



骨伤疼痛 分期诊疗学

龙翔宇 主编

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

骨伤疼痛分期诊疗学

主 编 龙翔宇

副主编 王 刚 刘明淮

编 委 (按姓氏笔画排序)

王 刚 龙翔宇 冯 亮 刘 华

刘明淮 刘恋君 刘碧燕 李明潭

汪 田 陈建福 罗 军 罗 瑜

胡军明 胡洪平 耿文东 徐东专

中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

骨伤疼痛分期诊疗学 / 龙翔宇主编 . —北京: 中国中医药出版社, 2017.11

ISBN 978 - 7 - 5132 - 4405 - 3

I . ①骨… II . ①龙… III . ①骨损伤—疼痛—诊疗 IV . ①R683

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 213066 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010-64405750

保定市西城胶印有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 710×1000 1/16 印张 20.5 字数 314 千字

2017 年 11 月第 1 版 2017 年 11 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 4405 - 3

定价 58.00 元

网址 www.cptcm.com

社长热线 010-64405720

购书热线 010-89535836

维权打假 010-64405753

微信服务号 [zgzyycbs](https://weixin.qq.com/r/zgzyycbs)

微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>

如有印装质量问题请与本社出版部联系 (010-64405510)

版权专有 侵权必究

许序

手捧这叠厚厚的书稿，心里生出无限感慨！谨从其人、其业、其书三方为之序。

龙翔宇院长是我的老友、同行，也是广州中医药大学杰出校友，我觉得从他身上充分体现了广州中医药大学“厚德博学、精诚济世”的校训。

“厚德”是我一直以来对龙院长最大的印象，国字脸，菩萨心。有三件事可以佐证，一是健翔医院几乎没有投放过广告，始终以技术品牌、社会口碑、病人认可为导向，内练真功，外树形象；二是他在国内率先实行“先看病、后收费”的服务模式，医院处处以病人为中心，以效价比为导向，实现疗效价值最大化；三是他在临床上始终坚持凡能保守治疗的就不手术，首先考虑保守治疗的可能性，在保守治疗未能达到最终治疗目的的前提下，才会采取手术治疗的阶梯化治疗方案。能做到这三点，作为一家医院特别是民营医院的管理者，应该可以说是“厚德”吧！

“博学”是龙院长的另一特点。所谓“厚德载物”“有容乃大”，虽然多年前他从佛山中医院推拿科主任的位置上辞职，但却从未停止过学习，如今他已是广州中医药大学和湖南中医药大学的教授和硕士研究生导师，不仅牵头成立了佛山市推拿学研究会，还开办了健翔推拿技能培训学校，编写了《健翔推拿》《健翔骨关节病学》等教材，包括读者手里拿着的这本《骨伤疼痛分期诊疗学》。此外，他还出版了教学DVD，目前累计学习并使用健翔理筋推拿手法的学员达1000余人。他是一名优秀的推拿科医生，一位杰出的医院管理者，也是一名真正的学者。

如果说“厚德博学”是概括龙院长其人，那么“精诚济世”则足以描述其业。

关于当初为什么要从佛山中医院推拿科主任的宝座上辞职创业，龙院长曾经这样说过：“多年的临床工作经验让我深刻地了解到市民看病难、看病贵的苦衷，国有医院体制的不灵活及各科室之间协调之难也让我无奈，这些愈发坚定了我开办一家治疗颈腰痛专科医院的梦想。”如今，理想得以照进现实，他已然创造了“一名专家带动一门学科，成就一家医院，引领一个行业”的神话！

先有其人其业，然后才有其书。本书纲举目张，衷中参西，言简意赅，好学易用。全书紧扣骨伤疼痛常见病，注重分期诊疗，每节分为定义、生理解剖、病因病机、临床症状、体格检查、辅助检查、诊断要点、鉴别诊断、分型分期、治疗方案、按语 11 个部分，尤其详于分型分期与治疗方案，突出中药、针灸、推拿、拔罐等中医传统疗法，按语更是别具匠心，谈经验、判预后、嘱病人，各有精彩。

而今国运昌盛，推崇大国工匠，龙院长就是这样一位胸怀天下苍生的技术型学者，他用巧手治痛，用匠心筑梦，已成就一方事业，造福一方百姓。希望这本《骨伤疼痛分期诊疗学》能够培养更多的人才，解除更多人们的痛苦。

言未尽馨，愧勉为序！

广州中医药大学



2017年4月于广州

自序

古有云：“夫为医者，在读医书耳，读而不能为医者有矣，未有不读书而能为医者也。”可见读医书是业医者的重要门径。中医学博大精深，医学典籍汗牛充栋，自神农尝百草疗病，而后岐伯之刀圭，伤寒论辨证，大医之精诚，针灸甲乙经，金元四大家，叹本草纲目，临温病学派，参医学中西，融古今汇通，以迄于今，医书增至数以千计。

