

软伤诊疗学

李含文 编著

人民体育出版社出版

天水新华印刷厂印刷 新华书店北京发行所发行

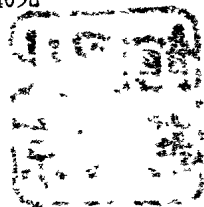
787×1092毫米 32开 350千字 16²⁰/₃₂印张

1987年2月第一版 1987年2月第一次印刷

印数：1—5,000册

统一书号：7015·2348 定价：〔平〕3.40元

责任编辑：阎海



序 论

人体的软组织在生产和日常生活中经常遭到损伤，其发病情况和就诊比例之大、危害和存在问题之多是很惊人的。为了对软组织伤病的情况（患病比例、发病比例、就诊比例、好发部位等）能有个概括的了解，我们进行了社会调查。现附调查报告一份，作为本书序论（此调查报告系1982年武汉运动创伤学术会议入选论文）。

伤科各类病人到底各占多大的比例，还存在哪些问题，我们作了调查。

调查设计及资料搜集

1. 调查对象——除青海地区的体育工作者、运动员、本院体育系学生外，社会调查的对象均采用随机抽样的方法。

2. 调查方法——患病比例以普查方式进行，发病和就诊的资料用全面登记的方法取得。

3. 伤病分类——将伤病分为三大类：软组织伤病（以下简称软伤病）、骨伤病和软伤病合并骨伤病。

4. 伤病的诊断——根据临床表现，尽可能作必需的客观检查为依据而确诊，其中也有一些采用了过去检查的结果。

用以上方法取得的原始资料，经过统计处理，求得调查

人群的患病、发病和就诊比例，并对调查中发现的问题加以归纳，经过分析而下结论。

调查结果

1. 在调查对象中各类伤病的患病、发病、就诊的人数比例如下：

(1) 在××省师范大学体育系学生、××市塑料制品厂工人、××市郊区生产队社员中的各类伤病的患病比例是：软伤病占53.84%，骨伤病占1.48%，骨伤合并软伤病占8.58%，患有伤病的总人数占调查对象总人数的65.68%（见表1）。

表1

患病比例表

调查对象	伤病项目分类	软组织伤病		骨伤病		骨伤合并软伤病		伤病待诊		合 计		
		人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比	调查总数	病人总数	病人占百分比
××省师范学院体育系学生		70	58.33	3	2.50	21	17.50	4	3.33	120	98	81.66
××市塑料厂工人		58	54.20	2	1.87	5	4.67	2	1.87	107	67	62.61
××生产队社员		54	48.65	0	0	3	2.70	0	0	111	57	51.35
合 计		182	53.85	5	1.48	29	8.58	6	1.77	338	222	65.68

(2) ××省1981年大学生田径运动会期间, 就诊26人(指初次发生伤病的人, 凡旧伤除外), 其中软伤病人数就有21例。占发病总人数的80.77%, 而其它病人的总计才5例, 占发病总人数的19.23% (见表2)。

表2 运动会发病比例表

调查对象	软组织伤病		骨伤病		其它科疾病		合 计	
伤病项目分类	人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比	人数	合计
× × 省 1981 年 大学生田径运动会	21	80.77	0		5	19.23	26	100

(3) ××厅职工医院综合外科门诊病人、综合外科急诊病人和综合外科住院病人中, 软伤病占50.37%, 骨伤病人占8.17%, 一般外科及其它病人占41.46% (见表3)。

表3 就诊病人比例表

调查对象	软组织伤病		骨 伤 病		一般外科及 其它疾患		合 计	
伤病项目分类	人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比
××职工医院综合外科住院病人	56	24.56	21	9.21	151	66.22	228	100
××职工医院综合外科门诊病人	174	57.61	29	9.60	99	32.78	302	100
××职工医院综合外科急诊病人	109	76.22	5	3.49	29	20.27	143	100
合 计	339	50.37	55	8.17	279	41.46	873	100

