

专科专病**针刀**治疗与康复丛书


# 常见运动损伤性疾病

## 针刀治疗 与康复

总主编 吴绪平 张天民

主编 张照庆

首套以人体弓弦力学系统及  
病理构架的网眼理论为基础  
从生物力学角度  
详解专科专病针刀诊疗的专著

 中国医药科技出版社

中国康复理论与实践 2019 年第 25 卷第 10 期

# 常见运动损伤性疾病

## 针刀治疗 与康复

主编 王学华 副主编 王学华 王学华

主编 王学华

本书以运动损伤性疾病为研究对象，系统阐述了针刀治疗与康复的理论、技术、应用及康复训练。全书共分 10 章，主要内容包括：运动损伤性疾病的概述、针刀治疗与康复的理论基础、针刀治疗与康复的适应证与禁忌证、针刀治疗与康复的常用技术、针刀治疗与康复的常用部位、针刀治疗与康复的常用疾病、针刀治疗与康复的常用器械、针刀治疗与康复的常用材料、针刀治疗与康复的常用药物、针刀治疗与康复的常用方法。

中国康复理论与实践 2019 年第 25 卷第 10 期

专科专病针刀治疗与康复丛书

---

# 常见运动损伤性疾病针刀治疗与康复

---

总主编 吴绪平 张天民

主 编 张照庆



中国医药科技出版社

## 内 容 提 要

本书首先简要介绍了骨与软组织的力学系统、慢性软组织损伤的病因病理及常用刀法手法,重点介绍了25种常见运动损伤性疾病的针刀与康复治疗,同时介绍了针刀治疗运动损伤性疾病的临床研究现状和常见运动损伤性疾病针刀术后康复保健操。全书图文并茂,实用性强,可直接指导临床针刀治疗,可供针刀临床医师及中医院校师生阅读参考。

### 图书在版编目(CIP)数据

常见运动损伤性疾病针刀治疗与康复/张照庆主编. —北京:中国医药科技出版社, 2010. 1

(专科专病针刀治疗与康复丛书/吴绪平, 张天民总主编)

ISBN 978 - 7 - 5067 - 4422 - 5

I. 常… II. 张… III. ①运动性疾病 - 针刀疗法 ②运动性疾病 - 康复医学 IV. R274. 9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 188220 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010 - 62227427 邮购: 010 - 62236938

网址 [www. cmstp. com](http://www.cmstp.com)

规格 958 × 650mm  $\frac{1}{16}$

印张 14 $\frac{1}{2}$

字数 180 千字

版次 2010 年 1 月第 1 版

印次 2010 年 1 月第 1 次印刷

印刷 北京地泰德印刷有限责任公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 4422 - 5

定价 29.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

《专科专病针刀治疗与康复丛书》

编 委 会

总主编 吴绪平 张天民

编 委 张照庆 彭易雨 雷胜龙

主 编 张照庆  
副主编 孙立强 朱丹均 江春光  
编 委 (按姓氏笔画排序)  
王书文 邓丽霞 杜学辉  
李德显 肖 刚 张 强  
明翠丽 祈 鹏 喻建兵  
樊 展 潘 康

# 孙 序

高级中医人才科研上要有明确的研究方向，临床上要做到专科、专病、专药、专技。要做专业能力很强的专家，就要擅长于治疗某一类（种）疾病，掌握针对专病的独到治疗思想和手段。《专科专病针刀治疗与康复丛书》就是为从事针刀医学专业的人士为达到其目的而设计和撰写的。

《专科专病针刀治疗与康复丛书》的总主编是湖北中医学院吴绪平教授和原北京针刀总医院业务院长张天民教授，我和吴绪平教授认识很多年了，他在针灸界口碑很好，工作兢兢业业，著述颇丰；张天民教授是朱汉章先生的亲传弟子，学习针刀疗法前曾经从事西医骨科临床、教学与科研15年，是一位年富力强、虚心好学的年轻学者。

在这套丛书中，作者提出了人体弓弦力学系统和慢性软组织损伤病理构架的网眼理论新概念，进一步阐明了慢性软组织损伤和骨质增生的病因和病理过程以及针刀的治疗机制，将针刀诊疗思路从一种单一的、宏观的诊治发展到能应用立体解剖学、力学知识等具体的形态学结构来指导针刀操作的高度上来，将针刀治疗从“以痛为输”的病变点治疗提升到对疾病病理构架进行整体治疗的高度上来，发展和完善了针刀医学的基础理论，提高了针刀的有效率和治愈率，降低了复发率。让简、验、便、廉的针刀技术更加切合临床实际。

本套丛书共16本，详细地介绍了各种疾病的成因、临

床表现以及针刀整体松解的全过程，是一套不可多得的针刀专著。两位学者一中一西、一张一弛，从不同的角度诠释了针刀医学的创新，对针刀医学的推广应用将起到重要作用。故乐以为序。

A handwritten signature in black ink, appearing to read '张文士' (Zhang Wenshi), with a long horizontal stroke extending to the right.

