



①

【编者按】近些年来,随着国家对基层中医药的大力扶持和高度重视,各地基层中医机构发展迅速,技术力量大大增强,涌现出了一大批优秀的中医工作者,以及诸多行之有效的特色诊疗技术。为给大众提供更优质更方便的基层医疗服务,缓解看病难看病贵,本报和新湖南·湘健频道特推出《身边的名中医》专栏,重点对县级以下医疗机构,包括县级医院、乡镇卫生院、民营医院、社区卫生服务机构、养生馆、中医诊所中的优秀中医师进行报道。凡是获得“基层名中医”称号或确有一技绝活、得到同行认可的医生均可自荐,也欢迎广大读者和医务工作者推荐(联系电话:0731-84326078)。

针刀达人张立勇

1976年赤脚医生朱汉章发明了中西医结合的“小针刀疗法”,治疗慢性软组织损伤、慢性疼痛、骨关节疾病等疗效显著,使成千上万的患者摆脱了病痛的困扰。40多年后,湖南省针刀专业委员会秘书长、“80后”青年针刀名家、湘潭市中心医院原疼痛二科主任,湘潭执一堂中医医院颈肩腰腿痛专科主任张立勇,在针刀医学基础上大胆探索筋膜、骨膜医学,与时俱进创立了针刀透压技术。该技术集消减骨内压、松解筋膜及软组织粘连等多种功效于一体,绿色安全、疗效显著、不易复发,是传统针刀疗法的一大创新与进步。

“持针如握剑,斩病如落叶。”这高度概括针刀透压技术特点的10个字,背后却是张立勇主任在针刀医学上不懈的探索和攀登……

张立勇2008年自湖南中医药大学毕业后从事中医康复工作,在临床中他发现,很多顽固性颈肩腰腿痛患者深层软组织产生了粘连、结节、挛缩,致使针刺和推拿无法达到所需的疗效。对此张立勇遍查资料,反复实践,终于找到了能对症治疗的“小针刀疗法”,解决了很多慢性

疼痛顽疾。

澳大利亚籍华裔高中生威廉因两年前腰部扭伤,造成脊柱侧弯并患上严重的腰椎间盘突出症,无法弯腰和抬腿,痛苦不堪。仔细检查患者后,张立勇发现他的病因在骶髂,之前患者做过多次小针刀治疗,但因传统针刀太锋利,进针阻力小,无法松解他骶髂关节增厚并完全挛缩的韧带和筋膜。要解决骶髂上的问题,只有改良针刀,张立勇在患者右侧骶髂通过精准评估定好点,然后用一根连夜打磨好的改良针刀加上独特的松解手法,对准治疗点透了进去,只听啪啪几声,完全硬化的腰骶筋膜和骶髂韧带被松开了,患者惊讶地发现腿可以抬起来了,脊柱和骨盆也纠正了不少。此后又经过3次这样的治疗后基本痊愈了。

多年的临床经历,让张立勇逐步突破原有小针刀的局限,对这种在针刀医学基础上独创的新技术,张立勇命名为“针刀透压技术”。与常规疗法相比,针刀透压技术有诸多优势。切口小、痛苦小、不用缝合、无需住院,疗效好、恢复快。此外,治疗费用低,能够快速缓解症状,治疗过程几分钟完成。



图为张立勇主任(左二)在指导学员做针刀透压治疗。

此后,张立勇不断进行临床总结和探索,陆续在骶髂上发现八个治疗点即透压“骶髂八针”,专治腰椎间盘突出和一些疑难杂病。在此基础上他继续拓展创新,先后又探索出了“颅底七针”“肩外一针”等一系列透压骨穴,并逐渐形成了以“精、准、快”为特点的针刀透压临床诊疗特色。

湖南永州一名15岁女生,因患重症肌无力导致左眼睑下垂一年多,看遍中医西医,花费医药费数万元却毫无疗效。2018年张立勇接诊后在患者的颅底透了一针,针后女生睁开眼睛,发现左眼睑不再下垂,喜不自胜。后经过3次巩固治疗,患者完全康复,随访两年没有再复发……像这样治愈成功的经典病例不胜枚举。

尹义龙 张红斌

湖南省民族中医院
湘西自治州民族中医院
电话:0743-8223788
网址:www.xxmzzy.com

中老年骨痛 三招缓解

中药熏洗缓解骨刺痛 由跟骨骨刺引起的软组织疼痛困扰着无数老人。可用纱布将红花、当归、制乳香、制没药、寻骨风、伸筋草、透骨草、五加皮、威灵仙、丝瓜络各50克,以及30克川牛膝,松散包起放入砂锅中加水(水量要超过药量的3~4倍)煮沸后倒入盆内,先熏蒸双脚,待药蒸气减弱后,再放入药水中浸泡。每剂药可加温用2天,每天早晚各熏洗1次。

