

奇效良方丛书

颈肩腰腿痛

▲主编 刘建栋

奇效良方



人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

奇效良方丛书

颈肩腰腿痛奇效良方

JING-JIAN-YAO-TUITONG QIXIAO LIANGFANG

主 编 刘建桥

副主编 王笑迎 霍 英

编 委 (以姓氏笔画为序)

于 梅 王笑迎 牛子范

刘建桥 杨 抗 陈 平

段晓红 钱越惠 黄展明

谢 娟 霍 英



人 民 军 医 出 版 社

People's Military Medical Press

北 京

图书在版编目(CIP)数据

颈肩腰腿痛奇效良方/刘建桥主编. —北京:人民军医出版社,2006.9

(奇效良方丛书)

ISBN 7-5091-0140-9

I. 颈… II. 刘… III. ①颈肩痛—验方—汇编②腰腿痛—
验方—汇编 IV. R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 155935 号

策划编辑:张伏震 成博 文字编辑:于晓红 责任审读:黄栩兵

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

电话:(010)66882586(发行部)、51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部)、66882583(办公室)

网址:www.pmp.com.cn

印刷:北京天宇星印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:10 字数:236千字

版、印次:2006年9月第1版第2次印刷

印数:6001~8000

定价:23.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

电话:(010)66882585、51927252

内 容 要 要

本书是“奇效良方”系列丛书中的颈肩腰腿痛分册,是一本较为系统地总结运用中医药方法治疗颈、肩、腰、腿痛疾病的临床参考书。全书共有治疗颈椎病、肩周炎、腰痛、坐骨神经痛等病的良方近 300 首,包括中药内服方、中药外用方、针灸疗法、推拿疗法、综合疗法等,反映了 10 余年来中医临床治疗颈、肩、腰、腿痛的新进展和新成果。本书内容翔实,易学易懂,适合中医临床医师、研究人员和中医院校学生学习参考,也可供广大患者及其家属阅读参考。

责任编辑 张伏震 成 博 于晓红



前言

中医学的发展离不开临床实践,自古以来就有众多的医家将自己的临床心得加以总结、出版,以供人们交流学习,这种做法在缺少现代科研手段、方法的古代起到了促进学术交流、医学进步的作用。

现代科研方法和评价体系的引入,为中医药学在新时期的发展提供了更加良好的条件,专业期刊为中医药学术交流提供了最好的平台。通过学术期刊,可以了解最新的学术成果、临床新知。本丛书精选了近10年来中医临床在治疗专科、专病方面的最新治疗方法。

本丛书所介绍的治疗方法都是通过临床实践证明了的、疗效确切或前人用之有效且有文献可依据的,并具有容易掌握,应用简便,取材方便,不受设备、条件限制,疗效稳妥、可靠,适宜于临床应用等优点。

