壮骨汤·····	261	15. 筋骨汤·····	269
7. 祛瘀化痰汤·····	262	16. 牛蒡子汤加减·····	270
8. 骨刺肿痛散外敷·····	263	17. 补肝养血柔筋汤·····	271
9. 骨痹汤·····	264	18. 强筋壮膝汤·····	273

19. 三色敷热敷 274
20. 伤筋洗剂 275
21. 手法加中药内服
 外敷 275
22. 四妙通痹汤 277
23. 四神煎加味 278
24. 通痹药袋热敷 278
25. 田桂方外敷加神灯
 照射法 279
26. 通痹活血膏 280
27. 通痹汤 281
28. 温经通络散 282
29. 温阳化痰活血汤 283
30. 乌鸡膏 284
31. 消痛健骨外洗方 285
32. 养血清润汤 286
33. 益肾祛痹汤 287
34. 益肾壮骨丸 287
35. 自拟活血舒筋洗剂 288
36. 祛痹止痛汤 289
37. 自拟蠲痹洗剂 290

本书主要内容

1. 颈椎病 291
2. 腰椎间盘突出症 292
3. 肩周炎 293
4. 骨性关节炎 294
5. 骨质疏松症 295
6. 坐骨神经痛 296
7. 腰肌劳损 297
8. 强直性脊柱炎 298
9. 类风湿性关节炎 299
10. 骨肿瘤 300
11. 骨转移瘤 301
12. 骨结核 302
13. 骨梅毒 303
14. 骨淋巴瘤 304
15. 骨纤维肉瘤 305
16. 骨肉瘤 306
17. 软骨肉瘤 307
18. 平滑肌肉瘤 308
19. 脂肪肉瘤 309
20. 横纹肌肉瘤 310
21. 平滑肌瘤 311
22. 平滑肌脂肪瘤 312
23. 平滑肌脂肪肉瘤 313
24. 平滑肌纤维肉瘤 314
25. 平滑肌血管瘤 315
26. 平滑肌纤维血管瘤 316
27. 平滑肌纤维肉瘤 317
28. 平滑肌纤维血管瘤 318
29. 平滑肌纤维肉瘤 319
30. 平滑肌纤维血管瘤 320
31. 平滑肌纤维肉瘤 321
32. 平滑肌纤维血管瘤 322
33. 平滑肌纤维肉瘤 323
34. 平滑肌纤维血管瘤 324
35. 平滑肌纤维肉瘤 325
36. 平滑肌纤维血管瘤 326
37. 平滑肌纤维肉瘤 327
38. 平滑肌纤维血管瘤 328
39. 平滑肌纤维肉瘤 329
40. 平滑肌纤维血管瘤 330
41. 平滑肌纤维肉瘤 331
42. 平滑肌纤维血管瘤 332
43. 平滑肌纤维肉瘤 333
44. 平滑肌纤维血管瘤 334
45. 平滑肌纤维肉瘤 335
46. 平滑肌纤维血管瘤 336
47. 平滑肌纤维肉瘤 337
48. 平滑肌纤维血管瘤 338
49. 平滑肌纤维肉瘤 339
50. 平滑肌纤维血管瘤 340
51. 平滑肌纤维肉瘤 341
52. 平滑肌纤维血管瘤 342
53. 平滑肌纤维肉瘤 343
54. 平滑肌纤维血管瘤 344
55. 平滑肌纤维肉瘤 345
56. 平滑肌纤维血管瘤 346
57. 平滑肌纤维肉瘤 347
58. 平滑肌纤维血管瘤 348
59. 平滑肌纤维肉瘤 349
60. 平滑肌纤维血管瘤 350
61. 平滑肌纤维肉瘤 351
62. 平滑肌纤维血管瘤 352
63. 平滑肌纤维肉瘤 353
64. 平滑肌纤维血管瘤 354
65. 平滑肌纤维肉瘤 355
66. 平滑肌纤维血管瘤 356
67. 平滑肌纤维肉瘤 357
68. 平滑肌纤维血管瘤 358
69. 平滑肌纤维肉瘤 359
70. 平滑肌纤维血管瘤 360
71. 平滑肌纤维肉瘤 361
72. 平滑肌纤维血管瘤 362
73. 平滑肌纤维肉瘤 363
74. 平滑肌纤维血管瘤 364
75. 平滑肌纤维肉瘤 365
76. 平滑肌纤维血管瘤 366
77. 平滑肌纤维肉瘤 367
78. 平滑肌纤维血管瘤 368
79. 平滑肌纤维肉瘤 369
80. 平滑肌纤维血管瘤 370
81. 平滑肌纤维肉瘤 371
82. 平滑肌纤维血管瘤 372
83. 平滑肌纤维肉瘤 373
84. 平滑肌纤维血管瘤 374
85. 平滑肌纤维肉瘤 375
86. 平滑肌纤维血管瘤 376
87. 平滑肌纤维肉瘤 377
88. 平滑肌纤维血管瘤 378
89. 平滑肌纤维肉瘤 379
90. 平滑肌纤维血管瘤 380
91. 平滑肌纤维肉瘤 381
92. 平滑肌纤维血管瘤 382
93. 平滑肌纤维肉瘤 383
94. 平滑肌纤维血管瘤 384
95. 平滑肌纤维肉瘤 385
96. 平滑肌纤维血管瘤 386
97. 平滑肌纤维肉瘤 387
98. 平滑肌纤维血管瘤 388
99. 平滑肌纤维肉瘤 389
100. 平滑肌纤维血管瘤 390



