

骨关节疾病 中西医防治

赵文志 主编

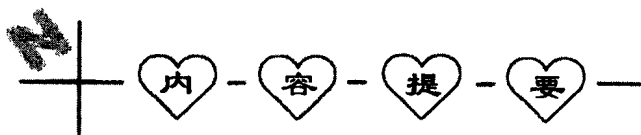


金盾出版社

骨关节疾病中西医防治

主 编
赵文志

金 盾 出 版 社



本书简要介绍了骨关节疾病的特点、临床症状、诊断和发病原因,详细阐述了颈椎病、肩周炎、强直性脊柱炎、腰椎间盘突出症、骨性关节炎、风湿热与风湿性关节炎、类风湿性关节炎、痛风的西医药疗法,中医药疗法及自然疗法等。其内容丰富,操作性强,可供基层医师和患者阅读。

图书在版编目(CIP)数据

骨关节疾病中西医结合防治/赵文志主编. —北京:金盾出版社, 2009. 10

ISBN 978-7-5082-5816-4

I. 骨… II. 赵… III. 关节疾病—中西医结合疗法 IV. R684

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 110376 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京凌奇印刷有限责任公司

正文印刷:北京万博城印刷有限公司

装订:北京万博城印刷有限公司

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:7 字数:155 千字

2009 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~11 000 册 定价:15.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



目 录

一、概述	(1)
(一)骨关节疾病发病概况	(1)
(二)骨关节疾病易发人群	(1)
(三)骨关节疾病的发展前景	(2)
二、颈椎病	(3)
(一)颈椎的特点	(3)
1. 颈椎的生理弯曲	(3)
2. 颈椎的活动范围	(3)
3. 颈部韧带	(4)
4. 与颈椎病有关的神经及其作用	(5)
(二)病因和易患人群	(6)
1. 西医病因	(6)
2. 中医病因	(7)
3. 易患人群	(7)
(三)症状和分型	(8)
1. 典型症状	(8)
2. 分型	(9)
(四)诊断标准	(9)
1. 病史	(9)
2. 发病经过及病程	(9)
3. X线显示	(10)
4. 实验室检查	(10)
5. 其他检查	(10)

骨关节疾病中西医防治

(五) 西医治疗	(10)
1. 牵引	(10)
2. 颈托和围领	(10)
3. 药物治疗	(10)
4. 物理疗法	(12)
(六) 中医治疗	(12)
1. 辨证论治	(12)
2. 中成药	(13)
3. 外治法	(15)
4. 药浴法	(16)
(七) 自然疗法	(18)
1. 按摩疗法	(18)
2. 针灸疗法	(19)
3. 拔罐疗法	(22)
4. 医疗体育	(23)
5. 饮食疗法	(25)
(八) 预防复发	(28)
1. 颈椎病复发的因素	(28)
2. 生活调理	(29)
3. 功能锻炼	(30)
三、肩周炎	(32)
(一) 病因	(32)
1. 西医病因	(32)
2. 中医病因	(34)
(二) 症状	(34)
1. “扛肩”现象	(34)
2. 疼痛	(35)
(三) 与肩周炎相关的问题	(36)
1. 肩周炎的好发人群	(36)

2. 肩周炎的病变部位	(36)
(四) 中医诊断标准	(37)
1. 诊断标准	(37)
2. 证候分类	(38)
(五) 不同时期治疗	(38)
1. 早期	(38)
2. 冻结期	(38)
3. 恢复期	(39)
(六) 西医治疗	(39)
1. 药物治疗	(39)
2. 物理治疗	(40)
(七) 中医治疗	(40)
1. 中医辨证施治	(40)
2. 中成药	(41)
3. 验方	(43)
4. 外治法	(46)
5. 药浴法	(47)
(八) 自然疗法	(48)
1. 按摩	(48)
2. 针灸疗法	(49)
3. 拔罐疗法	(50)
4. 饮食疗法	(50)
5. 茶疗法	(54)
(九) 功能锻炼	(54)
1. 运动疗法	(54)
2. 简易健身操	(55)
四、强直性脊柱炎	(57)
(一) 症状	(57)
1. 临床表现	(57)

