

师彬 孙国栋 主编

三维平衡正脊技术

—— 治疗脊柱及脊柱相关病

山东大学出版社

责任编辑
徐翔

美术编辑
牛钧

ISBN 978-7-5607-3908-3



9 787560 739083 >

定价：28.00元

三维平衡正脊技术

——治疗脊柱及脊柱相关病

主 编 师 彬 孙国栋

副主编 王吉荣 石 军 彭 程

山东大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

三维平衡正脊技术/治疗脊柱及脊柱相关病/师彬,
孙国栋主编. — 济南: 山东大学出版社, 2009. 8
ISBN 978-7-5607-3908-3

- I. 三...
- II. ①师... ②孙...
- III. 脊椎病—治疗
- IV. R681.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 138817 号

山东大学出版社出版发行

(山东省济南市山大南路 27 号 邮政编码: 250100)

山东省新华书店经销

济南铁路印刷厂印刷

880×1230 毫米 1/32 11.25 印张 310 千字

2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月第 1 次印刷

定价: 28.00 元

版权所有, 盗印必究

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社营销部负责调换

内容提要

本书是一本专门介绍三维平衡正脊技术治疗脊柱及其相关疾病的工具书,全书共9章。第1章详细介绍了整脊疗法、脊柱及脊柱相关病概况,第2、3章介绍脊柱的生物力学特点以及脊柱相关病发病原因与病理。第4章从中西医角度介绍脊柱相关病的临床诊断。第5章为三维平衡正脊技术的理论基础和治疗方法。第6~9章按照脊柱的分区:颈椎、胸椎、腰椎、骶髂四区分别介绍了各区常见病和多发病的脊柱及脊柱相关病三维平衡正脊技术治疗。详细论述了每个病证的病因病理、临床诊断、鉴别诊断、治疗方法,注意事项等。强调治疗以中西医结合为重点,以手法、针灸、穴位注射、针刀、牵引、物理康复及口服或外用中西药物等方法,而且大多数病证都附有作者治验的典型病案。本书还汲取了当代部分医家的成功经验及现代中西医结合的最新成果。特别是治疗手法的插图及典型病案,颇具参考价值。

本书理论联系实际,立足中西医结合,突出中医临床实用和辨证施治的特点,是一本实用性很强的工具书。可供中医西骨伤科、针灸、推拿、理疗、疼痛科临床医师参考,也可供中西医医学院校学生参阅。

前 言

脊柱及脊柱相关疾病是指颈、胸、腰椎的骨、关节、椎间盘及椎周软组织遭受损伤或退行性改变,在一定诱因条件下,发生脊椎关节错位、椎间盘突出、韧带钙化或骨质增生,直接或间接对神经根、椎动静脉、脊髓或交感神经等产生刺激或压迫,引起的临床多种综合征。它是现代医学领域中从脊柱力学角度出发研究脊柱与疾病关系的一门新兴的边缘学科。

除脊柱本身病症状外,常由此发展而致植物神经功能紊乱,从而引起所支配的脏器出现病症。常影响人们的学习与工作,甚至对身心健康造成严重危害。手法治疗有舒筋通络,理筋整复、活血祛瘀作用,是治疗脊柱病的主要治疗手段之一。在各种手法治疗中,中西医结合整(正)脊手法治疗脊柱相关疾患临床疗效确切、可靠。在前后不到一百年的时间内,此类手法在欧美国家得到广泛运用和发展,是目前国内外治脊替代疗法中较为常用的方法之一。整(正)脊疗法在治疗脊柱病变同时,也为临床多种慢性病、疑难病的治疗提供了新的思路。

脊柱是人体运动的主轴,由多个椎体和多重关节(椎间“关节”、椎小关节)组成,众多肌肉和韧带紧紧围绕,并有生理弯曲,以满足脊柱的坚固性和可动性(柔韧性)。其活动有三维方向(前后、左右、旋转)和6个自由度。脊柱及脊柱相关病是由于脊柱力学平衡失调造成脊柱三维方向的位移和脊柱软组织正常受力改变所致,所以治疗上应针对纠正脊柱三维方向的改变和松解患病软组织,以恢复其力学平衡。正脊与整脊可以说是同一个概念,但是从字面上讲,正脊重点是“纠正”,整脊

