

老年骨科疾病康复学

STUDY ON THE REHABILITATION IN SENILE OSTEOPATHY

张铁刚 陈湘鄂 杨清江 王力 主编

中国科学技术出版社

老年骨科疾病康复学

STUDY ON THE REHABILITATION IN SENILE OSTEOPATHY

张铁刚 陈湘鄂 杨清江 王力 主编

中国科学技术出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

老年骨科疾病康复学 / 张铁刚、陈湘鄂、杨清江、王力主编. - 北京:
中国科学技术出版社, 2002.3

ISBN 7-5046-3057-8

I.老... II.张... III.老年病:骨疾病-康复医学 IV.R681.09
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 017292 号

中国科学技术出版社出版

北京市海淀区中关村南大街 16 号 邮政编码:100081

电话:62179148 62173865

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

北京印刷学院实习工厂印刷

开本:787 毫米 × 1092 毫米 1/16 印张:20.375 字数:442 千字

2002 年 4 月第 1 版 2002 年 4 月第 1 次印刷

印数:1-1400 册 定价:48.00 元

(凡购买本社的图书,如有缺页、倒页、
脱页者,本社发行部负责调换)

培养从事老年医学人才
提高老年医学科学水平

一九九九年九月二十二日

吴阶平



大力發展老年骨病康復
技術不斷提高百利人佳
張永平

老年骨病康復學出版

二〇〇〇年七月 劉柏齡



中华全国中医骨伤科学会副主任，长春中医学院终身教授
国家级名医刘柏龄为本书题词

内 容 提 要

本书是一部将老年骨科学与康复医学相结合的医学专著。老年骨科疾病康复学是骨科医师必须掌握的一门新兴学科。

全书分上、下两篇。上篇为总论部分,共分9章,包括老年骨科疾病康复学概述、老年骨科疾病康复医学、老年骨科康复功能评定、中国传统医学康复疗法(如推拿、按摩、针灸、气功、拔罐、中医药疗法、非药物疗法、饮食疗法)、物理康复疗法、运动康复疗法、自然物理疗法、老年骨科康复护理、老年骨科康复医学工程等,并结合现代医学研究进展,做了较为翔实的介绍。下篇为临床各论,共分13章,主要论述老年骨科疾病康复、老年骨折、关节损伤、颈肩部、脊柱与四肢、腰背部慢性损伤性疾病康复疗法,以及骨髓炎、骨结核等各类骨关节疾病的康复。

本书较为详细地介绍了国内外老年骨科与康复医学方面的最新学术成果和最新研究动态,汇集了传统康复医学与现代康复医学之精华,融康复医疗与康复护理为一体,理论联系实际,重于实用性。本书适合于从事骨科学、老年医学、康复医学、护理学及相关学科领域同道参考,亦可作为医学院校医疗与护理专业教学、科研和学生自学参考书。

编辑委员会成员

学术顾问	尚天裕	刘柏龄			
主 编	张铁刚	中华医学会吉林省分会	医院		
	陈湘鄂	武汉大学	人民医院		
	杨清江	吉林大学	中日联谊医院		
	王 力	吉林省	人民医院		
副主编	杨昀焯	北京大学	深圳医院		
	张丽萍	武汉大学	人民医院		
	于龙光	吉林大学	第二临床医院		
	王桂芳	吉林大学	第一临床医院		
	王毅平	深圳市	罗湖区人民医院		
	汪 立	深圳市	罗湖区人民医院		
	张健发	深圳市	罗湖区人民医院		
	刘 义	长春市	儿童医院放射线科		
	陈志慧	华中科技大学	附属医院		
	陈 锋	武汉大学	人民医院		
	徐 颖	武汉大学	人民医院		
编 委	廖恩光	刘世文	佟 俐	蒋益泽	刘显达
	田茂林	王剑风	张鉴栩	章艳霞	陈四海
	董 志	曹光前	王丽娟	单玉兴	李 震
	张铁军	齐 亮	张启文	刘 然	王剑辉
	范宏岩	霍鹏飞	应洪亮	刘士宏	