中医治病重点在于辨证。读者在引用本书所载的方与药时,请一定要在专业医师的指导下使用,以防发生意外。

中医、中药正在受到世界各国的青睐,中医研究进展很快,文献资料浩如烟海,我们虽然尽了努力,但限于经验和水平,书中存在的不足或错漏之处,望各位同仁批评指正。

本书所引用的临床病例资料,均来自国内期刊公开发表的文献,谨向所有原作者致以衷心的感谢。

编者

目 录

目

录



第1章 颈痛 / 1

一、内服良方 / 2

- ▲ 脊痛汤治疗颈椎病 / 2
- ▲ 加味葛根汤治疗颈椎病 / 3
- ▲ 黄芪桂枝五物汤治疗颈椎病 / 4
- ▲ 骨痹汤治疗颈椎病 / 5
- ▲ 归芪葛瓜汤治疗颈椎病 / 6
- ▲ 定眩汤 / 7
- ▲ 补肾壮骨汤配合针灸治疗颈椎病 / 8
- ▲ 除痹颈痛汤配合中药离子导入治疗颈椎病 / 9
- ▲ 定眩汤加减 / 10
- ▲ 葛根汤为主治疗颈椎病 / 11
- ▲ 葛根威灵仙汤治疗颈椎病 / 12
- ▲ 桂枝加葛根汤治疗颈椎病 / 13
- ▲ 黄芪生血汤合牵引治疗颈椎病 / 14
- ▲ 活血通颈汤与牵引按摩治疗颈椎病 / 15
- ▲ 加减身痛逐瘀汤并针刺治疗颈椎病 / 16
- ▲ 加味黄芪桂枝五物汤治疗颈椎病 / 17
- ▲ 颈痛汤治疗颈椎病 / 18



- ▲颈眩汤治疗颈椎病 / 19
- ▲颈椎消痛汤治疗颈椎病 / 20
- ▲威灵仙通痹汤治疗颈椎病 / 21
- ▲葛根解颈汤治疗颈椎病 / 22
- ▲颈舒汤与推拿按摩治疗颈椎病 / 23
- ▲人参养荣汤为主治疗颈椎病 / 24
- ▲蛇蚁汤治疗颈椎病 / 25
- ▲疏风滋血汤治疗颈椎病 / 26
- ▲搜风通络汤治疗颈椎病 / 27
- ▲通督活血汤为主治疗颈椎病 / 28
- ▲通颈汤治疗颈椎病 / 29
- ▲通络消痹汤及手法治疗颈椎病 / 29
- ▲痛安汤治疗混合型颈椎病 / 30
- ▲益气聪明汤治疗颈椎病 / 32
- ▲自拟益气活血汤治疗颈椎病 / 33
- ▲晕痹汤治疗颈椎病 / 34
- ▲益肾抗骨汤治疗颈椎病 / 35
- ▲苳麻汤治疗颈椎病 / 36
- ▲自拟白芍葛根地龙汤治疗颈椎病 / 37
- ▲自拟补肾壮骨汤分型辨治颈椎病 / 38
- ▲自拟葛根骨碎补汤综合治疗颈椎病 / 39
- ▲自拟颈舒汤治疗颈椎病 / 40
- ▲自拟颈眩汤治疗颈椎病 / 41
- ▲自拟颈椎汤治疗颈椎病 / 41
- ▲自拟颈椎增生汤治疗颈椎病 / 42
- ▲白芍木瓜汤加味治疗骨质增生 / 44
- ▲自拟方治疗颈腰椎骨质增生 / 45
- ▲天麻蜈蚣汤治疗颈椎骨质增生 / 46
- ▲活血通络法治疗颈椎骨质增生 / 47