重点是“调整”。整脊手法是通过调整异常的脊柱骨间关系,达到通督调俞、调整脏腑功能目的的一种综合手法。正脊主要是应用手法有针对性地矫正人体错位失稳的椎体,使脊柱恢复原来的解剖位置,使脊髓、神经根和血管等不再受到牵拉或压迫,相关的器官和神经系统能够恢复正常生理功能。

整脊医学是从生物力学的角度,应用特殊的手法,并结合针刺、艾灸、刮痧、刺血、拔罐、针刀、点穴按摩以及理疗等手段,对颈、胸、腰椎和骨盆的骨关节,椎间盘以及脊柱相关软组织的劳损,紧张僵硬或退化性改变进行调整,以恢复脊柱内的生物力学平衡关系;解除脊柱周围软组织(肌肉、韧带、筋膜、神经、血管等)急慢性损伤的病理改变,来达到调节其外在生物力学平衡和气血、阴阳平衡。以此来治疗脊柱错位,脊柱周围软组织以及新继发的脊柱相关疾病的方法。达到“调节平衡脊柱,治疗病因根本”的目的。

张吉林教授结合现代机电一体化技术,发明了三维正脊仪,首创了三维正脊疗法。三维正脊疗法是一种以物理能量为主非手术治疗非失代偿期脊柱椎骨间软组织损伤类疾病的现代医学新疗法,是应用三维正脊仪将精确量化的物理能量及三维动作向量以突加载荷的方式作用于病变椎间,用恰到好处的能量纠正其三维改变,理顺椎骨间软组织紊乱关系,使之达到新的相对平衡;若还有残余症状,则根据病情针对“筋伤”采用相应的特色方法对症治疗。三维正脊疗法不仅是中医治疗学向现代化发展的一项创新,是中医手法的一场革命,也是国际正脊医学的革命。然而,三维正脊治疗仪的发展也受到一定限制,譬如一是价格比较昂贵,许多基层单位缺乏购买能力;二是需要一定的场地;三是需要专门接受培训的技术人员。同时,治疗病种也局限,主要针对腰椎间盘症。这给患者及医者都带来了一定局限性。

我们在张吉林教授三维牵引正脊仪研制及治疗思路的指导下,潜心研究三维正脊手法,“三维平衡正脊技术”就是我们博取古今各家之长,糅合中外各种整(正)脊手法的优点于一体,将传统的推拿、拔伸、斜扳、旋转推压等手法融为一体,通过十多年临床观察证明确实安全有

效,生物力学原理分析科学系统的各种手法有机结合在一起,将针刺、艾灸、刮痧、刺血、拔罐、针刀、点穴按摩以及理疗等治疗手段与正脊手法有机结合在一起,总结出来的一种综合治疗方法。在临床应用中也收到良好治疗效果。本治疗方法主要有以下几个突出的特点:

1. 理论新颖 正脊手法是一种复杂的三维立体运动,“三维平衡正脊”结合现代脊柱力学三维空间理论,将传统的拔伸、斜扳、旋转推压等手法融为一体,实现了三维体的脊柱同步运动,大大增强了人工手法复位的效果。拔伸手法可使椎间隙增宽,产生负压吸引,有利于髓核回纳,同时拉伸后纵韧带,使后纵韧带张力增大,产生类似推按髓核复原的回弹力。合力的作用,使髓核还纳成为可能。斜扳、旋转可使后关节间隙增宽,使之处于相对失稳状态,有利于纠正旋转移位和小关节错位,能松解突出物与周围粘连,并使之发生微小的位移合变位。对病变间隙加用顺筋理筋手法,可缓解肌痉挛,大大提高纠正小关节错位的治疗效果。