前 言

随着社会的进步与医学科学的发展,人们的生活水平和健康得到较好的保障。人类平均寿命不断延长,社会人口结构日趋老龄化。老龄问题已成为国际性突出的社会问题。据世界卫生组织(WHO)1986年资料表明,人类普遍寿命增加,其中女性平均寿命比男性延长8年。受国际老年医学迅速发展的影响,国内老年医学的研究也得到长足进展与提高,并广泛渗透到医学各学科领域。弘扬祖国医学文化遗产,吸纳世界医学科技之精华,更好地为人类健康事业服务,已成为历史与时代赋予我们的职责。

老年人由于生理上退化,骨关节运动系统将出现解剖生理、病理上变异,身体机能逐渐衰退,应变能力减弱,各种急慢性损伤及后遗症随之增加,而修复能力却下降。全面了解或掌握老年生理、病理特征与心理状态,提高老年人骨关节疾病预防、治疗水平,促进老年骨科疾病康复,是医务人员所面临的重要社会问题和新的医学课题。

骨科临床治疗的最终目的是功能恢复,康复医学是一门研究怎样促进功能康复的医学分支。由此可见,骨科治疗与康复医学有着密切联系。骨科医护人员应该掌握康复医学基本要领和康复手段,必要时与康复医师一道完成康复医疗任务,以满足骨伤病患者的需求。骨科康复是康复医疗中重要的组成部分,每位骨科病人均为康复医疗对象。有鉴于此,我们组织吉林大学中日联谊医院、中华医学会吉林省分会医院、武汉大学人民医院、吉林省人民医院、吉林大学第一临床医院、吉林大学第二临床医院、成都中医药大学、华中科技大学附属医院、深圳市罗湖区人民医院、北京大学深圳医院、长春市儿童医院等十余家医疗单位有关专家、教授及年富力强的中青年学者,汇集国内外大量医学文献及个人多年积累的宝贵经验,编写了这部集老年医学理论与实践、临床与康复治疗于一体的《老年骨科疾病康复学》,将它奉献给广大读者。

本书在初稿和审定过程中,承蒙武汉大学人民医院康复科廖恩光教授、吉林大学第一临床医院刘世文教授、第三临床医院佟俐教授大力协助与支持,并提出许多宝贵意见。长春中医学院著名骨科专家刘柏龄教授的学术指导,使全体编写人员受益匪浅。为此,我们表示衷心的感谢。

鉴于知识与经验所限,此书有遗漏和不当之处,肯请广大医务界同仁们不吝指正,并共同切磋研究。

编委会

2001年12月

目 录

上篇 总论部分

第一章 老年骨疾病康复学概述	(3)
第一节 中国传统康复医学的历史沿革	(3)
第二节 现代康复医学概论	(8)
第三节 现代康复医学发展简史	(12)
第四节 康复医学在现代医学中的作用	(13)
第五节 康复医学在老年骨疾病治疗中的地位	(15)
第二章 老年骨科疾病治疗康复医学	(19)
第一节 老年骨科康复医学的基础理论	(19)
第二节 老年骨与关节损伤的康复	(21)
第三节 老年骨科疾病康复心理学	(21)
第四节 老年骨科疾病临床特征	(25)
第三章 老年骨科康复功能评定	(27)
第一节 判定正常肌力的标准与方法	(27)
第二节 正常关节活动度的检测	(35)
第三节 生理步态检查与病理步态分析	(41)
第四节 日常生活活动能力的评估	(44)
第五节 反射的评定	(47)
第六节 感觉的评价	(50)
第四章 中国传统医学康复疗法	(53)
第一节 推拿按摩康复疗法	(53)
第二节 针灸康复疗法	(65)
第三节 气功康复疗法	(74)
第四节 拔罐康复疗法	(77)
第五节 中医药康复疗法	(78)
第六节 非药物康复疗法	(86)
第七节 饮食康复疗法	(90)
第五章 物理康复疗法	(97)
第一节 理疗作用机理与临床应用	(97)
第二节 直流电疗法与离子导入疗法	(99)
第三节 低频脉冲电疗法	(102)
第四节 中高频电疗法	(105)
第五节 红外线光疗法	(108)
第六节 紫外线光疗法	(109)
第七节 超声波疗法	(110)
第八节 磁疗法	(111)
第九节 生物反馈疗法	(113)
第十节 高压氧疗法	(115)