近年来我国老龄化进程加快，加之人们生活、工作环境和习惯改变，颈腰痛等现代病尤为多发。以退行性骨关节病为代表的痛症是困扰人们生活的主要因素之一，中医、中西医结合治疗颈腰痛可解除患者痛苦，积极预防，提高患者生活质量，引起了各医疗机构及医务人员的重视。

颈腰关节痛的专科专病治疗是疼痛医学发展的方向。慢性疼痛作为不同医学专科处理的症状问题，其治疗已经转变成为一门专门的学科。国外 20 世纪 70 年代开始将疼痛诊疗规定为医疗服务项目，并形成整套的专科建设与人才管理的规范。针对疼痛进行专科治疗，在我国尚属新兴学科，缺乏规范化、专科化，尚不成系统。

佛山健翔医院在颈腰关节痛专科专病建设方面作了大胆的尝试，并取得了可喜的成绩。健翔医院以退行性骨关节病治疗为主要专科，以康复和老年病治疗为发展方向，以西医学诊断为依据，按病分科，以具有中医特色的针灸、推拿、理疗等为主要治疗手段，设立了骨质疏松病区、康复病区、腰椎间盘突出症病区、风湿骨关节病区、颈椎病区、筋伤病区以及手术、微创、推拿、针灸病区。医院目前骨关节病住院患者每年超过 1 万人次。医院在系统整理临床疼痛理论及分类诊断标准的基础上，对慢性疼痛患者做出正确的诊断，对病情进行全面评估，并制订出一套科学合理的治疗方案，建立了

“保守、微创、手术”三大阶梯治疗理念，将疾病预防、临床治疗、功能锻炼、心理疏导、营养饮食、指导生活习惯等方法融为一体，真正做到了“辨证论治”“对因治疗”。

经过“健翔人”的不断总结和积累，历经8年，于2013年形成了本书的初稿。在此基础上，结合近几年临床实践的经验积累，编者对初稿进行了反复修改，虽不比《本草纲目》“岁历三十稔，书考八百余家，稿凡三易”，也有张景岳为写就《类经》之“凡历岁者三旬，易稿者数四，方就其业”的精神，逐渐地让本书的内容能清晰地呈现疾病的发生、发展和转归，根据疾病分期、分型，方便地做出预后分析判断，是一本根据病因病机给患者提供最合适治疗和预后分析方案的骨关节病疼痛诊疗的专著。

健翔医院专注于骨关节病疼痛的临床研究20余年，倡导用中西医结合的方法对骨关节病进行分期分型治疗，深入研究中西医治疗骨关节病的各种疗法，设计出常见疾病的中西医结合最佳临床路径，经过实践推广应用，经过长期5万多住院患者和30余万门诊患者的临床治疗，证明其可行、实用、疗效理想。健翔医院的发展与学术研究的不断探索密不可分，实现了“一位专家带动一门学科，成就一家医疗集团，引领一个行业”。

医者意也，意之所注。守吴鞠通教诲，医者“购方书，伏读于毡块……进与病谋，退与心谋，十阅春秋，然后有得”。手不释卷，勤读一生，是我们医者的职业操守。本书之内容源于临床，切合实际，对临床具有较强的指导作用。虽然本书的编写团队竭尽全力，在繁忙的临床诊疗工作之余为本书的编写付出了辛勤的劳动，但分期分型治疗骨伤疼痛是一次探索和创新，加之水平所限，书中难免有未尽完善之处，希望广大读者提出宝贵的意见和建议，以便今后再版时不断提高完善！



2017年5月

骨伤疼痛是慢性疼痛的主要原因，骨关节及肌肉等软组织源性痛是目前发病率很高的疾病，几乎所有的人在其一生中都会发生。在老年人群中，随着年龄的增加及老龄化社会的形成，与退行性改变相关的慢性疼痛发病率逐年增加。而随着现代生活节奏和工作生活习惯的改变，更多的办公室一族都要长时间靠电脑完成工作，一部分人姿势不当、过度疲劳、空调过冷寒邪入侵及精神紧张等，都加速了肌肉、韧带的退变而使软组织源性疼痛发病年轻化，很多年轻人过早地患上了颈椎病、腰肌劳损等疾病。

