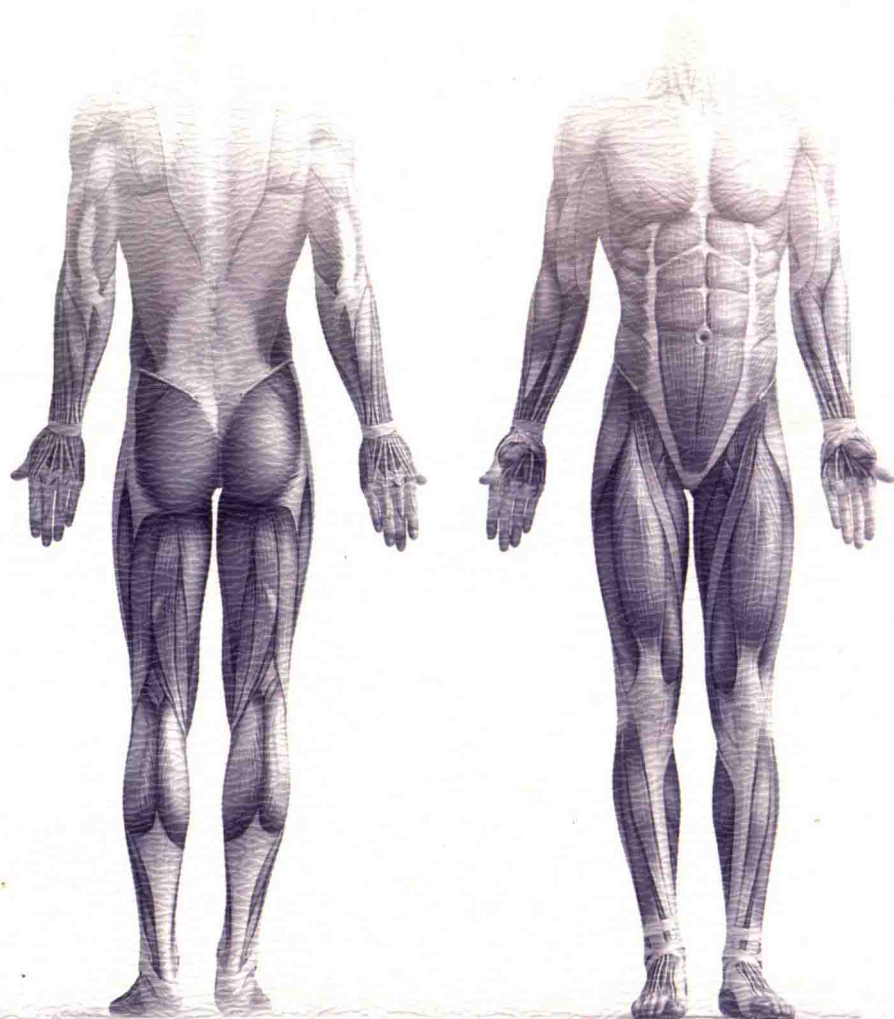


ShiYongRuanZuZhiShangBingXue

实用软组织伤病学

李含文 主编



人民体育出版社

实用软组织伤病学

李含文 主编

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

实用软组织伤病学 / 李含文主编. -北京: 人民体育出版社, 2014

ISBN 978-7-5009-4628-1

I. ①实… II. ①李… III. ①软组织损伤-诊疗
IV. ①R686

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 023887 号

*

人民体育出版社出版发行

北京中科印刷有限公司印刷

新华书店经销

*

787×1092 16 开本 43 印张 1000 千字

2014 年 9 月第 1 版 2014 年 9 月第 1 次印刷

印数: 1—2,000 册

*

ISBN 978-7-5009-4628-1

定价: 89.00 元



社址: 北京市东城区体育馆路 8 号 (天坛公园东门)

电话: 67151482 (发行部)

邮编: 100061

传真: 67151483

邮购: 67118491

网址: www.sportspublish.com

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行部联系)