第六章 运动康复疗法	(120)
第一节 运动康复疗法概述	(120)
第二节 运动疗法在康复医疗中的应用	(121)
第三节 运动疗法的基本类型	(122)
第四节 运动疗法处方的内容	(123)
第五节 四肢肌力及关节功能康复的训练	(125)
第七章 自然物理疗法	(128)
第一节 药浴疗法	(128)
第二节 日光浴疗法	(129)
第三节 蒸汽浴疗法	(130)
第四节 矿泉浴疗法	(131)
第五节 冷疗法	(133)
第八章 老年骨科康复护理	(135)
第一节 康复护理的概念	(135)
第二节 老年骨科病人的护理特点	(136)
第三节 老年骨科病人康复护理准则	(136)
第九章 老年骨科病康复医学工程	(142)
第一节 假肢	(142)
第二节 矫形器	(143)
第三节 助行器和轮椅	(146)
下篇 临床各论	
第十章 老年骨关节损伤的病理	(153)
第一节 老年骨关节创伤后全身反应	(153)
第二节 老年骨关节损伤后局部变化	(157)
第三节 创伤后脂肪栓塞综合征	(158)
第十一章 老年上肢骨折康复疗法	(162)
第一节 老年锁骨骨折	(162)
第二节 老年肱骨外科颈骨折	(164)
第三节 老年肱骨下端骨折	(166)
第四节 老年尺骨鹰嘴骨折	(169)
第五节 老年前臂骨折	(170)
第六节 老年桡骨下端骨折(伸直型、屈曲型)	(175)
第十二章 老年下肢骨折康复疗法	(177)
第一节 老年股骨颈骨折	(177)
第二节 老年股骨粗隆间骨折	(179)
第三节 老年股骨干骨折	(180)
第四节 老年股骨下段骨折	(181)
第五节 老年髌骨骨折	(182)
第六节 老年胫骨平台骨折	(183)

第七节	老年踝部骨折	(184)
第八节	老年足部骨折	(185)
第十三章	老年脊柱骨折与脊髓损伤康复	(187)
第一节	老年脊柱骨折与脱位	(187)
第二节	老年脊柱骨折脱位合并脊髓损伤	(187)
第三节	老年骨盆骨折及并发症	(189)
第四节	老年骨折不连接与延期愈合	(193)
第十四章	老年关节损伤的康复疗法	(195)
第一节	肩关节脱位	(195)
第二节	肘关节脱位	(195)
第三节	髋关节脱位	(196)
第四节	膝关节损伤	(197)
第五节	踝关节损伤	(197)
第六节	骶髂关节错缝(半脱位)	(198)
第十五章	老年颈部慢性损伤病康复	(200)
第一节	落枕	(200)
第二节	颈椎病	(201)
第三节	颈部软组织损伤的康复	(212)
第十六章	老年上肢慢性损伤病康复	(214)
第一节	肩关节周围炎	(214)
第二节	肱二头肌腱鞘炎	(216)
第三节	肱骨外上髁炎	(217)
第四节	肘管综合征	(218)
第五节	腕管综合征	(219)
第六节	腕部腱鞘囊肿	(220)
第七节	桡骨茎突腱鞘炎与弹响指	(221)
第十七章	老年髋部慢性损伤病康复	(223)
第一节	弹响髋	(223)
第二节	髋关节骨性关节炎	(223)
第三节	股骨头无菌性坏死	(227)
第四节	梨状肌综合征	(232)
第五节	阔筋膜张肌挛缩症	(234)
第十八章	老年膝、踝部疾病康复	(236)
第一节	腘窝部囊肿	(236)
第二节	膝关节半月板损伤	(237)
第三节	髌骨(软骨)软化症	(238)
第四节	老年膝关节创伤性滑膜炎	(240)
第五节	老年膝关节韧带损伤	(243)
第六节	老年膝骨性关节炎	(244)