**2009年8月18日**



# 郑 序

朱汉章教授开创的针刀医学，打破了中医传统的经验理论，也非同于西医的常规临床实践，为我国医学事业的发展 and 人民的健康做出了巨大贡献，他的创新不仅解决了许多疑难病症的治疗问题，他的医学思想更给了我们很多的启示，针刀医学作为一个原创医学正式地走进了我国的医学教学之中。正当针刀医学蓬勃发展之时，汉章先生积劳成疾，英年早逝，他的逝世是人类医学事业的损失，是中国医学事业的一大损失，更是中医学事业的重大损失。

我对针刀医学的发展一直比较关注，针刀的神奇效果也见识不少，但绝大部分针刀临床医生治疗的范围还是颈、肩、腰腿痛，对于脊柱侧弯、痉挛性脑瘫、强直性脊柱炎、关节强直等分属于不同系统、不同器官、不同部位疾病的针刀诊疗还不是很明了。我有幸第一时间看到由朱汉章教授的两位优秀学生吴绪平教授和张天民教授组织全国有经验的针刀专家撰写的《专科专病针刀治疗与康复丛书》，正是以针刀医学基础理论为基础，以弓弦力学系统平衡失调为主线，贯穿疾病发生发展以及针刀诊疗的全过程，充分体现了针刀医学理论与针刀临床实践的统一，针刀整体松解与针刀局部操作的统一，让学习针刀的医生由表及里、由浅入深，把握针刀医学基础理论的精髓以及临床诊疗要领。

细读丛书，感悟颇深，针刀医学的慢性软组织损伤疾

病的病因学理论——动态平衡失调，就像中医学的阴阳一样是个哲学层面的概念，对于西医来讲，理解起来总觉得有点抽象。本套丛书中提出了慢性软组织损伤的病理构架理论——网眼理论以及网眼理论的物质基础——弓弦力学系统，揭示了弓弦力学系统力平衡失调是引起慢性软组织损伤和骨质增生的首要病因，阐述了软组织的起止点以及软组织的行经路线的力学应力在慢性软组织损伤类疾病的发生、发展过程中的基础作用，从解剖学和生物力学的角度解释了慢性软组织损伤和骨质增生的病理过程，完善和丰富了针刀医学基础理论体系。弓弦力学系统的分析和传统的生物力学分析有相似之处，但弓弦力学系统的分析更主要是把整个人体看成研究对象，而不是以单个关节、软组织为研究对象。从而把针刀治疗从“以痛为输”的病变点治疗提升到对疾病的病理构架进行整体治疗的高度上来。

授人以鱼不如授人以渔，教给人家一招半式那是授人以鱼，吴绪平、张天民二位教授的这个理论就是渔。我建议大家看这套丛书的时候，一定要好好分析每个病的弓弦力学系统，这是掌握渔的方法。

郑超强

2009年8月12日

## 编写说明

针刀医学发展到今天，可谓辛酸与辉煌并存、丢弃与进取并存。汉章先生去世后，多少针刀名家无奈从“针刀医学”跌倒，从“针刀疗法”里挥泪求生存，多少针刀名家陷于“针刀没有理论”的彷徨，为了推广和普及针刀医学，努力提高临床疗效，我们提出了针刀医学的弓弦力学系统和网眼理论，完善和补充了针刀医学基础理论，使针刀医学从理论到针刀的实际操作上逐渐成熟起来。为了让更多的针刀医生学习针刀医学力学原理、针刀整体松解术式、针刀操作技术和针刀术后的康复方法，我们结合已出版的《分部疾病针刀治疗丛书》、新世纪高等中医药院校创新教材《针刀医学》及其配套视听教材《中国针刀医学大型系列视听教材》，深入浅出地介绍针刀医学的基本原理、操作方法、临床疗效、预后以及康复措施。