▲颈康散治疗颈椎骨质增生 / 48

二、针推外治 / 49

▲推拿配合补阳还五汤治疗颈椎病 / 49

▲手法加服杜仲汤治疗颈椎病 / 50

▲汤氏头针治疗颈椎病 / 51

▲推拿配合桂枝加葛根汤治疗颈椎病 / 52

第2章 肩痛 / 54

一、内服良方 / 55

▲肩痹解凝汤治疗肩周炎 / 55

▲冻肩解凝汤治疗肩周炎 / 56

▲活络舒肩汤治疗肩周炎 / 57

▲加味补阳还五汤治疗肩周炎 / 58

▲加味二仙汤治疗肩周炎 / 60

▲加味九位羌活汤配合针刺治疗肩周炎 / 60

▲加味蠲痹汤配中药外敷治疗肩周炎 / 61

▲解凝汤配合封闭治疗肩周炎 / 63

▲舒肩汤治疗顽固性肩周炎 / 63

▲万宝回春汤治疗肩周炎 / 64

▲血府逐瘀汤化裁治疗肩周炎 / 65

▲阳和活络汤治疗肩周炎 / 66

▲自拟温活通凝汤为主治疗肩周炎 / 68

▲自拟五十肩活化汤治疗肩周炎 / 69

▲补中益气汤治疗中老年肩周炎 / 70

▲独活桑寄生汤配合手法治疗肩周炎 / 71

▲桂枝加葛根汤加味治疗肩周炎 / 73

▲加减蠲痹汤内服、外敷治疗肩周炎 / 74

▲加减五积散治疗肩周炎 / 75

▲自拟复肩散治疗创伤性肩周炎 / 76

▲宣痹汤联合臂丛阻滞治疗肩周炎 / 77



- ▲黄芪桂枝五物汤加味治疗肩周炎 / 78
- ▲肩痹通合肩部操锻炼治疗肩周炎 / 79
- ▲加味黄芪桂枝汤配合针灸治疗肩周炎 / 80

二、针推外治 / 82

- ▲粗银针温针治疗肩周炎 / 82
- ▲动态针刺法治疗肩周炎 / 83
- ▲奇经疗法治疗肩周炎 / 84
- ▲火针配合穴位注射治疗肩周炎 / 85
- ▲推拿配合针刺治疗肩周炎 / 86
- ▲推拿配合穴位注射治疗肩周炎 / 87
- ▲平衡针灸治疗颈源性肩周炎 / 88
- ▲手法松解术加熏洗法治疗肩周炎 / 89
- ▲温针灸法治疗肩周炎 / 90
- ▲耳穴压丸治疗肩周炎 / 91
- ▲按摩手法治疗肩周炎 / 92
- ▲针罐并用治疗肩周炎 / 93
- ▲针灸配合刮痧治疗肩周炎 / 95
- ▲天灸太渊穴治疗肩周炎 / 96
- ▲针灸配合走罐治疗肩周炎 / 98
- ▲推复肩胛骨治疗肩周炎 / 99
- ▲走罐法为主治疗肩周炎 / 100
- ▲手三针配合痛点灸治疗肩周炎 / 101
- ▲循经穴位推拿治疗肩周炎 / 102
- ▲循经三步针法治疗肩周炎 / 103
- ▲温针灸加药酒治疗肩周炎 / 105
- ▲刮痧疗法治疗肩周炎 / 107
- ▲合谷刺配合推拿治疗肩周炎 / 108
- ▲针刺络穴为主治疗肩周炎 / 109
- ▲互动式针刺法治疗肩周炎 / 110



- ▲中药熏洗配合按摩治疗肩周炎 / 111
- ▲中药熏蒸治疗肩周炎 / 112
- ▲肩凝效灵散外敷加手法治疗肩周炎 / 113

第3章 腰痛 / 115

一、内服良方 / 116

- ▲龟鹿二仙膏治疗肾虚腰痛 / 116
- ▲独活桑寄生汤加减治疗腰痛 / 117
- ▲当归舒筋汤治疗肾虚腰痛 / 117
- ▲补肾祛湿汤治疗腰痛 / 118
- ▲补肾通络方治疗肾虚腰痛 / 119
- ▲二骨二仙汤治疗肾阳虚腰痛 / 120
- ▲独活桑寄生汤加味治疗五更腰痛 / 121
- ▲独活酒治疗腰痛 / 122
- ▲活络效灵汤治疗腰痛 / 123
- ▲六味地黄汤治疗肾虚腰痛 / 124
- ▲麻黄附子细辛汤加减治疗寒湿腰痛 / 125
- ▲宁腰方治疗腰椎间盘突出症术后腰痛 / 126
- ▲强腰祛痛汤治疗腰痛 / 127
- ▲泰山磐石散加减治疗腰肌劳损腰痛 / 128
- ▲血府逐瘀汤治疗术后腰痛 / 128
- ▲阳和汤治疗腰痛 / 129
- ▲腰痛 I 号治疗术后腰腿痛 / 130
- ▲腰痛定方配合牵引治疗腰腿痛 / 131
- ▲腰痛方治疗腰椎间盘突出症 / 132
- ▲腰痛活血方治疗术后腰腿痛 / 133
- ▲补肾强骨合剂治疗绝经后腰痛 / 134
- ▲独活桑寄生酒治疗腰痛 / 135
- ▲腰痛酒治疗腰腿痛 / 136
- ▲益骨汤加减治疗骨质疏松性腰痛 / 137