第七节 踝管综合征	(247)
第八节 足跟痛与足趾痛症	(248)
第十九章 老年腰背部慢性损伤病康复	(252)
第一节 腰椎间盘突出症	(252)
第二节 腰椎管狭窄症	(257)
第三节 腰椎退行性关节病	(259)
第四节 腰背肌筋膜炎	(261)
第五节 第三腰椎横突综合征	(265)
第六节 腰椎滑脱症	(267)
第二十章 老年慢性骨关节病康复	(269)
第一节 老年骨质疏松症	(269)
第二节 老年风湿性关节炎	(273)
第三节 老年类风湿性关节炎	(275)
第四节 痛风性关节炎	(279)
第五节 强直性脊柱炎	(283)
第六节 大骨节病性关节炎	(286)
第七节 老年人骨关节结核康复疗法	(288)
第八节 老年人骨髓炎康复疗法	(292)
第九节 老年骨转移癌康复疗法	(296)
第二十一章 老年周围神经损伤的康复	(299)
第一节 老年人坐骨神经痛	(300)
第二节 老年人腓神经麻痹	(301)
第三节 老年人臂丛神经损伤	(302)
第二十二章 老年骨关节手术后康复疗法	(303)
第一节 老年四肢骨折手术后的康复	(303)
第二节 老年颈腰椎手术后的康复	(306)
参考文献	(308)

上 篇

总论部分



第一章 老年骨疾病康复学概述

第一节 中国传统康复医学的历史沿革

中国传统康复医学是祖国医学中的重要组成部分,是全面系统研究中医康复理论与治疗方法的一门新兴学科。中医康复学有着悠久的历史,内容精深博大,最早在商周时代《汤液经》书中有人提出关于饮食对医疗与康复疾病的论述。几千年以来,经历代医家的不懈努力,康复医学不断发展并日臻完善,如自然疗法、物理疗法、气功导引、针灸、按摩、体育医疗、药物、食疗等康复措施,为中华民族繁衍和人类健康事业做出了突出贡献。康复医学涉及领域广泛,与临床医学、预防医学、社会心理学、老年医学、物理医学、护理学、体育医疗等学科关系密切。中医康复学是通过诸多康复手段,使患者在形体伤残与精神损伤方面,进行全方位系统的医疗,以期达到最大限度的康复目的。

回顾祖国传统医学发展史,自从古代有了医疗活动,随之便产生了中医康复学,在中医古籍文献中,记载了大量完整独特的康复理论及诸多行之有效的康复方法,为后来发掘继承中医药宝库中康复医学宝贵遗产,发展具有中国特色康复医学事业,奠定了良好的基础。随着历代中医学的发展,中医康复学不断得到充实和发展。追溯中国传统康复医学的发展历史,可以归结为三个阶段,即传统康复医学的起源、传统康复医学的形成、传统康复医学的成熟与发展。伴随历史的进展与变革,传统的康复医学形成了自己独立的体系。

一、传统康复医学的起源(先秦时期)

中国传统康复医学始于公元前 21 世纪,人类在生活实践中,逐渐形成了康复医疗活动,从燧人氏钻木取火开始,便有了火的运用,用火“腐熟五谷”去除腥膻,到后来发展灸焫、温热熨、腾敷术等康复疗法形成。新石器时代造就了貶石、石针、骨针等医疗器具。造酒业的诞生,不仅调整人类的饮食结构,并且很快应用于疾病的康复医疗。

公元前 16 世纪商代,伊尹在《汤液经》中记述用酒医病与饮食对康复疾病作用。马王堆汉墓出土的竹简医书《十问》中载有“足故道者发明唾手,循辟(臂)靡(摩)腹,从阴从阳,必先吐陈”,“息必探(深)而久,新气易守,宿气为老,新气为寿。善治气者,使宿气夜散,新气朝聚”。此言为气功吐纳法祛病康复最早在史医书中记载。同一墓葬出土的帛书《阴阳十一脉灸经》中较为详细记录针灸五脏与肢体相关疾病者,这便是针灸术用于康复治疗的有力佐证。吕不韦著《吕氏春秋·尽数篇》从体育导引角度提倡:“流水不腐,户枢不蠹,动也。形气亦然,形不动则精不流,精不流则气郁。”此乃运动导引康复健身的理论基础。《周礼·天官》中曰:“食医之下有疾医,调饮食不兼于治病,疾医之下有疡医,察内证不兼于外证,疡医之下有兽医,治禽兽者不兼于治人也”;食医者掌管饮食,指导“六饮、六膳、百馐、百酱”;疾医治病,“以五味、五谷、五药养其病……分而治之”并“各书其所以”。由此可见,古人将食医既康复医师列为众医之首,对其重视的程度不可小觑。同时特别强调诸医者各尽其职,互不兼治,所谓食医者乃选择或烹调饮食而使病人康复者。上述酒疗、气功导引、针灸食疗等塑造了我国传统康复医学的雏形。与此同时,出现了以饮食疗法为主的康复专科医师。