2. 定位准确 强调掌握脊柱及其周围软组织解剖位置、脊柱小关节的构成、脊柱周围及背部肌肉起止及走形方向、功能,每块肌肉的神经支配,脊柱生物力学原理的重要性。

无论颈椎还是腰椎,椎间盘突出、骨质增生、韧带肥厚、继发性椎管狭窄等并非全部脊源性疾病的关键,而是组织损伤后的表现及人体为适应内外环境变化而出现的保护性代偿反应。此病的关键是脊椎间的“筋伤”,受损伤的是椎间盘、肌肉、肌腱、韧带、关节囊、神经、血管等,主要表现是“筋出槽”、“骨错缝”,它破坏了脊柱椎骨间的平衡,影响了软组织的代谢和正常功能,特别是脊神经根受到牵拉、挤压损伤时会出现一系列与之相关的症状。除少数严重失代偿病人需要手术外,95%以上的患者可用非手术治疗,治疗的关键不是去除间盘突出物,也不是消除骨质增生、扩大椎管,而是摆正椎骨的位置——纠正椎间三维方向改变,理顺上下椎骨间软组织紊乱关系,使之回归自然状态,病痛自然消失。因此,师氏根据解剖位置,准确实施手法,收到良好疗效。是一种治根治本的科学方法。

3. 手法灵活 三维平衡正脊手法分三步进行,第一步放松手法,第二步理筋手法,第三步三维正脊手法。三维正脊集牵引、侧扳、旋转三次力量于一体,动作轻巧,发力准确,患者基本无痛苦。病情较轻或初次患病者,只做放松和正骨手法即可。手法重点是正骨,放松手法保证正骨顺利而避免人为的损伤。病情较重或发病时间较长的患者,采用三步正脊疗法,而后也采用强壮手法进行软组织治疗和点穴理气血,对慢性久病者十分有效。

4. 操作简便 三维平衡正脊手法,基本不受时间、地点、场地等条件限制,只要有一张治疗床就可以实施操作。在紧急情况下,无治疗床临时找一张床面较窄而且结实的木板床也能展开操作。这与三维牵引床比较,充分体现出“简、便、廉、验”的特点。深受脊源性疾病患者欢迎。

5. 适应广泛 三维牵引床主要用于腰椎间盘突出,而颈椎、胸椎则较少应用。三维平衡正脊手法,无论在颈椎及其相关疾病、胸椎及其相关疾病、腰椎及其相关疾病的治疗过程中,都能发挥较好治疗作用。师氏创立的治疗颈椎小关节紊乱、胸椎小关节紊乱手法、腰椎小关节紊乱手法、骶髂部关节紊乱“三维平衡正脊”手法,在临床应用过程中,对纠正脊柱的解剖位置异常,消除小关节紊乱状态,改善和消除由此导致的内科病症,改善血液流变学,均收到明显治疗效果。

6. 强调以三维平衡正脊手法治疗为主要治疗方法,并将针刺、艾灸、拔罐、针刀、银质针、阻滞、点穴按摩以及理疗等治疗手段与正脊手法有机结合在一起,一切治疗均将减少病人痛苦,提高疗效为目的。

在临床应用中善于总结和思考,并致力与本治疗方法的深入研究。其中“三维平衡正脊手法治疗脊柱病变引起相关病的临床研究”,是山东省保健委员会 2005 年下达的课题。历经两年于 2007 年顺利结题并通过专家组鉴定。本研究将脊柱及脊柱相关病分为颈区、胸区、腰区、骶骨盆区四个研究区域,对不同区域选取针对性手法治疗。同时选取最具代表性的常见脊柱相关病 4 种,应用“三维平衡正脊手法”治疗,并设对照组进行疗效比较。结果显示三维平衡正脊手法有明显治疗优

势。研究认为:本治疗方法符合脊柱生物力学三维空间理论,对脊柱及脊柱相关疾病的治疗针对性强,疗效显著。方法安全性高,适应症广,患者易于接受,值得临床推广应用。

本书就是我们多年临床经验的总结和科研成果的汇总,内容既遵循中医传统辨证论治方法,又融入现代循证医学观点,并与高精尖的现代诊疗技术相结合。试图完善整(正)脊治疗的学术规范及技术标准规范,以中西医学的相对优势为切入点,力图攻克脊柱源性疾病的某些难题。本书在追求科学性和实用性的基础上,对脊柱及脊柱相关疾病采取辨证与辨病相结合的方法提高诊断和治疗的准确性;采取辨证论治、专方专药相结合的方法增强用药的针对性,以使其更加实用。