骨关节疾病中西医防治

2. 好发人群	(58)
(二) 病因和病理改变	(58)
1. 西医病因	(58)
2. 中医病因	(60)
3. 病理改变	(60)
(三) 诊断与鉴别	(61)
1. 诊断	(61)
2. 鉴别	(61)
(四) 西医治疗	(62)
1. 药物治疗	(62)
2. 物理治疗	(63)
3. 功能锻炼	(63)
4. 手术治疗	(64)
(五) 中医治疗	(64)
1. 辨证治疗	(64)
2. 中成药	(65)
(六) 自然疗法	(67)
1. 饮食疗法	(67)
2. 药酒疗法	(70)
五、腰椎间盘突出症	(72)
(一) 腰部生理特点	(72)
1. 腰椎	(72)
2. 腰椎骨及其附件	(72)
3. 腰肌	(73)
4. 椎间盘	(74)
5. 韧带	(74)
6. 脊神经	(75)
(二) 腰椎间盘突出症的病因和症状	(77)

1. 病因	(77)
2. 发病因素	(78)
3. 症状表现	(79)
(三) 腰椎间盘突出症的特殊检查	(82)
(四) 中医辨证分型	(84)
1. 肾功能失调	(84)
2. 肝功能失调	(85)
3. 脾功能失调	(85)
4. 多脏腑功能失调	(86)
(五) 其他疾病的腰痛	(87)
1. 急性腰扭伤	(87)
2. 腰肌劳损	(88)
(六) 西医治疗	(89)
1. 手术疗法	(89)
2. 非手术疗法	(90)
(七) 中医治疗	(91)
1. 辨证论治	(91)
2. 中成药	(92)
3. 外敷法	(94)
4. 药袋法	(95)
5. 热敷法	(95)
6. 药浴法	(95)
7. 浸渍法	(97)
(八) 自然疗法	(97)
1. 按摩疗法	(97)
2. 针灸疗法	(98)
3. 拔罐疗法	(99)
4. 饮食疗法	(99)

骨关节疾病中西医防治

5. 茶疗法	(102)
6. 药酒疗法	(102)
六、骨性关节炎	(105)
(一)病因、病理和症状	(105)
1. 病因	(105)
2. 病理	(105)
3. 症状	(106)
(二)中医辨证分型	(108)
1. 肝肾不足、筋脉瘀滞证	(108)
2. 脾肾两虚、湿注骨节证	(108)
3. 肝肾亏虚、痰瘀交阻证	(109)
4. 风寒湿邪阻络证	(109)
5. 气滞血瘀证	(109)
(三)西医治疗	(109)
1. 药物治疗	(109)
2. 手术治疗	(110)
(四)中医治疗	(110)
1. 辨证施治	(111)
2. 中成药	(111)
3. 验方	(113)
4. 熏洗法	(115)
5. 贴敷法	(118)
6. 发泡法	(119)
7. 熨摩法	(120)
8. 药锤法	(120)
(五)自然疗法	(121)
1. 按摩疗法	(121)
2. 针灸疗法	(121)

3. 拔罐疗法	(122)
4. 保健操	(122)
5. 饮食疗法	(123)
七、风湿热与风湿性关节炎	(127)
(一)病因与临床表现	(127)
1. 病因	(127)
2. 临床表现	(128)
(二)检验与分型	(129)
1. 临床检验	(129)
2. 分型	(130)
(三)诊断与鉴别	(130)
1. 诊断	(130)
2. 与类风湿关节炎的鉴别	(131)
(四)中医辨证分型	(131)
1. 行痹(风邪偏盛)	(131)
2. 痛痹(寒邪偏盛)	(131)
3. 着痹(湿邪偏盛)	(131)
4. 热痹(热邪偏盛)	(131)
5. 虚痹(气血两虚)	(132)
(五)西医治疗	(132)
1. 药物治疗	(132)
2. 物理疗法	(133)
(六)中医治疗	(135)
1. 辨证治疗	(135)
2. 中成药	(136)
3. 验方	(138)
4. 外敷法	(140)
5. 膏药法	(140)