春秋战国时期(公元前 770 ~ 前 221 年)是祖国医学昌盛阶段,此时的政治、经济、文化都有显著的发展,学术思想非常活跃,《黄帝内经》便是春秋战国时期成书最早的一部医家典籍。书中不仅较为翔实地记述康复医学与预防医学通用的指导原则,而且对许多慢性疾病康复疗法加以介绍,并首先提出以五脏为中心的功能系统及生克制化、阴阳平衡等对立统一学说,为后世医家从事康复医疗提供科学理论依据。《内经·灵枢·岁露篇》中提出:“人以天地之气生,四时之法成,人与天地相参,与日月相应”。《素问·四气调神大论》又有“圣人春夏养阳,秋冬养阴,“但因循四时气序,养生调节之宜,不妄作劳,起居有节,则生气不竭,永保康宁”;“故阴阳四时者,万物之终始也,死生之本也,逆之则灾害生,从之则苛疾不起”。认为自然是生命之源,机体的生长发育,衰老、疾病都与自然变化息息相关。人类只有顺应四时生长收藏节气变化,迎合客观自然规律,才能做到无病防疾,健康长寿。饮食对人体健康亦很重要,特别提出某些疾病食物禁忌,如:《素问·宣明五气篇》中的“气病无多食辛;血病无多食咸;骨病无多食苦,肉病无多食甘;筋病无多食酸,乃五味所禁”。此外《内经》还强调采用药物治疗同时辅佐食疗以促进病人康复。如:“毒药攻邪、五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充,气味合参服之,以补精益气”。《内经》还十分重视各种情志与脏腑之间密切联系,总结出情志异常变化可损伤脏腑功能和规律,并巧妙运用情志相制约作用机理,来治疗情志所致疾病。如《素问·阴阳应象大

论》曰:“怒伤肝、悲胜怒”“喜伤心,恐胜喜”;“思伤脾,怒胜思”;“忧伤肺,喜胜忧”;“恐伤肾,思胜恐”;等等。《吕氏春秋·至忠》有关文挚为齐王治病的史料,便是最好的以情治病典故。文挚认为齐王之病,“非怒王则疾不可治”,便有意用法激怒齐王,使其疾病不药而愈。《内经》根据疾病阴阳表里寒热虚实,病者体质与发病季节等相关因素,分别采用三因制宜(因时、因地、因人)的康复医疗原则,郑重提出:“同病异治”与“异病同治”医疗大法,并倡导综合康复疗法,在临症中收到事半功倍的效果。正如《素问·异法方宜论》云:“故圣人杂合而治,各得其所宜,故治所以异而皆愈者,得病之情,知治之大体也。……西北之气,散而寒之,东南之气,收而温之,所谓同病异治也。”同时



(1)虎(2)熊(3)鹿(4)猴(5)鸟

图 1-1-1 华佗起始的五禽戏

《内经》还采用气功与药物相结合方法实施康复治疗。如《素问·奇病论》治疗“息积”症时提出:“积为导引服药,药不能独治”之说。

总之,中国传统康复医学的理论渊源于《黄帝内经》,其中情志因素、心理康复、气功导引、食疗药膳等康复医疗原则,完全符合现代康复医学的观点,对指导临床仍具有现实意义。

二、传统康复医学的形成(汉、晋、隋、唐、宋、元期)