《专科专病针刀治疗与康复丛书》（一套16本）包括《颈椎病针刀治疗与康复》、《腰椎间盘突出症针刀治疗与康复》、《股骨头缺血性坏死针刀治疗与康复》、《类风湿关节炎针刀治疗与康复》、《强直性脊柱炎针刀治疗与康复》、《脊柱侧弯针刀治疗与康复》、《肩关节疾病针刀治疗与康复》、《膝关节疾病针刀治疗与康复》、《关节强直针刀治疗与康复》、《神经卡压综合征针刀治疗与康复》、《常见运动损伤疾病针刀治疗与康复》、《常见内科疾病针刀治疗与康复》、《常见妇儿科疾病针刀治疗与康复》、《常见五官科疾

病针刀治疗与康复》、《常见皮肤科与整形外科疾病针刀治疗与康复》、《痉挛性脑瘫针刀治疗与康复》。各分册介绍了临床应用解剖、骨与软组织的力学系统、慢性软组织损伤的病因病理机制、慢性软组织损伤及骨质增生的病理构架理论、常用刀法手法、针刀治疗疾病的作用机制和治疗原则，每一种疾病的病因与病理构架、诊断与分型、针刀治疗术式设计及具体操作步骤、针刀术后康复治疗与护理、临证医案分析、针刀治疗的临床研究现状、针刀术后康复保健操等内容。

本套丛书以人体弓弦力学系统（骨与软组织力学系统）为主线，以骨与软组织力学平衡失调为基础，提出了慢性软组织损伤的病理构架理论——网眼理论，揭示了软组织的起止点，软组织行经路线的力学应力在慢性软组织损伤类疾病的发生、发展过程中的基础作用，从解剖学和生物力学的角度解释了慢性软组织损伤和骨质增生的病理过程，完善和丰富了针刀医学基础理论体系，将针刀治疗从“以痛为输”的病变点的治疗提升到对疾病的病理构架进行整体治疗的高度上来，明显降低了针刀治疗后的复发率，提高了针刀治疗的治愈率。在针刀治疗部分，阐述了针刀治疗每一种疾病的机制，着重介绍了针刀闭合性手术的术式设计、体位、针刀定位、麻醉方法、针刀具体操作方法，并按照解剖学层次，描述每一支针刀操作的全过程，将针刀医学精细解剖学和立体解剖学的相关知识充分应用到针刀的临床治疗实践中，提出了针刀术后整体康复的重要性和必要性，制订了康复的具体措施和方法。

在针刀术后康复章节中，为了进一步调节病变部位弓弦力学系统的力平衡，促进局部血液循环和新陈代谢，加速损伤组织的早期修复，我们制订了整体康复的方案和原

则，详细阐述了各种康复手段的具体操作方法以及康复过程中的注意事项。

在临证医案分析章节中，结合作者多年的针刀临床实践，分析每一个病例的具体情况，紧扣临床，详细记载了该疾病的发病过程、临床表现以及针刀诊疗全过程，对临床针刀医生灵活应用骨与软组织力学及网眼理论诊治疾病、快速提高针刀整体治疗的临床操作水平均具有极大的帮助。

在临床研究现状章节中，我们查阅了大量文献资料，全面总结了近10年来针刀治疗专科专病的临床研究进展，收录了部分针刀治疗专科专病的治疗方法及疗效分析，拓宽了针刀治疗疾病的思路，有利于读者从多角度去理解和分析针刀诊疗过程。

本套《专科专病针刀治疗与康复丛书》约250余万字，插图近1000幅。适用于广大针刀临床医师和全国高等医药院校的针刀专业、针灸推拿专业、骨伤专业及中医专业大学生和研究生阅读参考。

我们非常荣幸请到了中国针灸学会副会长、湖北中医学院原副院长、博士生导师孙国杰教授，中国微循环学会副会长、北京医学教育协会副会长、中国协和医科大学郑超强教授为本套丛书作序，在此一并致以崇敬的谢意。

由于我们的认识和实践水平有限，疏漏之处在所难免，希望广大读者提出宝贵意见。

**《专科专病针刀治疗与康复丛书》编委会**  
2009年8月26日

# 前 言

随着人们生活水平的不断提高，人们对健康的认识和要求也越来越高，运动损伤就成了非常常见的疾病。目前对运动损伤的治疗以保守治疗和开放性手术治疗为主，前者疗效有限，后者手术创伤大，后遗症多。本书是一部以骨与软组织力学系统——弓弦力学系统为基础，分析各种运动性疾病的外部表现与内在力学解剖结构的关系，并依据弓弦力学系统的解剖结构，设计针刀整体松解及针刀术后康复的专著。