- ▲腰痛灵胶囊治疗腰椎骨质增生 / 138
- ▲周氏腰痛胶囊治疗腰椎间盘突出症 / 139
- ▲自拟补肾祛湿汤治腰痛 / 140
- ▲自拟腰痛方治疗肾虚腰腿痛 / 141
- ▲自拟腰痛胶囊治疗腰椎间盘突出症 / 141
- ▲自制腰痛胶囊治疗腰椎间盘突出症 / 142
- ▲补肾通督法治疗腰椎骨质增生 / 143
- ▲自拟益肾消刺汤治疗骨质增生 / 144
- ▲杜仲壮腰汤治疗腰椎骨质增生症 / 145
- ▲芎芩木瓜汤治疗骨质增生 / 146
- ▲自拟骨增饮治疗腰椎骨质增生 / 147
- ▲菝葜汤治疗腰椎骨质增生、椎间盘突出 / 148
- ▲抑增止痛汤治疗腰椎骨质增生 / 149
- ▲中药内外合治腰椎骨质增生症 / 150
- ▲鹿角利腰汤治疗骨质增生 / 151
- ▲补肾通络汤治疗腰椎骨质增生症 / 152
- ▲当归蛇蝎散治疗腰椎骨质增生 / 153
- ▲阳和汤配贴敷治疗腰椎骨质增生 / 154
- ▲四物振督汤治疗老年性腰椎骨质增生 / 155
- ▲益肾壮骨汤治疗腰椎骨质增生 / 156
- ▲自拟平增汤治疗腰椎骨质增生 / 157

二、针推外治 / 158

- ▲推拿配合枝川疗法治疗慢性腰痛 / 158
- ▲推拿手法治疗慢性腰痛 / 159
- ▲推拿治疗“单纯腰痛型”腰椎间盘突出症 / 160
- ▲外环中穴治疗坐骨神经痛 / 161
- ▲委中刺络放血治疗慢性腰痛 / 162
- ▲腰三穴综合疗法治疗腰痛 / 163
- ▲攒竹穴为主针刺治疗急性腰痛 / 164



- ▲针刺腰痛点治疗急性腰扭伤 / 165
- ▲针刺鼻腔部腰痛点治疗腰痛 / 166
- ▲侧扳法配合健脾活血方治疗老年腰痛 / 166
- ▲时穴配攒竹治疗急性腰痛 / 168
- ▲针刺承山穴配合服用身痛逐瘀汤治疗瘀血腰痛 / 169
- ▲针刺快捷解除突发腰痛 / 170
- ▲针刺全息穴治疗腰痛 / 170
- ▲针刺臃中穴治疗急性下腰痛 / 172
- ▲针刺手针疗法腰腿点治疗腰痛 / 172
- ▲前后缪刺治疗腰痛 / 173
- ▲针刺天柱穴治疗腰痛 / 174
- ▲帽炷温针治疗腰痛 / 175
- ▲化脓灸治疗腰椎压缩性骨折后遗腰痛 / 176
- ▲艾灸肾俞、足三里治疗瘀血腰痛 / 177
- ▲艾箱熏疗治疗腰痛 / 178
- ▲拔罐配合独活桑寄生酒治疗腰痛 / 179
- ▲鼻针治疗顽固性腰痛 / 180
- ▲隔饼灸治疗产后腰痛 / 181
- ▲小针刀治疗慢性腰痛 / 182
- ▲针刀治疗脊神经源性腰痛 / 183
- ▲整脊手法配合针刺治疗急性腰痛 / 184
- ▲竹筒点刺拔罐治疗下腰痛 / 185
- ▲主取督脉配合手法治疗寒湿腰痛 / 186
- ▲温针治疗腰椎骨质增生 / 188
- ▲腕踝针为主治疗腰椎骨质增生症 / 189
- ▲温补脾肾针法治疗腰椎骨质增生症 / 190
- ▲李氏大灸法治疗腰椎骨质增生 / 191
- ▲藤疗加针刺治疗腰椎骨质增生症 / 192
- ▲阴阳反应点取穴针刺治疗腰痛 / 193



