在中华骨病康复协会特聘的全国巡诊专家团里，马悦时教授并不是唯一的女性专家，却是接诊人数最多的专家。因为不光是腰椎病患者来找她，每到一个地方义诊，不少当地医院的骨病医生也特地前来向她请教。在患者的口中，她是一位非常神奇的医生，说她神奇是因为她可以用看上去比较简单的治疗方式，使那些遭受腰椎病痛苦而导致瘫痪的病人重新站起来，让那些长期饱受腰椎病困扰的人摆脱病痛。她的治疗方法非常简单，不用开刀，用她的慧眼诊断再加上口服中药辨证施治，就可以达到腰椎患处消炎、祛痛，最终使腰椎功能恢复的目的。腰椎病只要找马悦时教授，片子一看，中药一开，腰椎病患者治一个好一个。

马悦时教授是中华骨病康复协会理事，骨科治疗领域的权威，湖北中医腰椎病治疗泰斗。系统学习中医骨病治疗理论，博采众长，治学严谨，多年来撰写10余篇腰椎病治疗学术著作，独创“腰间盘复活疗法”。这是马悦时教授在40多年的骨科医学临床研究中，根据腰椎病的各种病理变化，总结出来的一套新的医学理论和治疗手法。2004年6月，“腰间盘复活疗法”被列入中国卫生部“十年百项重点推广应用项目”。

笔者与马悦时教授首次见面，一点也感觉不到老专家的架子，说起话来中气十足，根本看不出她已近古稀之年。她爽朗一笑说，这就是中医的好处。更让人惊诧的是，她近70岁的高龄，身子骨如年轻人一般硬朗。

现在很多人知道：西医治标，中医治本。对此，马悦时教授有自己的见解：中医辨证施治腰椎病。

# 马悦时 中医擅治腰椎病

**腰椎病专家热线**
中华骨病康复协会 名医面对面栏目联办
0731-82239234

## 一

马悦时从做中医骨病医生的第一天起，就和腰椎病打交道，至今已经有40多年，经过她治好的腰椎病患者有多少，马悦时自己也记不清。

马悦时认为，腰椎承载着人体上半身的全部重量，腰椎对于人体就像110指挥中心一样重要，也可以比喻为一座大楼的钢筋大梁；同时腰椎还对人体营养供给、神经传导、新陈代谢等有着密不可分的联系。

然而，人的腰椎是非常脆弱的。随着年龄增长，人体椎间盘组织退变，弹性降低，在长期劳损，用力不当，和外伤、车祸等外因作用下，纤维环破裂，髓核从破裂处突出，压迫到神经根，脊髓。患者常常感到腰部疼痛麻木，下肢呈放射性疼痛，还可出现间接性跛行，足下垂，肌肉萎缩，严重者不仅痛不可忍，还可造成卧床不起，瘫痪等。为此，马悦时呼吁：不能让腰椎病再如此肆虐，防治腰椎病刻不容缓！

事实上，大多数腰椎病患者在医院治疗时，多选用西医的方法，手术、微创等，不但花费高，病人还承受巨大的痛苦和失败的风险，更重要的是，手术不能治根，复发几率很高。

所以马悦时教授在临床治疗腰椎病一开始，就决定通过中医治疗。

## 二

中医怎么看待腰椎病？“血不养筋，筋不固骨”就是病因所在。

古人有句话说的好：问渠哪得清如许？惟有源头活水来。流水不腐，一切生命才会常新；死水一潭，就会滋长“臭鱼烂虾”；腰椎病的形成，就是因为我们的“除旧布新”工作没做好；只有把旧的排除掉，新的才能用上，只有源源不断地给身体输送营养，腰椎病才能康复；所以，我们找到了问题的根源，从根源着手，营养能够顺利地送达到腰椎，所有的一系列问题都将迎刃而解。