骨关节疾病中西医防治

6. 热熨法	(141)
7. 熏洗法	(141)
(七) 自然疗法	(142)
1. 心理疗法	(142)
2. 医疗体育	(142)
3. 针灸疗法	(143)
4. 饮食疗法	(144)
5. 茶疗法	(146)
(八) 预防复发	(148)
1. 预防初次风湿热	(149)
2. 预防风湿热复发	(149)
3. 预后	(150)
八、类风湿关节炎	(151)
(一) 病因和病理	(151)
1. 病因	(151)
2. 病理	(152)
(二) 症状	(153)
1. 晨僵	(153)
2. 关节疼痛与压痛	(154)
3. 关节肿胀	(154)
4. 关节周围病变	(155)
5. 对称性关节炎	(155)
6. 关节炎的发展过程	(155)
(三) 检验	(156)
1. 类风湿因子	(156)
2. C 反应蛋白	(157)
3. 血沉	(157)
(四) 诊断分型与鉴别	(158)

目 录

1. 诊断标准	(158)
2. 关节功能分级标准	(159)
3. X 线分期	(159)
4. 鉴别	(159)
(五) 西医治疗	(160)
1. 药物治疗	(160)
2. 手术治疗	(162)
3. 物理治疗	(162)
(六) 中医治疗	(165)
1. 辨证施治	(165)
2. 中成药	(166)
3. 药浴法	(168)
4. 药带法	(169)
5. 热敷法	(169)
6. 烟熏法	(169)
7. 涂擦法	(169)
8. 敷贴法	(170)
9. 蜂毒疗法	(170)
(七) 自然疗法	(171)
1. 按摩疗法	(171)
2. 针灸疗法	(172)
3. 饮食疗法	(173)
九、痛风	(177)
(一) 病因	(177)
1. 西医病因	(177)
2. 中医病因	(178)
(二) 症状、分期及伴随疾病	(179)
1. 症状	(179)

骨关节疾病中西医防治

2. 分期	(180)
3. 可能伴随的疾病	(180)
(三) 诊断标准	(181)
1. 西医诊断标准	(181)
2. 中医诊断标准	(182)
(四) 西医治疗	(183)
1. 药物治疗	(183)
2. 物理治疗	(185)
(五) 中医治疗	(186)
1. 辨证论治	(186)
2. 中成药	(187)
3. 敷贴法	(189)
4. 熏洗法	(190)
5. 浴足法	(190)
6. 热熨法	(191)
7. 涂擦法	(191)
8. 验方	(192)
(六) 自然疗法	(194)
1. 按摩疗法	(194)
2. 针灸疗法	(195)
3. 健身操	(197)
4. 饮食疗法	(197)
5. 心理疗法	(204)
附录一 经络系统图	(205)
附录二 常用穴位图	(206)



一、概 述

(一)骨关节疾病发病概况

目前,人类正面临着肌肉骨骼系统疾病的巨大冲击,全世界有 4 亿多人患有不同程度的关节疾病,而其中大多数人因骨关节炎、类风湿关节炎、慢性关节疼痛、骨质疏松症、腰背痛及各类意外伤害事故而承受巨大痛苦。我国关节炎患者人数为 1 亿。被称为“人类致残的头号杀手”的骨关节病,随着人口老龄化的到来,中老年人群发病已呈现上升趋势。65 岁以上的人群中,关节疾病患者占慢性疾病总人数 50% 以上。全世界每 30 秒钟就有一个人死于交通事故,每年有 2 300 万~3 400 万人因车祸致伤、致残。影响女性健康病因调查显示,骨关节病排在第四位。跛行、畸形将继续剥夺儿童正常发育的权利。在过去 10 年中,由于骨质疏松症引起的骨折病例数已翻 1 倍。

(二)骨关节疾病易发人群

50 岁以上妇女,1/3 的人因骨质疏松症而造成骨折。美国过去 5 年中,肌肉骨骼系统疾病带来的经济损失是巨大的,从 2 150 亿美元猛增至 2 540 亿美元。预计未来 10 年,亚洲、拉丁美洲由骨质疏松症导致的髌部骨折发生率将翻倍。发展中国家 25% 的医疗费用将用于骨关节相关疾病。根据人口统计学

骨关节疾病中西医防治

趋势,骨科学专家指出,至 2020 年,估计受关节疾病影响的人群将增加 1 倍,全世界将有 5.7 亿人发病。因此,由世界卫生组织发起并由世界各国共同参与的“骨骼与关节健康 10 年”,将 21 世纪的第一个 10 年定为骨关节疾病预防、治疗和发展的 10 年,旨在唤起全人类共同重视骨骼与关节疾病对人类健康、世界经济和社会生活的巨大影响,要求将人群中的类风湿关节炎(RA)、骨质疏松症(OP)和骨关节炎(OA)的预期患病率降低 25%。