第一章 颈椎病

颈椎病也称颈部综合征或颈椎综合征。是指由于颈部的骨骼、椎间盘、韧带的退行性病变，刺激或压迫神经根、脊髓、椎动脉及软组织，引起的以颈肩部疼痛、麻木为主要表现的一组症候群。颈椎病通常分为6型：局部型、神经根型、脊髓型、椎动脉型、交感神经型和混合型。颈椎病是中老年人的常见病和多发病，发病率随年龄的增加而显著增高。随着社会的发展，由于工作和生活节奏加快，罹患该病的年龄有逐步年轻化的趋势。



1 痹麻痛消汤

【方剂组成】羌活15g，伸筋草15g，当归12g，川芎12g，赤芍12g，丹参15g，姜黄12g，骨碎补15g，乳香10g，没药10g，延胡索10g，茯苓15g，泽泻15g，甘草6g。

【加减变化】气滞血瘀明显者加桃仁、红花、郁金；寒邪较盛、疼痛剧烈者加制何首乌、制附子、威灵仙、桂枝；湿邪偏盛者加防己；气血虚弱、肝肾不足者加熟地黄、牛膝、杜仲。

【服用方法】每日1剂，水煎，分2次服。7日为1个疗程。配合颈椎牵引治疗。

【功效主治】通经活络，散瘀止痛。

【临床运用】临床治疗77例，治愈24例，显效37例，好转13例，无效3例，总有效率96.1%。

● 心得体会 ●

方中重用茯苓、泽泻利水渗湿，减轻脊髓、神经根水肿，茯苓含有大量钾盐，利尿但不会引起低钾；羌活、伸筋草祛风散寒胜湿，舒筋活络；当归、川芎、赤芍、丹参活血化瘀，改善微循环，消除充血水肿，消炎镇痛，并能营养神经、血管，促进组织修复，延缓退变；姜黄行气破瘀，抗菌消炎；乳香、没药、延胡索行气活血，散瘀止痛。