患者选择做手术，甚至在腰椎上打钢钉加固腰椎，可结果怎么样呢？即使手术摘除了突出的髓核，也支撑不了多长时间，因为椎间盘只有磨损，没有修复，很快就会磨坏；手术治标不治本，没有从根本上解决问题，没有从根本上恢复健康，这就是为什么不少患者做完手术还是照样复发。

正是因为马悦时教授一开始就从中医的理论体系中找到了腰椎病的根源，认识到要真正治好腰椎病，依赖手术等创伤性疗法是行不通的。

## 三

当然，在马悦时教授治疗腰椎病的行医生涯中，最让中医骨病界所肯定的造诣，就是她的中医辩证理论。她的“腰间盘复活疗法”，博采众长，成为非手术治愈腰椎病的传奇。无论是腰间盘突出，还是椎管狭窄、腰肌劳损，甚至是瘫痪在床的腰椎病人，都能奇迹康复。在腰椎病“不死的癌症”笼罩下，马教授独树一帜，成为我国少有的疑难病专家。

所谓“腰间盘复活疗法”，就是利用中医辨证理论，通过内服外敷中药，对老化、破裂的腰间盘进行调理、修复，使其重新闭合，恢复韧性和活力。从而从根本上治愈腰椎病。

这是马悦时教授在40多年的骨科医学临床研究中，根据腰椎病的各种病理变化，以及腰椎病患者多有并发症的特点，总结出一套综合调理的非手术疗法。毫不夸张的说这就是她腰椎病治疗的独门秘笈。

腰椎病致病原因复杂多样，而马教授可谓是独具慧眼。看过患者照射的影像图后，根据腰椎病变、受损的部位、状态等，很快就能找到患者发病的根源。从而准确地进行分析判断，开出良方。

## 四

有一次，马悦时教授在武汉做义诊。一位小伙子背着年近五旬的母亲慕名前来。

这位母亲是一位小学教师。患腰椎病十多年了，不得已还做了手术，可是两年后却突然瘫在了床上。小伙子说，每次去医院，那些所谓的专家都给母亲开出一大堆的中药、西药，结果，病情一点没见好转，把胃都吃坏了，一见药就吐。

更让小伙子着急的是，为了治病，小伙子背着母亲去了很多大医院。因突出髓核严重压迫神经、血管，已无法再次手术，众多知名专家在看过母亲的CT片后，均下达了无药可医的判决书。

马教授详细看了他们带来的CT片，并在腰部做了检查。发现她不只患有腰间盘有突出，还有严重的腰肌劳损。正是两病同发导致她下肢失去行动能力。因为身体条件限制不能再次手术，所以各大医院都无计可施。

“你母亲的病能治好，我保她一个月就能下床。”马教授很快开出了药方。看到药方后，小伙子和母亲都有些迟疑。药方仅有两种，一种是19味组方的“小药丸”，另一种却是蜂蜜。

马教授笑一笑说：“用蜂蜜水服用小药丸就可以了。你放心吃吧，这种药不刺激胃，还能让你的病去根。”

不到三个月，小伙子给马教授写来了感谢信：真是神医啊，服了您开的药，我母亲的病全好了。她服用一周就感觉腰部热热的，疼痛大为减轻，不到一个月就能下床了。而且走路、上下楼都没问题。后来到医院拍片子一复查，连医生都惊讶地说没想到恢复这么好。现在我母亲正跟学校联系复课的事呢！

## 五

在医学界，腰椎病就有“不死的癌症”的说法，对此，马教授一笑而过。正是这些错误的理论误导了患者，腰椎病仿佛就是患者身体上的一道难以挣脱的“紧箍咒”，各大医院动不动就要拿刀子解决问题，着实吓坏了不少患者。

听听马教授的故事，再反观所谓现代医学的治疗方法，确实如此。患者去医院看腰椎病，往往就是CT、核磁共振、X光等一系列的检查确诊。而如何解决问题连所谓的专家都摇头叹息。年纪轻的就直接建议手术，而对于那些年岁大、身体差或有其他并发症的患者却束手无策，随便给开点消炎药，回家养着。