汉代时期,在继承了秦以前医学成就的同时,康复医学的形成并得到进一步的发展,康复疗法与手段不断推陈出新,有关按摩导引等方面专著,如《黄帝歧伯按摩》、《神农黄帝食禁》、《食经》等相继问世。从马王堆三号汉墓中出土的彩色《导引图》,已绘有动作形象和文字注明应用导引练功疗法治疗骨关节疾病,足以证明在秦汉之际康复医学业已形成。魏晋时代又有许多养生康复著作出版,如《太上老君养生诀》、陶弘景的《养性延命录》,其中广集了气功按摩、吐纳食疗康复方法。三国时期著名医学家华佗通晓养生术,曾言:“人体欲得劳动,但不当使极也尔,动摇则谷气得消,血脉流通,病不得生。譬犹户枢,终不朽是也,是从古三仙者为导引之事,熊颈顾,引挽腰体,动诸关节,以求难老”。其学术思想充分体现运动疗法与疾病预防、抗衰老的辩证关系。并模仿五种动物(虎、鹿、熊、鸟、猿)等动作创立了“五禽戏”体操(图1-1-1),指出了功能锻炼在治疗疾病中的重要作用,对后世的影响颇为深远。东汉医家张仲景在其所著的《金匱要略·脏腑经络先后病脉证》中说:“见肝之病,知肝传脾,当先实脾,“上工不治已病治未病”等未病先防、养生避邪、初病先治的早期康复医学理论。又说:“若人能养慎,不令邪风干忤经络,适中经络,未流传脏腑即医治之。四肢才觉重滞,即导引吐纳,针灸膏摩,勿令九窍闭塞。”张仲景将导引、吐纳、针灸、膏熨等康复手段融为一体,综合加以应用,为后世的康复医学树立了榜样。

隋、唐是我国封建社会的鼎盛时期,堪称世界上第一所医学院的唐太医署在此期诞生,为世人所瞩目。该医学部中设有医博士、按摩博士、针博士、医师、针师、按摩师等。使中国传统医学与康复医学得到长足发展。隋代巢元方所编著《诸病源候论》是我国第一部运动与物理疗法的康复医学专著。书中记载了200余种导引术式,如《腰病候》有:“一手向上极势,手掌四方转回,一手向下努之,合掌努指,侧身欹形,转身向似看手掌向上……去骸并肋腰脊疼闷。”此方法为治疗肩背腰脊疼痛运动康复疗法。唐代大医家孙思邈尤为重视饮食康复,在其代表著作《千金要方·食治》中强调“夫医者,当顺先洞晓病源,知其所犯,从食治之,食之不愈,然后命药”的理论。同时孙氏对150余种谷肉果菜类食物康复功效逐一论述,其中《五脏所宜食法》可谓中国历史首部康复食谱。饮食疗法既可以保胃气、强体质、扶正祛邪,又可以用于康复医疗。同时《千金要方》中还征集中药腾熨、熏洗、贴敷、吹摩、药枕等独特的康复医疗方法。唐·咎殷《食医心鉴》中列有食治诸方,是通过药物与食物相结合方法,对中风、女人产后病、心腹冷痛等慢性疾病进行康复治疗。书中所载方药,不仅有益健康,且能促进康复。在这一历史时期,官方为残疾人还专门设立了“养病坊”等康复医疗部门,类似现代的康复医院。唐宋末初年间随着医学的发展,康复医学内容逐渐完善、增多,官方医院还开设了“疮疡科”、“正骨科”、“养生科”、“针灸科”等专科,其中养生科包括医疗康复和保健养生等内容。

宋朝时期政府较为重视医学的发展,医学的分科也日趋规范化,先后成立了初具规模的“安济坊”、“养济院”等医疗机构,专门为收养和治疗孤寡贫穷或病困无依之人。官方组织编纂许多医书,如《太平圣惠方》、《和剂局方》、《圣济总录》等,其中《太平圣惠方》第96、97卷中食治门针对中风、脚气、脾胃虚弱等疾病列食疗药粥129首。《药酒序》:“夫酒者,谷有之精,和神养气,性唯千慄悍,功甚变通,能宣利胃肠,善导引药势。”“今则兼之名单或彼香醒,莫不采自仙方,备乎药品,疴恙必涤,效验可凭,取存于编简耳”。这些对药酒的功效与作用予以评述,并证实疗效确切,是对食疗与药膳的一大创举。《圣济总录》对按摩导引、气功康复疗法作用给予充分肯定和高度评价。在卷四治法中指出导引术具有“斡旋气机,周流荣卫,宣摇百关,疏通凝滞”之功效;而气功治病可使“久病自除”;按摩之法则“凡小有不安,必按摩接捺,令百节通利,