2 白芍木瓜汤加味

【方剂组成】白芍30~60g，木瓜12~25g，鸡血藤12~30g，威灵仙15~30g，甘草~12g。

【加减变化】颈椎骨质增生加葛根15~30g，胸椎骨质增生加

狗脊12~20g, 腰椎骨质增生加杜仲12~20g, 膝关节骨关节病加牛膝12~25g, 跟下骨刺重用白芍, 加独活15g。头痛加细辛, 蔓荆子; 颈项沉重加葛根, 羌活; 上肢痛加姜黄, 海风藤; 下肢痛重加杜仲、钻地风, 豨莶草; 腰膝冷痛加乌头、肉桂、淫羊藿、细辛等; 肢麻加桂枝、桑枝、地龙、路路通、防己等。气虚者加党参、黄芪; 血虚者重用白芍、鸡血藤, 加当归、阿胶; 阴虚者加桑寄生、枸杞子、熟地黄; 阳虚者加淫羊藿、鹿角霜、补骨脂、续断等。风胜者加防风、五加皮; 湿重者加苍术、秦艽; 血瘀者加丹参、川芎、红花、延胡索; 日久者加虻虫、全蝎、蜈蚣、白花蛇; 伴有高血压者加山楂、钩藤、天麻; 伴腹泻者加炒白术、茯苓; 胸痛及背者加瓜蒌、薤白等。

【服用方法】 每日1剂, 水煎服, 分2次服。

【功效主治】 温经通络, 宣痹止痛。

【临床运用】 临床治疗69例, 颈椎骨质增生痊愈20例, 好转8例; 胸椎骨质增生痊愈1例, 好转1例; 腰椎骨质增生痊愈23例, 好转9例; 膝关节病痊愈3例, 好转2例; 趾骨骨刺痊愈1例, 好转1例。临床有效率为100%。

● 心得体会 ●

骨质增生症属中医学痹证范畴。《诸病源候论·风痹候》说: “风寒湿三气杂至, 合而成痹。”《素问·痹论篇》说: “其风气胜者为行痹, 寒气胜者为痛痹, 湿气胜者为着痹也。”说明痹证的病因主要为风、寒、湿。一般认为本病的病机为肝肾阴虚, 气血衰少为本, 风寒湿邪侵袭, 痹阻经络, 气滞血瘀为标。方中白芍养血敛阴, 柔肝止痛; 鸡血藤活血补血, 舒筋活络; 木瓜能温通肌肉之湿滞; 威灵仙散风祛湿, 通经止痛; 甘草益气, 调合诸药。诸药合用能养血活血, 舒筋活络, 散风祛湿, 通经止痛。现代医学认为, 白芍有抑制中枢神经疼痛和脊髓反射弧兴奋的作用; 甘草有抗炎、镇静、抑制末梢神经的作用; 木瓜有镇静、镇痛作用; 威灵仙有软化骨刺的作用。



3 补气活血强肾方

【方剂组成】黄芪30g，桂枝15g，白芍20g，当归12g，川芎12g，鸡血藤15g，牛膝12g，桑寄生12g，杜仲12g，秦艽12g，防风12g，甘草6g。

【加减变化】兼风寒者加葛根、荆芥、细辛等；兼湿者加羌活、独活、木瓜等；兼血瘀者加桃仁、红花、丹参等；兼肾阳虚者加巴戟天、淫羊藿、肉桂等；气血不足者加人参、熟地黄、阿胶等；兼痰浊眩晕者加半夏、天麻、天南星等；病久入络者加全蝎、蜈蚣。

【服用方法】每日1剂，水煎，每晚睡前1次服用。7日为1个疗程。

【功效主治】补气活血，通络止痛。

【临床运用】临床治疗191例，治愈133例，好转37例，无效21例，总有效率89%。

● 心得体会 ●

补气活血强肾方中黄芪补益中气；当归、川芎、白芍、桂枝、鸡血藤活血通络止痛；桑寄生、杜仲强腰壮肾，散寒止痛；秦艽、防风、桂枝疏散风邪。全方共奏补气活血强肾、通络利脉定眩、祛风胜湿止痛之功。



4 补肾活血通络汤

【方剂组成】熟地黄15g，淫羊藿15g，赤丹参15g，狗脊12g，杜仲12g，川芎10g，廬虫10g，红花10g，穿山甲（代）5g，威灵仙12g，络石藤15g，葛根15g，羌活12g，生甘草3g。