在马教授看来，西医之长在于检查定论，可取之长通过仪器检查各项治标，以便详细确定患者病情。而中医却往往是治本求源，看清楚了病情，找准了病根，以中医数千年积累的取之不尽用之不竭的名方、名药，治病何难之有？

说到这里，不得不提到前文提到过的“小药丸”。马教授介绍，小药丸现在是国家腰椎病治疗的重点推广用药，由百年老字号广东华天宝生产，组方有上百年的历史，浓缩了我国几千年中医治疗腰椎病的精髓。做了四十多年的骨科大夫，用过的治疗腰椎病的药物也有上千种，对比这么多药物，到目前为止，真正的、专业的、治疗性药物，我还是首选“小药丸。”

## 六

俗话说的好：“三分治，七分养”。马悦时特意提醒腰椎病患者，药物不是万能的，合理的生活习惯必不可少。

那么，腰椎病患者在日常生活当中应该注意些什么呢？马悦时说，这些事项看似简单，但是严格做到却实属不易。

1、睡硬板床。睡硬板床可以减少椎间盘承受的压力。

2、保持良好的生活习惯，注意腰间保暖，尽量不要受寒。避免着凉和贪食生冷之物，不要长时间在空调下，这样对腰部不太好！加强腰背部的保护。

3、不要做弯腰又用力的动作（如拖地板…）注意劳动姿势，避免长久弯腰和过度负重，以免加速椎间盘的病变。

4、锻炼时压腿弯腰的幅度不要太大，否则不但达不到预期目的，还会造成椎间盘突出。

5、急性发作期尽量卧床休息，疼痛期缓解后也要注意适当休息，不要过于劳累，以免加重疼痛。

6、平时的饮食上，多吃一些含钙量高的食物，如牛奶，奶制品，虾皮、海带、芝麻酱、豆制品也含有丰富的钙，经常吃，也有利于钙的补充，注意营养结构。

## 七

厚积薄发时、必当一鸣惊人。2008年9月10日，由中华骨病康复协会举办的“全国腰椎病康复高峰论坛”在人民大会堂召开！作为腰椎病治疗领域杰出代表，马悦时教授出席了此次会议，并当选全国腰椎病“十大健康卫士”称号。同日，马悦时被中华骨病康复协会聘为特级专家，对“腰间盘复活疗法”进行推广。

马教授在最后语重心长的说，自古就有“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”的名言。我从医几十年，积累了一些经验，虽已近古稀，仍能发挥余热，受中华骨病康复协会的邀请在全国各地巡诊，为广大腰椎病患者进行免费诊疗。

但是一个人的精力毕竟是有限的，所以马悦时想通过本报对腰椎病的治疗知识理论对广大患者进行科普教育，也是希望患者能少花冤枉钱，少走冤枉路，让更多的患者受益。

## 后记

1、文中所提到的“小药丸”，是针对腰椎病发病根源，由桂枝、红花、独活、五加皮、白芷、防己、骨碎补、当归、制草乌、千年健、秦艽等19味名贵中草药配伍，并采用国际最先进的双重浓缩技术，制成高度浓缩的小药丸，专治各种顽固的腰椎病，药效是普通药物的20倍。患者只要服用1.23粒小药丸就相当于服用一副治疗腰椎病的汤药。此药丸由中华骨病康复协会“腰间盘复活疗法”专家门诊特供，患者可在了解病情后由专家开具处方后拿药。

2、想要进一步了解腰椎病康复治疗的朋友可以拨打热线0731-82222114预约马悦时专家。

马悦时教授全国巡诊长沙站时间：2011年10月21日-10月26日。即日起，开通电话预约就诊，限额100名。

**预约报名电话：0731—82239234**

活动地址：**10月21日—26日长沙市养天和东塘星城大药房**（东塘西百幸鞋业旁）