(4) ××医学院附属医院骨科门诊中软伤病人数, 占门诊就诊总人数的72.09%, 而真正的骨伤病人只有26.10%; 在××省体工队伤科门诊就医的受伤运动员中, 有93.92%的人是软伤病患者, 骨伤患者只占其就诊总人数的6.07%。软伤病人平均占这两个伤科门诊量的84.19% (见表4)。

表4 伤科门诊各种伤病人数比例表

调查对象 \ 伤病项目分类	软组织伤病		骨伤病		其它		合计	
	人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比	人数	百分比
××省医学院附属医院骨科门诊	124	72.09	45	26.6	3	1.74	172	100
××省体工队伤科门诊	201	93.92	13	6.07	0	0	214	100
合 计	325	84.20	58	15.02	3	0.77	386	100

2. 在调查中发现软伤病的患病、发病、就诊比例都很大以后, 我们又对软伤病人进行了比较详细的统计观察, 情况如下。

(1) 软伤病人除体育系学生和运动员都是年轻人, 因而无年龄分组意义以外, 对有年龄差别的综合外科门诊病人、骨科门诊病人和进行普查的工人、农民进行了年龄分组, 其中20—49岁的人占70% (见表5)。

(2) 患软伤病的人, 由于工作性质不同, 所以劳动、工作、运动时身体各个部位的生理负担量也不同 (由于各方面原因, 很难准确统计到每个人、每个部位生理负担量的精确

表 5

软伤病人年龄分组表

年龄 分组 对象	0~9	10~19	20~29	30~39	40~49	50~59	60~以上	合计
××职工医院综合外科门诊病人	10	35	43	26	34	23	3	174
××省医学院附属医院骨科门诊	0	12	38	23	32	14	5	124
××市塑料制品厂工人	0	9	11	11	24	3	0	58
××生产队的社员	0		6	17	18	8	4	53
合 计	10	56	98	77	103	48	12	409

数值)。但是我们统计到了,其中软伤病的病变有82%发生在生理负担量大的主要劳动、工作和运动部位。

3.从调查中还看到下列情况。

(1)目前在医学界,唯独在软组织伤病方面还没有一本系统而较完善的专著指导实际工作。

(2)从事软伤病的专业医师最少。

(3)大多数医疗部门把占比例很大的软伤病从属于占比例比它小得多的骨科,设立软伤专科门诊者不多,成立软伤研究机构者更少。

(4)对软伤病的认识、诊断、治疗方面,与其它科相比较,存在的问题较多,病人、医师、领导部门对软伤病还

未给予足够的注意。

分 析

1.从表3可以看出,在综合外科门诊就医的患者中,骨伤病人只占9.6%;而在外科住院病人中也只占9.37%;但软伤病人却占门诊病人的57.61%,而在外科住院病人中却占24.36%。这说明伤科各类病人中,软伤病常常不象骨伤病那样表现得急和重,多数是很少需要住院的所谓“小伤小病”。

2.尽管软伤病常常表现得不很重急,也很少危及人的生命,但从调查结果(1)、(2)、(3)、(4)项看,软伤病患病、发病、就诊等方面所占的比例却是很大的。

3.软伤病病人的70%,是社会生产的主力军——青壮年人;而且有82%的人发生在生产、劳动、运动时承受生理负担量大的主要作功部位,所以在各类伤病中,软伤病对体育运动、社会生产力的影响是很大的。尽管我们未能统计到软伤病对劳动出勤、工作效率、经济开支等方面造成损失的具体数值,但其对人类造成危害的总合,与其它科的病相比却是不能低估的。

结 论

通过对调查结果的分析,提示我们:重视、研究、采取措施解决软组织伤病方面的问题,从人力物力各个方面加强软组织伤病的防治工作,不但是体育事业的需要,对整个社会福利来说也是一件很有意义的工作。

这个调查报告所揭示的问题,不但使我们初步了解到软组织伤病是一类发病率高、患病比例大、就诊人数多、对人

危害严重的疾病，而且使我们意识到，目前软组织伤病与其它类型的疾病相比、其存在的问题最大，对其防治所采取的措施却不得力。

关于软组织伤病的问题，提请有关方面注意是很必要的，但是更重要的则是我们专业伤科医生应该为认识软组织伤病和探求对软组织伤病的有效治疗方法，解决软组织伤病中存在的问题而不懈努力。