由于我们编写经验不足,书中难免有疏漏之处或这样那样的不足,敬祈读者不吝指正,以使其之日臻完善。

编者
2009年6月

目 录

第一章 整脊疗法与脊柱及脊柱相关病概况	(1)
第一节 中国传统整脊疗法及对脊柱及脊柱相关病的认识.....	(2)
第二节 目前国内整脊主要流派及特色.....	(8)
第三节 美式整脊概况	(15)
第二章 脊柱的生物力学特点	(22)
第一节 脊柱的基本力学构造	(22)
第二节 脊柱的力学功能	(32)
第三节 脊柱的运动形式和特点	(36)
第三章 脊柱及脊柱相关病发病原因与病理	(40)
第一节 常见脊柱及脊柱相关病	(41)
第二节 脊柱及脊柱相关病的发病原因	(45)
第三节 脊柱及脊柱相关病的病理改变	(56)
第四节 脊柱及脊柱相关病的发病机制	(60)
第四章 脊柱及脊柱相关病临床诊断	(63)
第一节 病史采集	(63)
第二节 体格检查	(70)
第三节 压痛点与肌力检查	(83)

2 三维平衡正脊技术——治疗脊柱及脊柱相关病

第四节	神经系统检查	(89)
第五节	X线检查	(98)
第六节	CT检查	(110)
第七节	磁共振成像检查	(117)
第八节	肌电图及诱发电位检查	(120)
第九节	实验室检查	(122)
第五章	三维平衡正脊技术	(123)
第一节	“三维平衡正脊技术”概要	(123)
第二节	三维平衡正脊技术的理论基础	(130)
第三节	“三维平衡正脊手法”手法	(137)
第六章	颈椎及其相关疾病	(186)
第一节	落枕	(186)
第二节	颈椎病	(190)
第三节	环枢椎半脱位	(205)
第四节	颈椎间盘突出症	(210)
第五节	颈椎相关内科病症	(215)
第七章	胸椎及其相关疾病	(229)
第一节	项背部肌筋膜炎	(229)
第二节	胸椎小关节紊乱	(235)
第三节	胸椎相关类内科疾病	(239)
第八章	腰椎及其相关疾病	(251)
第一节	急性腰扭伤	(251)
第二节	腰椎退行性骨关节病	(256)
第三节	腰椎间盘突出症	(261)
第四节	退变性腰椎管狭窄症	(279)

第五节	第三腰椎横突综合征·····	(290)
第六节	腰椎弓峡部崩裂与脊椎滑移症·····	(296)
第七节	急性腰椎小关节滑膜嵌顿·····	(303)
第八节	腰骶椎相关类内科病症·····	(308)
第九章	骶髂部及其相关疾病·····	(319)
第一节	骶髂关节损伤·····	(319)
第二节	梨状肌综合征·····	(325)
第三节	髋关节一过性滑膜炎·····	(330)
第四节	强直性脊柱炎·····	(333)

第一章 整脊疗法与脊柱及 脊柱相关病概况

整脊疗法,又称“脊柱(定点)旋转复位法”,是以分筋弹拨、按压梳理等整复手法作用于脊椎背脊,以促进督脉气血和畅,使病椎恢复正常,从而治疗脊椎伤损等疾病的一种有效方法。本疗法很早就为医家所应用,于20世纪80年代在我国迅速崛起,是一门从脊柱力学角度研究脊柱与疾病关系的科学。它是与内、外、神经、内分泌、妇、儿、五官科等都有关系的边缘学科。这门学科是以祖国中医经络学,骨伤科学为基础,结合现代医学的“脊柱与疾病相关”理论、“软组织外科学”、“脊柱病因治疗学”以及整脊矫正手法治疗等理论而产生的。