【加减变化】气虚者加黄芪30g，党参15g；寒重者加制附子10g、制川乌6g，二药需先煎30min；痛甚者加炙乳香、炙没药各10g；热者加忍冬藤、桑枝各30g；湿重者加炒苍术12g，防己15g。

【服用方法】每日1剂，水煎，分2次服。7日为1个疗程。

【功效主治】补益肝肾，强筋壮骨，活血行气。

【临床运用】临床治疗100例，治愈45例，好转52例，无效3例，总有效率97%。

● 心得体会 ●

方中以熟地黄、淫羊藿为主药，熟地黄补肾中之阴，填充物质基础；淫羊藿兴肾中之阳，助生化功能动力。狗脊、杜仲入肾充髓壮骨；赤丹参、川芎、红花活血行气化瘀；更入虻虫、穿山甲（代）行瘀，功专走窜经络，且直达病所，可改善骨内血液循环，增加骨质营养，解除疼痛；更以威灵仙、络石藤、葛根、羌活祛风解肌，引药上行，疏通经络，扩张血管，使邪去正复，经络畅通，增强神经功能，松弛痉挛肌肉，改善骨代谢，调整椎间力平衡；甘草调和诸药。诸药合用，共奏补肝肾、壮筋骨、行气血、通经络之效。



5 补肾壮骨汤配合针灸

【方剂组成】熟地黄12g，枸杞子10g，何首乌15g，骨碎补10g，桑寄生15g，黄芪30g，葛根30g，丹参20g，川芎10g，天麻10g。

【加减变化】若气滞血瘀严重者加全蝎、虻虫；痰湿阻滞明显者加半夏、天南星；气血亏虚者，加党参、当归；局部疼痛者加威灵仙、桑枝。

【服用方法】每日1剂，水煎服。配合针灸治疗，取颈2～颈

7夹脊穴、风池、百会、大椎，用平补平泻法，留针10min，每日1次。对照组：颈复康冲剂10g，每日2次，骨刺片每次5片，每日3次，头痛明显者加服西比灵胶囊10mg，每日1次。10日为1个疗程，第1个疗程后停2日进行第2个疗程。

【功效主治】补益肝肾，益气养血，活血通络。

【临床运用】临床治疗45例，治愈21例，显效12例，有效9例，无效3例，总有效率为93.3%。

● 心得体会 ●

6

椎动脉型颈椎病以头晕、头痛、耳鸣等为主要表现，是由于颈椎退行性病变，钩椎关节增生，对椎动脉造成挤压和刺激，导致椎动脉供血不足所致。中医将其归入“眩晕”范畴，主要病机为肝肾不足，气血虚弱，血络瘀闭。《素问·至真要大论》曰：“诸风掉眩，皆属于肝。”《灵枢·海论》曰：“脑为髓之海，髓海不足，则脑转耳鸣……”说明肝肾不足是导致眩晕的根本原因，从临床表现可见就诊者大多为40~60岁下元自然亏损患者，故应以补益肝肾治疗为主，佐以益气养血、活血通络。补肾壮骨汤用熟地黄、枸杞子、何首乌补肝肾、益精血；桑寄生、骨碎补补肝肾、强筋骨；黄芪大补元气。现代医学研究表明，黄芪有扩张血管作用；葛根善治颈项强直，可解痉止痛；丹参、川芎活血化瘀；天麻祛风定眩。诸药合用补益肝肾，强筋健骨，活血通络。配合针灸，从颈椎局部改善颈椎退行性病变后对椎动脉的压迫，从而扩张了颈部血管，改善了脑供血不足，缓解了头晕、头痛等症状，故取得了满意疗效。



6 除痹颈痛汤配合中药离子导入

【方剂组成】葛根30g，当归、桂枝、羌活、独活各10g，川芎12g，细辛5g，白芍15g，威灵仙、狗脊各9g，制川乌、制草乌各6g。