编著者的话

软组织伤病是损害人体健康的多发病，尤其多见于青壮年人，严重影响劳动能力和降低工作效率，因此积极作好软组织伤病的防治工作对四化建设当有十分重要的意义。有鉴于此，作者根据多年来的学习和临床实践经验，并参考了大量有关资料，终于编成了本书。本书公开出版前，曾在青海师范大学体育系领导大力支持下自印成书内部参阅，意外受到读者欢迎，竞相索阅。这次公开出版，根据读者意见，重新做了大量修订和补充。

作者编写此书后，蒙《光明日报》、《青海日报》几次载文表扬，把作者列名于“优秀知识分子光荣榜”上。实际上，作者的成长是和党的培养分不开的。在编此书时，又蒙荀惠、李岳奇、杨振铎、任震宇、吴积秦和纪启明等众副教授、副主任医师或主治医师给予审阅，又蒙何斗南、王田健、何争流三同志给予校阅，还得到傅世春、李清谭二位教授和吴再彬、杨德仁二位副教授以及陈林声、杨起庚、张莲英等主治医师的帮助，在此谨向他们表示谢意。

但由于水平所限，错误和不妥之处恐难避免，尚希不吝指正。

李含文

1984年11月

目 录

编著者的话

序论.....	(1)
---------	-------

第一篇 软组织伤病总论.....	(1)
------------------	-------

第一章 概论.....	(3)
-------------	-------

第一节 软组织伤病的临床意义和定义.....	(3)
------------------------	-------

一、软组织伤病的临床意义	(3)
--------------------	-------

二、软组织损伤的定义和研究范围	(4)
-----------------------	-------

第二节 软组织伤病的病因.....	(5)
-------------------	-------

一、中医分类法	(5)
---------------	-------

二、西医分类法	(5)
---------------	-------

第三节 软组织伤病的分类.....	(6)
-------------------	-------

一、内外伤之分	(6)
---------------	-------

二、骨伤病引起的软组织伤	(9)
--------------------	-------

三、急性损伤和慢性损伤.....	(9)
------------------	-------

四、按损伤组织的性质和病理改变分类.....	(10)
------------------------	------

第四节 软组织伤病的病理.....	(10)
-------------------	------

一、软组织性质和结构破坏的学说	(10)
-----------------------	------

二、软组织解剖位置移位的假说	(11)
----------------------	------

三、代谢过程紊乱学说	(12)
------------------	------

四、生理功能障碍学说.....	(12)
-----------------	------

五、损伤组织的病理愈合	(13)
-------------------	------

第二章 软组织伤病的治疗	(15)
第一节 软组织伤病的应急处理	(15)
一、开放性损伤	(15)
二、闭合性损伤	(20)
三、骨折脱位并发软组织损伤	(22)
第二节 推拿按摩疗法	(23)
一、推拿按摩的治病机制(作用原理)	(24)
二、推拿的手法	(25)
三、常用手法	(31)
四、按摩的适应症和禁忌症	(33)
第三节 中医疗法	(34)
一、用药原则	(34)
二、不同时期的用药原则	(35)
三、常用的中药方剂	(36)
(一) 内服药	(36)
(二) 外敷药	(40)
(三) 熏洗药	(44)
(四) 推拿按摩药	(46)
(五) 膏药	(48)
(六) 热熨药	(49)
(七) 其它药方	(49)
四、用药注意事项	(50)
第四节 其它中医疗法	(50)
一、针灸	(50)
二、拔火罐	(51)
三、醋疗和酒精疗法	(52)
四、新医疗法	(52)