整脊医学认为,脊柱骨矢状面上正常的生理弯曲以及水平面上正常的垂直状态,是植物神经发挥功能的基本条件;多数慢性病患者,都显示有脊柱骨解剖位置紊乱或脊柱排列的异常,从神经、解剖、运动、生理的种种现象显示,治疗运动障碍或慢性病,都应先从脊柱骨入手。这些观点在美、加、日、意、法、英等医疗先进的国家已成为主流。

整脊医术的着重点是打破原来单一施治的局限性,发挥综合施术的直接性、特异性、整体性,为临床治疗提供了多样性的治疗方法。从而形成了独具特色的整脊医术。整脊医学的建立,为多种疾病的发病补充了新的病因学说,提供了新的诊断和治疗途径。

第一节 中国传统整脊疗法及对脊柱及脊柱相关病的认识

中国传统医学对脊椎损伤疾病的认识已有两千多年历史,有丰富的诊断治疗技术。

中国传统医学对脊柱的认识,是从天人相应观和整体观去认识人体的结构和功能。《灵枢·刺节真邪》指出:“腰脊者,身之大关节也”,认为脊柱是全身的中轴枢纽,内涵督脉,总督诸阳经,五脏六腑病变均可涉及督脉、脊柱,而脊柱督脉病变也涉及五脏六腑。三国时代,吕广注释《难经》还将脊柱 24 节按一年四季 24 节令归类,以方位分八卦,以上下分阴阳。

现代临床常见的颈椎病、腰腿痛,早在公元前 3 世纪成书的《五十二病方》已有描述。《五十二病方·足臂十一脉灸经》中这样描述“肩脉”病:“不可以顾,肩似脱、膈似折……颌痛、喉痹、臂痛、肘痛。”此类症状体征似现代常见的颈椎病症状体征。又如该书描述足太阳脉所发病:“病足小指(趾)废,腩痛、脚挛、眊痛、腰痛、夹脊痛、项痛”,与现代的腰椎间盘突出症或腰骶神经根损伤的症状体征相似。公元前 1 世纪的《黄帝内经》和公元 3 世纪成书的《针灸甲乙经》均有类似描述,或将颈肩臂痛称为“臂厥”,腰腿痛称为“踝厥”。看来,当时腰腿痛的疾病发病率甚高,所以《内经》还列专著讨论,《素问》有“刺腰痛”专篇,论述腰痛各种症状体征和针灸治法,如“项脊尻背如重状”,“循循然不可以俯仰,不可以顾”,“腰痛,腰中如张弓弩弦”,“腰下如有横木居其中”,“侠脊而痛至头几几然”等。并且指出腰腿痛有外感湿邪、外伤劳损:“衡络之脉,令人腰痛,不可以俯仰,仰则恐仆,得之举重伤腰,衡络绝,恶血归之”,是由肾虚等病因引起。

现代研究认为,《内经》所论的“肾”,其功能包括西医学所称内分泌系统,包括生长激素、性激素等功能。而《内经》特别强调“肾”功能与“腰脊”的关系,认为“腰者肾之府,转摇不能,肾将惫矣。”(《素问·脉要精微论》)“因而强力,肾气乃伤,高骨乃坏。”(《素问·生气通天论》)“故

肾为腰痛之病也。”(《素问·病能论》)《内经》有关腰脊与肾关系的理论,贯穿历代文献,成为中医学认识脊椎疾病的重要理论。

一、整脊疗法的产生

古代的脊柱疾病的治疗,包括了功能体育、按摩、按脊、针灸等诸多内容。功能体育疗法,属古代“导引”范畴。中国传统医学应用此法防治脊椎疾病,据史料记载,公元前2世纪刘安《淮南子》已介绍“六禽戏”,有“熊经、鸟伸、猿跃、鸱视、虎顾”的锻炼动作。据考古发现马王堆汉墓出土的《导引图》,绘制年代也是公元前2世纪前后,图中运动式样多为锻炼颈、腰、背的屈曲、过伸、侧弯、左右旋转的运动。公元3世纪华佗的“五禽戏”更明确:“熊经、鸱顾,引挽腰体动诸关节。”这种名为“导引”的功能体育疗法一直延续两千多年,成为中国传统医学防治脊椎疾病主要康复方法之一。