本书系《专科专病针刀治疗与康复丛书》之一，共分六章。第一章介绍骨与软组织的力学系统；第二章介绍慢性软组织损伤的病因病理机制以及慢性软组织损伤和骨质增生的病理构架理论；第三章介绍常用刀法手法及针刀治疗疾病的作用机制和治疗原则；第四章介绍常见运动损伤性疾病的病因、病理构架与诊断，各种疾病的针刀治疗术式设计及具体操作步骤；第五章介绍针刀治疗运动损伤性疾病的临床研究现状；第六章介绍常见运动损伤性疾病针刀术后康复保健操。

本书的特色在于以骨与软组织的力学系统为主线，详细介绍了运动损伤性疾病的力学病因、发病机制，介绍了各种运动损伤的立体网络状病理构架与临床表现的联系。针对广大基层针刀医生解剖知识不足的特点，根据各种运动损伤的弓弦力学系统的解剖结构，分别设计了针刀整体松解术式，解决了临床针刀医生普遍存在的定点难、定位不准的问题。本书的另一个特色在于重视针刀术后的整体康复措施对针刀疗效的影响，并设计了多种针刀术后康复方法供临床使用。

编者

2009年8月

# 目 录

<b>第一章 骨与软组织的力学系统——人体弓弦力学系统</b>	(1)
<b>第二章 慢性软组织损伤的病因病理</b>	(15)
第一节 慢性软组织损伤的病因	(15)
第二节 慢性软组织损伤及骨质增生的病理构架理论——网眼理论	(20)
<b>第三章 常用刀法手法</b>	(29)
第一节 针刀治疗疾病的作用机制和治疗原则	(29)
第二节 针刀手术操作	(32)
<b>第四章 常见运动损伤性疾病的针刀与康复治疗</b>	(37)
第一节 肩胛提肌损伤	(37)
第二节 头夹肌损伤	(43)
第三节 头半棘肌损伤	(47)
第四节 菱形肌损伤	(51)
第五节 骶棘肌下段损伤	(61)
第六节 棘上韧带损伤	(71)
第七节 棘间韧带损伤	(74)
第八节 腹外斜肌损伤	(77)
第九节 下后锯肌损伤	(82)
第十节 腰肋韧带损伤	(87)
第十一节 髂腰韧带损伤	(92)

## 2 常见运动损伤性疾病针刀治疗与康复

第十二节	臀中肌损伤	(97)
第十三节	股内收肌损伤	(104)
第十四节	肱骨外上髁炎	(109)
第十五节	肱骨内上髁炎	(116)
第十六节	腕关节扭伤	(121)
第十七节	手指关节扭挫伤	(128)
第十八节	屈指肌腱鞘炎	(132)
第十九节	膝关节内侧副韧带损伤	(138)
第二十节	膝关节外侧副韧带损伤	(143)
第二十一节	髌下脂肪垫损伤	(149)
第二十二节	髌韧带损伤	(154)
第二十三节	踝关节陈旧性损伤	(158)
第二十四节	慢性跟腱炎	(168)
第二十五节	跟痛症	(176)

## 第五章 针刀治疗运动损伤性疾病的临床研究现状

..... (181)

## 第六章 常见运动损伤性疾病针刀术后康复保健操

..... (210)



## 第一章

# 骨与软组织的力学系统—— 人体弓弦力学系统

### 一、人体与力的关系

#### 1. 人类的基本属性与力的关系

(1) 人类有两大属性。第一是人的自然属性，第二是人的社会属性。人的自然属性告诉我们，人为了生存，必须进行物质索取（比如衣食住行），人类为了延续必须自我再生产（性欲）；人的社会属性告诉我们，人的一切行为不可避免地要与周围所有的人发生各种各样的关系，比如生产关系、亲属关系、同事关系等。现实社会中的人，必然是一个生活在一定社会关系中的人。这种复杂的社会关系就决定了人的本质，形成了人的社会属性。人类的这两大基本属性中离不开一个共同点，就是人的运动性。运动是物质的固有性质和存在方式，是物质的根本属性，世界上没有不运动的物质，也没有离开物质的运动。同时，运动具有守恒性，即运动既不能被创造又不能消灭，人类的一切行为都离不开运动。

(2) 力是运动中不可缺少的最重要的元素。力是一个物体对另一个物体的作用，物体间力的作用是相互的，力可以改变物体的运动状态，也可以改变物体的物理状态。人生活在地球上，首先会受到地心引力的影响。要维持人体的正常姿势，包括卧姿、坐姿、站姿，就必须形成与重力相适应的解剖结构，其次，人体为了生存要劳动、运动，会受到各种力的影响。