第五节 西药疗法	(52)
一、内服药	(52)
二、局部用药	(52)
(一) 局部封闭	(52)
(二) 热敷	(55)
(三) 贴敷	(55)
(四) 用油或酒涂擦	(55)
(五) 手术治疗	(56)
第六节 物理疗法	(56)
一、物理疗法的种类	(56)
二、理疗治病的机制	(56)
三、理疗在软组织伤方面的应用	(58)
四、使用理疗的注意事项	(59)
第七节 医疗体育	(59)
一、体疗治疗伤科疾病的作用机制	(60)
二、伤科疾病的体疗原则	(61)
三、伤科疾病的体疗内容和手段	(67)
(一) 体育练习	(67)
(二) 被动的体育疗法	(70)
四、肩关节功能障碍的体育疗法	(72)
五、肘关节功能障碍的体育疗法	(76)
六、膝关节功能障碍的体育疗法	(77)
七、髋关节功能障碍的体育疗法	(81)
八、腕和踝关节功能障碍的体育疗法	(81)
九、躯干损伤的体育疗法	(82)
十、矫正脊柱畸形的体育疗法	(85)
第八节 牵引疗法	(87)

一、牵引对治疗软组织伤病的作用机制·····	(87)
二、牵引疗法的临床应用·····	(88)
三、牵引的时间·····	(88)
四、牵引的重置·····	(89)
第九节 软组织伤病的制动·····	(90)
一、软组织在运动中的解剖学特点·····	(90)
二、软组织伤后的临床特点·····	(90)
三、软组织伤病制动的临床意义·····	(91)
四、软组织伤病的制动方法·····	(91)
五、软组织损伤制动时注意事项·····	(92)
第二篇 软组织伤病各论 ·····	(95)
第一章 头、颈部软组织伤病·····	(97)
第一节 头、面部皮肤损伤·····	(97)
第二节 下颌关节损伤及功能障碍·····	(98)
第三节 落枕·····	(101)
第四节 颈椎综合症·····	(109)
第五节 颈间盘突出·····	(120)
第二章 躯干部软组织伤病·····	(121)
第一节 胸壁挫伤·····	(121)
第二节 岔气·····	(125)
第三节 腰椎间盘脱出·····	(136)
第四节 腰背肌肉筋膜炎·····	(156)
第五节 髂腰综合症·····	(157)
第六节 棘突骨膜炎和棘上韧带和韧带损伤·····	(168)
第七节 脊髓和马尾神经损伤·····	(171)
第八节 臀部挫伤·····	(175)
第九节 梨状肌症候群·····	(178)

* 第十节	臀上皮神经炎·····	(184)
第十一节	骶髂关节及其韧带损伤 (附腰骶关节损伤) ·····	(186)
第十二节	坐骨神经及其分支的损伤·····	(191)
第三章	肩、上臂部软组织伤病·····	(194)
第一节	肩袖损伤·····	(194)
第二节	大圆肌损伤及大圆肌下滑囊炎·····	(201)
第三节	岗上肌肌腱断裂·····	(203)
第四节	肱二头肌长头腱腱鞘炎·····	(206)
第五节	肱二头肌长头腱断裂·····	(209)
第六节	肱二头肌短头腱拉伤·····	(211)
第七节	三角肌下滑囊炎·····	(213)
第八节	菱形肌损伤·····	(215)
第九节	肩关节周围炎·····	(217)
第十节	肱三头肌起点末端病·····	(224)
第十一节	岗下肌萎缩·····	(225)
第十二节	翼状肩胛·····	(227)
第十三节	胸腔出口综合症·····	(230)
第十四节	肩关节扭伤及脱位·····	(237)
第十五节	习惯性肩关节脱位·····	(244)
第十六节	肩锁关节挫伤与脱位·····	(245)
第十七节	胸锁关节挫伤与脱位·····	(250)
第十八节	桡神经损伤·····	(252)
第十九节	正中神经损伤·····	(254)
第二十节	尺神经损伤·····	(256)
第四章	肘及前臂软组织伤病·····	(261)
第一节	肱骨内上髁炎·····	(261)