按摩是中国传统医学最古老的疗法。《史记·扁鹊仓公列传》记载:“臣闻上古之时医者俞拊,治病……镌石跻引案抚”,即推拿按摩法。《内经》已将按摩作为与针灸并列的两大疗法之一:“按摩勿释,著针勿斥,移气于不足,神气乃得复。”(《素问·调经论》)黄帝时代,岐伯著有《按摩十卷》。《演系露》说:“医有按摩法,按以手控捏捺病处也,摩者捋搓之也。”当时宫廷及富人家中常有牙雕,做按摩时,用牙雕指出疼痛部位。

按摩法具体应用于脊柱,《内经》称为“脊椎法”(《素问·齐府论》),认为“督脉生病治督脉,治在骨上”。《素问·骨空论》明确指出通过调整脊椎骨关节可治疗督脉病变,同时还可实施针刺加以手法按压脊旁穴位的治法。《灵枢·背腧》还明确指出背腧穴如有病变可施行“皆挟脊相去三寸所,则欲得而验之,按其处,应在中而痛解,乃其腧也。”背腧穴病变疼痛“按其处,应在中而痛解”,指用按压相应穴位治病,乃按脊法之一。

针灸治疗脊椎病,始自《五十二病方·足臂十一脉灸经》对臂厥、踝厥运用灸法,《内经》“刺腰痛”专篇论述针灸治腰背痛。特别是《素问·

缪刺论》中：“令人拘挛背急，引胁而痛，刺之从项始，数脊椎侠脊，疾按之应手如痛，刺之傍三指，立已。”华佗治“足蹇不能行”，“点背数十处，相去或一寸……灸此各一壮，灸创愈即行”。后世称此“华佗夹脊灸”。《针灸甲乙经》更详尽地论述了脊椎疾病的辨证选穴位和针灸疗法。如：“腰痛快快不可以俯仰，腰以下至足不仁，入脊，腰背寒，次寥主之。”针灸疗法是治疗腰腿痛行之有效的疗法，至今还应用于临床。

药熨疗法也是当时的治疗方法，如《素问·调经论》云：“病在骨，焯针药熨。”公元2世纪，张仲景在《伤寒杂病论》中已介绍药物内服治“肾着腰痛”“虚劳腰痛”，创著名的“肾气丸”。公元4世纪，葛洪著《肘后方》介绍用药物配合按摩治疗颈腰痛，称之为“摩膏”，还发明了多种“摩膏”。同时，葛洪首创后世称为“独活寄生汤”之药物内服，治“肾气虚衰、腰脊疼痛或当卧湿，为冷所中。不速治，流入腿膝为偏枯冷痹”。还介绍用捣烂杜仲酒调外配治外伤腰痛。内服外用药物治疗脊椎疾病，张仲景、葛洪的辨证论治内服药物和外敷摩膏疗法，成为后世治疗脊椎疾病的重要方法。

二、整脊疗法的形成和发展

公元7世纪，隋、唐时代，国家太医署设立“按摩科”，“掌教导引之法以除疾，损伤折跌者正之。”宋、元、明时代将按摩科分为按摩推拿科、折疡科(宋)、正骨兼金镞科(元)、接骨科(明)。中国传统医学骨科学及其诊疗脊椎损伤疾病的整脊疗法渐形成体系。

公元610年，巢元方编《诸病源候论》，书中“养生方导引法”介绍用引、伸、摇、振、压、努、挽等治疗颈腰痛。公元640年，孙思邈著《备急千金要方》中载“老子按摩法”，介绍推、捺、捻、掘、捺、细、抱、托、筑、挽、振、摇、搦、伸等手法治脊椎病及四肢病痛，这些手法一直延续发展至今。

《诸病源候论》首次报道应用旋转法治疗颈椎病。后人将巢氏此法绘图传授。孙思邈在“老子按摩法”中也介绍用抱头旋转法、旋转脊柱法防治腰背痛，文中载：“捺内脊、外脊各三遍。”捺，即旋转之意。同时，