拓展軟傷學科
填補醫學空白

牛滿江

题李愈文教授《软组织诊疗学》

为人民健康事业服务

一九九七年春

程思远



全国人大副委员长 程思远 题

提高軟傷醫學水平
減輕軟傷患者病痛

白介夫



一九九七年
三月

吸收中西医学精华
发展软伤学科

蒋位庄



作者简介

李含文教授，软组织伤病学科创始人，著名软组织伤病专家。毕业于青海医学院，曾任中华名家协会理事；香港国际传统医学研究会理事；中国教育学会前体育研究会理事；中国解剖学会会员前青海分会秘书长；中国运动医学会前理事等职。获得香港“99”国际医学成就奖。退休后应邀去美国、德国、马来西亚及中国香港、澳门等国家和地区工作过。长期从事运动医学临床和教学工作，主攻软组织伤病。



由于在医学领域内最先对常见的 200 多种软组织伤病，从理论方面进行全面、系统、科学的论述，又形成了一整套规范有效的综合治疗措施，解决了如颈椎病、肩周炎、腰椎病、关节炎、腰腿痛等常见疑难病症的问题，使软组织伤病向独立学科方向发展，被誉为“软组织伤病学科创始人”。专著有《软组织伤病诊疗手册》《软伤诊疗学》《软组织伤病学》，主编《学校气功教学》，撰写了《气功导论》《运动解剖学运动医学大辞典》等。发表论文 20 余篇。事迹被《中国体育报》《光明日报》《青海日报》、美国纽约《世界日报（中文版）》等载文介绍及中国中央广播电台、珠海电视台等媒体报道。业绩载入《世界名人录》《中国大陆名医大典》《中华医学大典》《中国专家大辞典》《中国教育专家名典》等八部人物志丛书。



编 委 会

主 编：李含文

副主编：马少云 杜 杰 杨广夫 谢 进 赵 斌

编 委(按姓氏笔画顺序排列)：

- | | |
|-----|---------------------|
| 马少云 | 广东省中医院珠海医院 |
| 孔德朝 | 青岛博泰医院 |
| 石 磊 | 辽南骨伤医院 |
| 史传旭 | 大连蓝天软伤专科医院 |
| 刘晓莉 | 北京师范大学体育学院 |
| 刘家勇 | 广东中医药大学珠海中医院 (移居美国) |
| 刘德恒 | 青岛市骨科医院 |
| 苏桔东 | 国家体育总局体育医院 |
| 李作洪 | 大连市中心医院 |
| 李含文 | 青海师范大学体育学院 |
| 杜 杰 | 大连蓝天软伤专科医院 |
| 杨广夫 | 西安交大医学附属西安高新区医院 |
| 杨振芳 | 青岛康慈医院 |
| 杨徐利 | 青岛海天医院 |
| 吴柱中 | 香港防城运动医学研究所 |
| 邱丽娜 | 青岛博泰医院 |
| 余志歧 | 兰州城市学院体育学院 |
| 张 松 | 大连蓝天软伤专科医院 |
| 张国龙 | 大连蓝天软伤专科医院 |



- 张 昆 大连蓝天软伤专科医院
张晓岩 沈阳军区大连疗养院
张智来 珠海市建华医院 (移居加拿大)
张 静 河北师范大学体育学院
周宾宾 广西中医药大学
屈继红 美国纽约 LmEP.COMMERCE
赵 奎 广东省中医院珠海医院
赵 斌 河北师范大学体育学院
袁 冰 陕西师范大学体育学院
栗 戟 珠海市第二人民医院
夏云建 武汉商业学院体育学院
殷 宇 青岛海天医院
黄 丰 珠海市口腔医院
黄 聪 陕西师范大学体育学院
曹建斌 广东省中医院珠海医院
梁永生 国家体育总局体育医院
程智强 全军软伤康复中心
谢 进 山东中医药大学
谢 瑞 山东中医药大学
路 爽 大连蓝天软伤专科医院