第二节	肘尺侧疼痛症候群	(264)
第三节	肱骨外上髁炎	(268)
第四节	外伤性骨化性肌炎及肌腱炎	(274)
第五节	肘关节脱位	(277)
第六节	鹰嘴后滑囊炎	(281)
第七节	缺血性肌痉挛	(283)
第八节	肱骨内外上髁骨髓炎	(286)
第五章	腕、手部软组织伤病	(287)
第一节	手指腱鞘炎	(287)
第二节	桡尺远侧关节分离和三角纤维软骨 盘损伤	(294)
第三节	腕、掌、指关节创伤性滑膜炎	(299)
第四节	腕周围韧带损伤	(301)
第五节	手、指副韧带损伤	(304)
第六节	手指部肌腱损伤	(308)
第七节	腕管综合症	(315)
第八节	月骨脱位	(322)
第六章	髌和大腿部位软组织伤病	(325)
第一节	髌关节脱位	(325)
第二节	髌关节扭伤	(331)
第三节	股骨大转子滑囊炎	(333)
第四节	弹响髌	(335)
第五节	股四头肌损伤	(336)
第六节	股四头肌萎缩	(340)
第七节	大腿内侧肌肉损伤和断裂	(341)
第八节	内收肌管综合症	(344)
第九节	腓绳肌损伤	(345)

第十节	缝匠肌损伤·····	(348)
第十一节	大腿肌肉起始部末端病·····	(350)
第十二节	阔筋膜张肌肌肉筋膜炎·····	(354)
第七章	膝关节周围软组织伤病·····	(357)
第一节	膝内侧副韧带损伤·····	(357)
第二节	膝内侧副韧带钙化·····	(363)
第三节	膝外侧副韧带损伤·····	(366)
第四节	前十字韧带(前交叉韧带)损伤·····	(368)
第五节	后十字韧带(后交叉韧带)损伤·····	(372)
第六节	膝半月板撕裂·····	(374)
第七节	膝半月板炎和半月板周围炎·····	(384)
第八节	膝半月板囊肿·····	(386)
第九节	盘状软骨损伤·····	(388)
第十节	膝关节鼠·····	(390)
第十一节	张腱末端病和伸膝筋膜炎·····	(391)
第十二节	腓腱末端病·····	(393)
第十三节	腓腱炎及腓腱腱围炎·····	(396)
第十四节	腓腱断裂·····	(398)
第十五节	腓骨软骨病·····	(400)
第十六节	腓骨与股骨干酪性骨软骨炎·····	(406)
第十七节	腓骨脱位·····	(410)
第十八节	胫骨结节(粗隆)骨骺炎·····	(414)
第十九节	股骨下端骨骺分离·····	(417)
第二十节	膝脂肪垫炎·····	(419)
第二十一节	膝关节创伤性滑膜炎·····	(423)
第二十二节	膝部滑囊炎·····	(427)
第二十三节	腘窝部囊肿·····	(431)

第二十四节	膝关节脱位·····	(433)
第二十五节	胫腓关节周围软组织损伤·····	(436)
第二十六节	腓肌损伤·····	(438)
第二十七节	膝关节松动症·····	(440)
第二十八节	外伤性膝关节功能障碍·····	(445)
第八章	小腿、足、踝部软组织伤病·····	(448)
第一节	小腿三头肌的损伤及痉挛·····	(448)
第二节	胫前间隔综合症·····	(451)
第三节	腓外侧间隔综合症·····	(456)
第四节	胫骨骨膜炎及疲劳性骨折·····	(457)
第五节	跖肌断裂·····	(459)
第六节	腓骨肌肌腱脱位·····	(462)
第七节	踝部韧带损伤·····	(465)
第八节	足底和足背韧带损伤·····	(469)
第九节	踝关节脱位·····	(470)
第十节	足踝部损伤性腱鞘炎·····	(472)
第十一节	跗管综合症·····	(473)
第十二节	跟腱炎和跟腱腱围炎·····	(475)
第十三节	跟腱断裂·····	(478)
第十四节	跟骨结节骨骺炎·····	(482)
第十五节	足踝部滑囊炎·····	(483)
第十六节	跖腱膜损伤及断裂·····	(484)
第十七节	跟骨下脂肪垫炎·····	(486)
第十八节	跖骨疲劳性骨膜炎·····	(488)
第十九节	跖趾关节脱位和趾间关节脱位·····	(489)
附图 1	人整体肌肉·····	(492)
附图 2	人整体骨骼·····	(插页1)