- ▲银质针治疗产后腰痛 / 194
- ▲外伤散治疗骨质增生所致腰痛 / 195
- ▲外敷方治疗腰痛 / 196
- ▲腰痛散治疗腰腿痛 / 197
- ▲腰痛散治疗腰椎间盘突出症 / 198
- ▲自拟骨质增生外敷方治疗腰痛 / 199
- ▲自制腰痛膏外贴治疗腰椎间盘突出症 / 200
- ▲神应膏治疗腰痛 / 201
- ▲马氏膏药治疗颈腰椎骨质增生 / 202
- ▲凤仙龙沙醋煎熏洗治疗腰椎骨质增生症 / 203
- ▲骨愈散烫疗治疗软组织损伤性腰痛 / 204
- ▲益肾蠲痹汤治疗腰痛 / 205

第4章 腿痛 / 207

一、内服良方 / 207

- ▲补阳还五汤加味治疗坐骨神经痛 / 207
- ▲补肾安络汤治疗坐骨神经痛 / 208
- ▲乌头赤石脂丸治疗坐骨神经痛 / 209
- ▲苍麻四物汤治疗坐骨神经痛 / 210
- ▲独活桑寄生汤合补阳还五汤治疗坐骨神经痛 / 211
- ▲膈下逐瘀汤加减治疗坐骨神经痛 / 212
- ▲桂枝芍药知母汤加味治疗坐骨神经痛 / 213
- ▲黄地红汤治疗坐骨神经痛 / 214
- ▲活络定痛饮治疗坐骨神经痛 / 215
- ▲活血通经方治疗坐骨神经痛 / 215
- ▲复方马钱子散治疗坐骨神经痛 / 216
- ▲金匮肾气丸加味治疗坐骨神经痛 / 217
- ▲蠲痹安胎汤治疗妊娠坐骨神经痛重证 / 218
- ▲麻黄附子细辛汤加味治疗坐骨神经痛 / 219
- ▲自拟四妙化痰汤 / 220



- ▲桑鸡归芪汤治疗坐骨神经痛 / 221
- ▲蛇蝎药酒治疗坐骨神经痛 / 222
- ▲身痛逐瘀汤加味治疗坐骨神经痛 / 223
- ▲活络止痛汤 / 224
- ▲双效汤治疗坐骨神经痛 / 225
- ▲舒筋汤治疗坐骨神经痛 / 226
- ▲搜风通络止痛汤治疗坐骨神经痛 / 227
- ▲通痹祛瘀汤治疗坐骨神经痛 / 228
- ▲通痹汤治疗坐骨神经痛 / 229
- ▲顽痹散治疗坐骨神经痛 / 230
- ▲温经宣痹通络汤治疗坐骨神经痛 / 231
- ▲温肾通督汤 / 232
- ▲乌附麻辛桂姜汤加味治疗坐骨神经痛 / 233
- ▲乌附麻辛桂姜汤治疗坐骨神经痛 / 234
- ▲乌红酒治疗坐骨神经痛 / 235
- ▲乌头黄芪汤治疗坐骨神经痛 / 236
- ▲乌头汤加味治疗坐骨神经痛 / 237
- ▲蝎蛇散治疗坐骨神经痛 / 238
- ▲阳和汤治疗坐骨神经痛 / 238
- ▲治痹通络汤治疗坐骨神经痛 / 240
- ▲痹痛汤治疗坐骨神经痛 / 241
- ▲除痹通络汤治疗坐骨神经痛 / 242
- ▲当归芍药散治疗妊娠合并坐骨神经痛 / 243
- ▲自拟桂牛钩藤汤治疗坐骨神经痛 / 244
- ▲自拟痹痛宁治疗坐骨神经痛 / 244
- ▲自拟二乌独活汤治疗坐骨神经痛 / 245
- ▲自拟桂枝白附子汤治疗坐骨神经痛 / 246
- ▲自拟青海蛇药酒治疗坐骨神经痛 / 247
- ▲自拟温经行痹汤治疗坐骨神经痛 / 248