前言

软伤之事逐渐引起人们关注，更影响到整个医学界。近年来有很多仁人志士陆续开展软伤工作，如全国 20 多所中医药大学数十人参与联合编写了软伤专科教材，开设软伤课程，招收软伤研究生培养专业人才；有的医院开设了软伤专科门诊；还有创建软伤专科医院的。临床许多辅助科室，如影像科、B 超室、病理科、化验室、肌电图、体表热像图等，开展软伤检查项目，为软伤诊断提供大量翔实的检查结果，使软伤改变了过去的以“四诊”为诊断依据，近而形成以临床症状、体征加影像、B 超、化验、病理、肌电等客观检查结果为依据的综合审思诊断。这就使软伤诊断更准确、更科学、更可靠、更可信，使软伤的诊治发生了质的飞跃，也大大促进了软伤学科的发展。

社会调查显示，（1）软伤患者占社会人群的一半左右，患病人数多。（2）在医院就诊人数占综合外科、骨科、针灸、按摩、理疗、疼痛科门诊患者人数的 50%~81%，就诊量很大。（3）这些科室对软伤病误诊、漏诊、诊断不明者占 78.20%。这些均说明软伤在医学诸科中存在的问题较多、较大，已成为学术、经济、社会的难题。纵观医学各专科，眼睛、嘴巴、鼻子、耳朵等一个器官尚有自己的专科，而人体软组织论重量占体重的 1/3 还多，论数量有近十大类，几百条、块、片，论病有 300 多个，为什么软伤学科在医学界还没有一席之地呢？值得深思。在此，呼吁从事软伤诊治工作的同仁们共同努力，促进软伤学科的蓬勃发展！呼吁医学各界给予软伤学科足够的重视，使其得到更好的发展，从而造福人类！

近年来软伤学科发展很快，出现了许多新的、先进的成果，对先前的软伤专著修改补充势在必行。虽然我已年近八旬，但医者的责任、良知、职业道德还是催促和鞭策自己，修正补充原软伤专著，使之尽可能的至臻完善，这也算是我为软伤所做的最后一次冲刺吧！

这本《实用软组织伤病学》的编写人员达到 40 余人，他们均是全国各大医院的临床骨干力量，从事软伤诊治工作多年，具有丰富的临床经验，由此可见软伤队伍的壮大。这本书以总、分的线路展开，总论概述软组织伤病的全貌，各论收录了近 300 个病种，从病因、病理、临床表现、诊断、治疗等方面进行详尽地介绍，力求全面、系统、实用、科学。在这本书里，始终贯穿着中西医结合的理念，每一个软伤病种，都是依据中医四诊结合西医先进的化验和



影像学检查技术进行明确诊断，治疗上也是采用中医的中药、手法治疗、牵引疗法、体育疗法，结合西医的西药、封闭疗法、手术疗法等，以期达到诊断明确，治疗及时对症，使患者尽快康复的目的。希望这本书能为软伤学科的发展打下坚实的基础，为从事软伤工作的同仁提供有价值的参考，为广大软伤患者带来福祉！

前几本软伤专著问世曾得到百十人的支持和帮助，虽然先前表示过感谢，这次还是要再次表达感谢之意！本书的出版还得到汶梅君、辛骥、李秀莲、李凤英、陈如安、陈庭毅、熊豪品、陈斌、李晓茹、李晓勇、王欣、黄保卿等人士的无私帮助和大力支持，在此也对他（她）们表示衷心的感谢！

李含文

2013年9月28日于青岛



目 录

第一篇 软组织伤病总论

第一章 软组织伤病概述	(2)
第一节 软组织伤病的定义和意义	(2)
第二节 软组织伤病的病因	(5)
第三节 软组织伤病的分类	(5)
第四节 软组织伤病的病理	(8)
第五节 软组织伤病疼痛机理	(19)
第二章 软组织伤病检查法	(24)
第一节 四诊	(24)
第二节 物理检查	(28)
第三节 实验室检查	(32)
第三章 软组织伤病的治疗	(34)
第一节 软组织伤病的应急处理	(34)
第二节 推拿按摩疗法	(39)
第三节 中药疗法	(46)
第四节 其他中医疗法	(62)
第五节 西药疗法	(64)
第六节 物理疗法	(69)
第七节 医疗体育	(72)
第八节 牵引疗法	(90)
第九节 悬吊运动疗法	(94)
第十节 软组织伤病的制动	(98)
第十一节 骶管注射疗法	(100)
第十二节 手术治疗	(102)
第十二节 小针刀疗法	(103)