(三)骨关节疾病的发展前景

2002 年 10 月,我国卫生部代表中国政府宣布,正式参加“骨骼与关节健康 10 年”,并将时间定为 2002 年至 2012 年。此活动的内容是呼吁和推动世界各国政府在其人民保健计划中重视肌肉与骨骼疾病,提供更多的资金保障。



二、颈椎病

(一) 颈椎的特点

1. 颈椎的生理弯曲

(1)概念:人体的生理弯曲是为适应人体的需要,正常的脊柱(图 2-1)具有一定的弯曲弧度。颈椎的生理曲度,主要是指第 4、第 5 颈椎间盘前厚后薄造成颈椎中段有一向前凸出的弧度。

(2)测量方法:沿齿状突后上缘开始向下,连每一个椎体后缘成一弧线,再由齿状突后上缘至第 7 颈椎椎体后下缘作一直线,弧线的最高点至直线的最大距离为颈椎生理曲度的数值。正常范围在 $(12-5) \sim (12+5)$ 毫米内。大于 $(12+5)$ 毫米为曲度增大,小于 $(12-5)$ 毫米为曲度变直,曲度后凸者为“反张”,同时存在两个曲度呈“S”形者为“双弧”改变。

(3)生理弯度的意义:颈椎的生理弯曲是为了增强颈椎的弹性,减轻及缓冲外力的震荡,防止对大脑和脊髓的损伤。

2. 颈椎的活动范围 颈椎为了适应视觉、听觉及嗅觉的刺激反应,需要有较大而敏锐的可动性。因此,颈椎的活动范围要比胸椎和腰椎大很多,如前屈后伸(俗称低头、仰头)各 $50^{\circ} \sim 90^{\circ}$,左右旋转 $70^{\circ} \sim 90^{\circ}$,左右侧弯 $45^{\circ} \sim 60^{\circ}$ 及综合形成的环转运动,随着年龄的增长,颈椎活动范围越来越小。

3. 颈部韧带 是富有坚韧性的纤维带,其作用是加强骨与关节之间的稳固性,在颈部起主要作用的韧带包括前纵韧带、后纵韧带、黄韧带、棘间韧带、项韧带 5 种韧带(图 2-2),在生理状态下,各韧带之间相互协调,以维持颈椎各项活动的动态平衡。

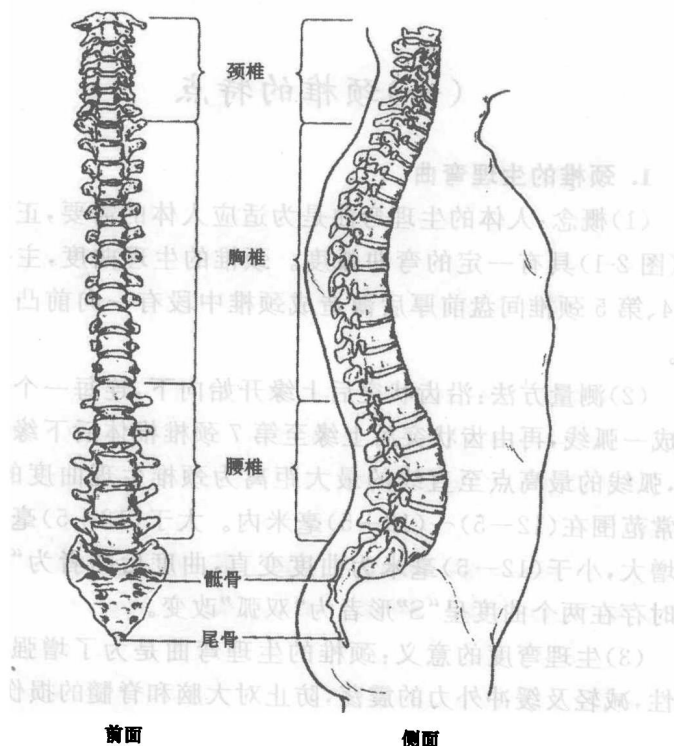


图 2-1 正常脊柱

(1)前纵韧带:是人体最长最宽厚的韧带,与椎体及椎间盘边线紧密相连。起于枕骨,止于骶骨前面。主要作用是限制脊柱的过度后伸活动,位于颈椎的部分能对抗头颅的重量,增强