- ▲自拟坐痛方治疗坐骨神经痛 / 249
- ▲坐痛酒治疗坐骨神经痛 / 250
- ▲药酒治疗腰椎骨质增生 / 252
- ▲骨质增生 1 号治疗膝骨性关节炎 / 252
- ▲桃红四物汤合四虫散治疗膝关节骨质增生症 / 253

二、针推外治 / 254

- ▲“强通法”治疗坐骨神经痛 / 254
- ▲齐刺法加温针灸治疗坐骨神经痛 / 255
- ▲天宗穴点刺放血结合针刺治疗坐骨神经痛 / 256
- ▲头穴缪刺治疗坐骨神经痛 / 257
- ▲温和灸配合针刺治疗坐骨神经痛 / 258
- ▲温针灸与回旋灸治疗坐骨神经痛 / 260
- ▲温针灸治疗原发性坐骨神经痛 / 260
- ▲齐刺配合按摩治疗坐骨神经痛 / 261
- ▲青龙摆尾针法治疗坐骨神经痛 / 262
- ▲三阳开泰法针刺治疗坐骨神经痛 / 263
- ▲隔消痛饼灸综合治疗坐骨神经痛 / 264
- ▲留针拔罐法治疗坐骨神经痛 / 265
- ▲水针为主治疗坐骨神经痛 / 266
- ▲推拿疗法治疗坐骨神经痛 / 267
- ▲温针加拔罐治疗坐骨神经痛 / 269
- ▲新环跳穴治疗坐骨神经痛 / 270
- ▲针刺拔罐治疗坐骨神经痛 / 271
- ▲针刺环跳、委中穴为主治疗坐骨神经痛 / 272
- ▲针刺环跳穴治疗坐骨神经痛 / 273
- ▲按摩针刺治疗原发性坐骨神经痛 / 274
- ▲刺血拔罐配合针刺治疗坐骨神经痛 / 275
- ▲电针治疗坐骨神经痛 / 276
- ▲巨刺疗法治疗坐骨神经痛 / 277



- ▲刺血加针刺治疗坐骨神经痛 / 278
- ▲巨针透刺治疗坐骨神经痛 / 279
- ▲口针疗法治疗坐骨神经痛 / 280
- ▲针刺加电子去痛仪治疗坐骨神经痛 / 280
- ▲针刺加封闭疗法治疗坐骨神经痛 / 281
- ▲针刺加穴位注射治疗坐骨神经痛 / 282
- ▲针刺结合血栓通治疗原发性坐骨神经痛 / 283
- ▲针刺配合刺血拔罐治疗坐骨神经痛 / 285
- ▲针刺配合理疗治疗坐骨神经痛 / 286
- ▲针刺配合温经通络酒治疗坐骨神经痛 / 287
- ▲震颤法治疗坐骨神经痛 / 288
- ▲滞针法治疗根性坐骨神经痛 / 289
- ▲针刺治疗膝关节骨质增生 / 290
- ▲隔姜醋灸为主治疗跟骨骨质增生 / 291
- ▲通痹定痛消刺汤热浴治疗跟骨骨质增生 / 292
- ▲穴位注射治疗坐骨神经痛 / 294
- ▲穴注黄芪加汤剂治愈坐骨神经痛 / 295
- ▲腰痛散外敷治疗坐骨神经痛 / 296
- ▲野木瓜注射液穴位注射治疗坐骨神经痛 / 297
- ▲自拟除痹汤外熨内服治疗坐骨神经痛 / 298
- ▲骨痹通治疗膝关节骨质增生 / 299