第二篇 软组织伤病各论

第一章 头、颈部软组织伤病	(106)
第一节 头、面部皮肤损伤	(106)
第二节 下颌关节损伤及功能障碍	(107)
第三节 头痛	(108)
第四节 枕大神经痛	(113)
第五节 面神经炎	(114)
第六节 三叉神经痛	(115)
第七节 表情肌紧张	(117)
第八节 落枕	(118)
第九节 颈部肌肉筋膜炎	(122)
第十节 肩背脂肪垫	(124)
第十一节 颈椎综合症	(126)
第十二节 颈项韧带钙化症	(133)
第二章 躯干部软组织伤病	(135)
第一节 胸壁挫伤	(135)
第二节 岔气	(138)
第三节 胸大肌、胸小肌、前锯肌劳损	(145)
第四节 剑突综合征	(146)
第五节 肌劳损性胸痛	(148)
第六节 胸肋软骨炎	(149)
第七节 肋间神经痛	(151)
第八节 膈肌破裂	(153)
第九节 胸背肌肉筋膜炎	(154)
第十节 腹肌损伤	(156)
第十一节 腰椎间盘突出	(157)
第十二节 侧隐窝狭窄综合征	(170)
第十三节 腰椎椎管狭窄症	(171)
第十四节 腰背肌肉筋膜炎	(180)
第十五节 增生性筋膜炎和肌炎	(185)
第十六节 结节性筋膜炎	(187)
第十七节 血管内筋膜炎	(189)
第十八节 第3腰椎横突综合征	(190)
第十九节 骺腰综合征	(192)
第二十节 棘突骨膜炎和棘上、棘间韧带损伤	(193)
第二十一节 骶尾部软组织损伤	(195)



第二十二节	脊髓和马尾神经损伤	(196)
第二十三节	臀肌挫伤	(198)
第二十四节	臀中肌损伤	(200)
第二十五节	梨状肌综合征	(202)
第二十六节	臀上皮神经炎	(207)
第二十七节	臀肌筋膜炎	(209)
第二十八节	臀肌挛缩症	(210)
第二十九节	臀肌滑囊炎	(215)
第三十节	注射性臀肌及臀上皮神经损伤	(216)
第三十一节	孖肌损伤	(217)
第三十二节	骶髂关节及其韧带损伤	(218)
第三十三节	坐骨神经及其分支的损伤	(221)
第三十四节	注射性坐骨神经损伤	(224)
第三十五节	闭孔神经综合征	(225)
第三十六节	脊柱侧弯或后凸性腰背痛	(226)
第三章	肩、上臂部软组织伤病	(229)
第一节	肩袖损伤	(229)
第二节	肩袖破裂	(234)
第三节	肩手综合征	(235)
第四节	小圆肌损伤	(236)
第五节	大圆肌损伤及大圆肌下滑囊炎	(237)
第六节	冈上肌肌腱断裂	(239)
第七节	肱二头肌长头腱鞘炎	(241)
第八节	肱二头肌长头腱断裂	(242)
第九节	肱二头肌长头腱滑脱	(243)
第十节	肱二头肌短头腱拉伤	(244)
第十一节	三角肌下滑囊炎	(246)
第十二节	三角肌劳损	(247)
第十三节	肩胛提肌劳损	(248)
第十四节	上臂筋膜间隔综合征	(249)
第十五节	菱形肌损伤	(250)
第十六节	肩关节周围炎	(252)
第十七节	肩关节挛缩综合征	(256)
第十八节	肱三头肌起点末端病	(257)
第十九节	冈下肌萎缩	(258)
第二十节	翼状肩胛	(259)
第二十一节	胸腔出口综合征	(261)