骨伤疼痛作为影响人们生活和工作的疾病已经被广泛关注，各级医院都有治疗该类疼痛的科室，有骨科、中医科、理疗科、推拿科、针灸科、康复科、疼痛科、麻醉科等，医院的性质不同，所开科室也不尽相同，对疼痛的治疗效果也是不一而足。面对众多的科室，患者经常感到迷茫，甚至在同一家医院都有很多科室可以诊治疼痛，方法不同，侧重点不同，水平参差不齐，效果难断。疼痛疾病的发生发展有一定的规律，同一疾病不同阶段、不同临床表现、退变程度不同，治疗方案也不尽相同。科学合理的诊治应该是辨证论治，根据所诱发不同症状的主要病因病机及转归，给予患者最适合的治疗方案。分期治疗是临床疗效的保证，是未来医治疼痛的发展方向。

近20年来，中国疼痛诊疗水平取得了令人瞩目的进步，中医在疼痛的诊疗中发挥了巨大的作用。以西医诊断为基础，进行中西医结合治疗，急性炎症性或结构严重改变的疾病以西医疗为主、功能退变性的病变以中医药治疗为主的方法已经成为主流。在临床实践中，我们逐渐摸索出治疗骨伤疼痛的规律，根据同一疾病不同阶段、不同症状特点、不同退变程度，用不同的方法来解决，具有较好的临床效果。基于这样的认识，我们组织了一批临

床一线的专科医疗人员，他们专业不同、科室不同、专攻方向不同，但是目的相同，就是编写一本以临床实操为目的，以简明扼要为原则，能最清晰呈现疾病的发生、发展和转归，能根据病机给患者提供最合适治疗方案的骨伤疼痛分期分型诊疗专著。

本书内容的最大特点是诊断非常简明扼要，易于入门掌握；而诊断之后根据其临床症状特点、体征及检查结果的不同，又详细进行分期、分型、分部位、分程度等，并提出针对性的治疗方案。因此本书内容特点之一是疾病的诊断在标准名称之后加上后缀的分型、分期等，即病名+病位、分型、病情、分期，如腰椎间盘突出症（L4/5、左侧、疼痛型、急性期）、膝关节骨性关节炎（股胫关节、中度、急性期）。

本书上篇总论介绍了中医骨伤科学基础、疼痛治疗学基础和骨伤疼痛分期分型的思路；下篇各论详细介绍了临床骨伤疼痛常见病的分期分型诊治具体方法，每一种疾病介绍其定义、生理解剖、病因病机、临床症状、体格检查、辅助检查、诊断要点、鉴别诊断、分型分期、治疗方案等，其中疾病的分型分期和治疗方案是本书内容的重点和特点所在；文后附录列骨伤科常用方剂。本书适合临床一线的疼痛科、腰腿痛专科和基层、社区临床工作者使用，对于提高临床诊疗水平有较好的参考价值。

本书编写过程中得到了湖南中医药大学副校长何清湖教授的专业指导，在此表示衷心的感谢！同时得到了广州中医药大学、湖南中医药大学及广西中医药大学等单位的大力支持，各参编人员倾力合作，在此表示衷心感谢！由于编者工作经验和临床水平有限，本书仍有很多不足和有待提高之处，希望广大读者和同仁、前辈提出宝贵意见，以便今后进一步修订、完善，更好地为临床服务。

编者

2017年5月

上篇 总论

第一章 中医骨伤科学基础·····	003
第一节 中医骨伤科发展源流·····	003
第二节 骨伤科损伤的分类和病因病机·····	008
第三节 骨伤的症状与体征·····	013
第四节 骨伤科中医四诊·····	014
第五节 骨与关节的检查方法·····	023
第六节 骨伤疾病的治疗·····	035
第二章 疼痛治疗学基础·····	041
第三章 骨伤疼痛分期诊疗思路·····	051

下篇 各论

第四章 颈部疼痛·····	059
第一节 落枕·····	059

目 录 CONTENTS

第二节 颈椎病	067
颈型颈椎病	069
神经根型颈椎病	075
脊髓型颈椎病	086
椎动脉型颈椎病	092
第三节 前斜角肌综合征	099
第五章 肩部疼痛	106
肩周炎	106
附：肩背部肌肉	114
第六章 肘、腕、手部疼痛	117
第一节 肱骨外上髁炎	117
第二节 腕管综合征	121
第三节 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎	126
第四节 手指屈肌腱腱鞘炎	130
第七章 胸腰部疼痛	134
第一节 胸椎小关节紊乱	134