第二十二节	肩关节扭伤及脱位	(267)
第二十三节	喙肱肌及喙肱韧带损伤	(272)
第二十四节	习惯性肩关节脱位	(273)
第二十五节	肩锁关节挫伤与脱位	(273)
第二十六节	胸锁关节挫伤与脱位	(276)
第二十七节	腋神经损伤	(278)
第二十八节	桡神经损伤	(279)
第二十九节	正中神经损伤	(280)
第三十节	尺神经损伤	(281)
第三十一节	弹响肩	(284)
第四章	肘及前臂软组织伤病	(286)
第一节	肱骨内上髁炎	(286)
第二节	肩胛上神经卡压综合征	(288)
第三节	旋前圆肌综合征	(290)
第四节	肘尺侧疼痛症候群	(291)
第五节	肱骨外上髁炎	(295)
第六节	旋后肌综合征	(298)
第七节	外伤性骨化性肌炎及肌腱炎	(300)
第八节	肘关节脱位	(303)
第九节	前臂筋膜间室综合征	(306)
第十节	鹰嘴后滑囊炎	(308)
第十一节	肘管综合征	(309)
第十二节	缺血性肌痉挛	(310)
第五章	腕、手部软组织伤病	(313)
第一节	腕、手指腱鞘炎	(313)
第二节	尺侧腕伸肌肌腱滑脱	(317)
第三节	指伸肌肌腱滑脱	(318)
第四节	桡尺远侧关节分离和三角纤维软骨盘损伤	(319)
第五节	腕、掌、指关节创伤性滑膜炎	(321)
第六节	腕周围韧带损伤	(323)
第七节	手、指副韧带损伤	(325)
第八节	手指部肌腱损伤	(327)
第九节	腕管综合征	(332)
第十节	月骨脱位	(334)
第十一节	腕尺侧管和腕桡侧管综合征	(337)
第十二节	手部瘢痕挛缩	(339)



第十三节 手掌骨间肌室综合征	(340)
第六章 髌和大腿部位软组织伤病	(342)
第一节 髌关节脱位	(342)
第二节 股外侧皮神经损伤	(346)
第三节 髂腰肌损伤	(346)
第四节 髌部扭挫伤	(349)
第五节 股骨大转子滑囊炎	(351)
第六节 弹响髌	(353)
第七节 股四头肌损伤	(355)
第八节 股四头肌萎缩	(359)
第九节 股内收肌损伤	(360)
第十节 内收肌管综合征	(363)
第十一节 腘绳肌损伤	(364)
第十二节 缝匠肌损伤	(366)
第十三节 大腿肌肉起始部末端病	(367)
第十四节 阔筋膜张肌肌肉筋膜炎	(369)
第十五节 腘动脉损伤	(371)
第十六节 皮下广泛潜行性剥离	(372)
第七章 膝关节周围软组织伤病	(373)
第一节 膝内侧副韧带损伤	(373)
第二节 膝内侧副韧带钙化	(376)
第三节 膝外侧副韧带损伤	(378)
第四节 膝外侧疼痛综合征	(380)
第五节 前交叉韧带损伤	(381)
第六节 后交叉韧带损伤	(385)
第七节 膝半月板撕裂	(388)
第八节 膝半月板炎和半月板周围炎	(394)
第九节 膝半月板囊肿	(395)
第十节 盘状软骨损伤	(397)
第十一节 膝关节鼠	(398)
第十二节 张腱末端病和伸膝筋膜炎	(399)
第十三节 髌腱末端病	(400)
第十四节 髌腱炎及髌腱腱围炎	(402)
第十五节 髌腱断裂	(403)
第十六节 髌骨软骨病	(405)
第十七节 髌骨与股骨干酪性骨软骨炎	(409)
第十八节 髌骨脱位	(411)