CONTENTS 目录

第二节	腰背肌劳损	140
第三节	第三腰椎横突综合征	147
第四节	腰椎后关节功能紊乱	153
第五节	急性腰扭伤	159
第六节	腰椎骨性关节炎	165
第七节	腰椎间盘突出症	172
第八节	腰椎管狭窄症	187
第九节	腰椎滑脱症	194
第八章	髋部疼痛	202
第一节	臀上皮神经卡压综合征	202
第二节	梨状肌综合征	207
第三节	髋髂关节损伤	212
第四节	髋关节滑膜炎	218
第五节	股骨头缺血性坏死	223
第九章	膝部疼痛	231
第一节	膝关节骨性关节炎	231
第二节	半月板损伤	239

目录 CONTENTS

第三节 髌骨软化症	245
第四节 髌下脂肪垫损伤	251
第十章 其他骨伤科疼痛	256
第一节 肋间神经痛	256
第二节 强直性脊柱炎	260
第三节 痛风性关节炎	271
第四节 类风湿性关节炎	279
第五节 风湿性关节炎	291
第六节 骨质疏松症	297
附录 骨伤科常用方剂	306
主要参考书目	316

上篇



总论

第一章 中医骨伤科学基础

第一节 中医骨伤科发展源流

中医骨伤科是研究防治人体皮、肉、筋、骨损伤与疾患的一门科学，古属“折疡”“金镞”范畴，又称“接骨”“正骨”“伤科”等。中医骨伤科历史悠久，源远流长，是中华各族人民长期与损伤及筋骨疾患作斗争的经验总结，是中医学的重要组成部分。

一、中医骨伤科的起源（远古～前 21 世纪）

在烘火取暖和烤炙食物的基础上，人们发现热物贴身可以解除某些病痛，产生了原始的热熨疗法；在伤处抚摸、按压以减轻症状，摸索出一些简易的理伤按摩手法；对伤口用树叶、草茎及矿石粉等裹敷，逐渐发现具有止血、止痛、消肿、排脓、生肌、敛疮等作用的外用药物。这便是外治法的起源。

古代人采用舞蹈祛邪解郁，舒展筋骨，逐渐产生导引法。新石器时代已产生外科手术器械——砭镰，并出现了外伤科名医——俞跗。由于当时创伤是威胁人类生存和健康的主要因素，所以外伤科医疗技术比其他科发达，并更早推广应用。

二、中医骨伤科的萌芽（前 21 世纪～前 476 年）

夏代已有了人工酿酒，酒是最早的兴奋剂、麻醉剂和消毒剂，可以通血

脉、行药势，也可以止痛、消毒，这对治疗创伤疾病很有意义。商代冶炼技术有很大发展，“刀”已经作为骨伤科手术工具了，并已应用活血药内服治疗跌打损伤。

周代已有医政的设置和医疗的分科，医生分为“食医”“疾医”“疡医”和“兽医”，其中疡医就是外科和骨伤科医生，其职责是“掌肿疡、溃瘍、金瘍、折瘍之祝药、副杀之齐”。当时，损伤分为伤（皮肤损伤破裂）、创（皮肤与肌肉损伤破裂）、折（骨骼折断）、断（皮、肉、筋、骨完全断裂）四种不同类型，同时采用“瞻”“察”“视”“审”四种诊断方法，这既是法医学起源的记载，又是古代中医骨伤科诊断水平的标志。

三、骨伤科基础理论的形成（前 476 ~ 220 年）

马王堆汉墓的医学帛书有《足臂十一脉灸经》《阴阳十一脉灸经》《阴阳脉死候》《五十二病方》和《帛画导引图》等，系战国时代的文献，保存了当时诊治骨折、创伤及骨病的丰富经验，包括手术、练功及方药等。《五十二病方》描述了“伤痙”的临床表现，这是对创伤后严重并发症——破伤风的最早记载；还有应用水银膏治疗外伤感染，这是世界上应用水银于外伤科的最早记载。

《内经》是我国最早的一部医学典籍，较全面、系统地阐述了人体解剖、生理、病因、病机、诊断、治疗等基础理论，奠定了中医理论体系。《内经》阐发的肝主筋、肾主骨、肺主皮毛、脾主肌肉、心主血脉及气伤痛、形伤肿等基础理论，一直指导着骨伤科的临床实践。此外，《吕氏春秋·季春纪》认为：“形不动则精不流，精不流则气郁。”主张用练功疗法治疗足部“痿躄”，为后世骨伤科动静结合理论奠定了基础。

西汉初期，名医淳于意留下的“诊籍”记录了两例完整伤科病案：一则是堕马致伤；一则是举重致伤。东汉《神农本草经》载入骨伤科药物近 100 种。汉代著名外伤科医家华佗发明麻沸散，施用于剖腹术、刮骨术，还创立了五禽戏。东汉张仲景《伤寒杂病论》是我国第一部临床医学巨著，创立了理、法、方、药结合的辨证论治方法，记载了人工呼吸、胸外心脏按压等创