药饼热敷治足跟痛 有些老年人久坐后行走足跟会有痛感,负重后更甚,此时可取川芎、桃仁、红花、威灵仙、地龙、炮山甲、制乳香、制麦芽各10克,川乌6克,鸡血藤15克。上药共研为细末,贮瓶备用。用前以食醋及50度白酒各半,调药粉至干湿适中,摊在纱布上约厚3毫米,稍压成饼即可。睡前用药饼外敷患足跟部,以胶布固定,再以热水袋热敷患处30分钟。每晚1次。皮肤有破损者禁用。

药膏涂抹止膝关节痛 良性膝关节炎虽无器质性病变但两膝关节经常疼痛。可用骨碎补、狗脊、千年健、当归、淫羊藿、仙茅各60克,生乳香、生没药各50克,丁香、肉桂各20克,樟脑10克,共研为细末、混匀,每取50克加适量黄酒调成稠膏状,涂抹于膝关节部位,外用绷带绕扎并使用护膝,24小时换药1次。

江苏省连云港市岗埠中医院 李冬

按摩疗法助降压

“抹、擦、梳、滚、揉、按”六字按摩法降压效果好。高血压病人在坚持服用降压药物的同时使用此按摩法,可帮助巩固降压疗效。

抹 就是抹前额。即用双手的食指或中指反复抹前额。

擦 就是用双手手掌摩擦头部的左、右两侧。摩擦时用力不宜过大,以自觉舒适为好。

梳 就是将双手手指微曲,两手十指好似虎爪般,先从前额发根开始,一寸一寸向头顶,再一寸一寸向脑后推,边推边梳,也可以左、右两手相互交替反复推梳5~10分钟。在此基础上,再进行“滚”“揉”“按”三种方法。

滚 就是滚动腰背部。其方法就是先将左、右两手握拳,拳眼对着相应的腰背部左、右两侧用力上下滚动,幅度可以尽量大一些,3~5分钟即可。

揉 两手重叠,尽量用靠近腹部的一只手按紧小腹部轻轻揉动。应顺时针方向揉动约3~5分钟。揉腹后一般血压都会有较大幅度的下降。

按 就是按摩穴位。常用的穴位有肩井穴(肩上、前直乳中)、内关穴(前臂掌侧,腕横纹上2寸)、合谷穴(手背,第1、2掌骨间)。

王化清

以牛命名的中草药

2021年是农历牛年。在中药大家族中,有许多以牛命名的中草药,现介绍几味,大家可以了解其功效。

牛蒡子 为菊科两年生草本植物牛蒡的成熟果实。本品性味辛、苦、寒,入肺、胃经,有疏散风热、清利咽喉、解毒透疹、止痛消肿之功,适用于外感风热,咽喉肿痛,热毒疮肿,疔腮肿痛,以及麻疹初起,疹发不畅,或风疹瘙痒等。

牛尾泡 为双子叶植物药蔷薇科植物黄泡子的叶和根。本品性味酸、涩、平,入肝经,有收敛、止血、解毒之功,适用于吐血,衄血,妇女崩漏,带下,赤白痢疾,泄泻,蜂螫伤等。

牛黄 又名西黄、丑宝,为牛科动物牛的胆囊结石,称天然牛黄。本品性味苦、甘、寒,入心、肝经,有清热解毒、熄风止痉、化痰开窍之功。适用于热毒蕴结所致的疮疡肿毒,咽喉肿痛,口舌生疮等。

牛耳草 为苦苣苔科植物,又名石胆草、猫耳朵,苦、涩、平,入肺经。散瘀,止血,解毒。适用于创伤出血,跌打损伤,肠炎,中耳炎。

牛筋草 为禾本科植物,清热,利湿。适用于伤暑发热,小儿急惊,黄疸,痢疾,淋病,小便不利;防治流行性乙型脑炎。

杨吉生



治乳糜尿方

乳糜尿乃小便混浊如米泔水或滑腻如脂膏,多在劳累和进肉食后发作。

方药:生山药、芡实、龙骨、牡蛎、生地各15克,白芍、党参各12克,益智仁、川草薢、乌药各9克。用法:每日1剂,水煎分两次服,症状消失后停药,一周后再服15~20剂以巩固疗效。

自制冻疮膏

肉桂、冰片、樟脑各2克,乳香、没药各10克。上药分研细末后混匀,用医用凡士林调成膏。用药前先用萝卜汤或淡盐水清洗创面,拭干后将自制冻疮膏敷患处。2~3天换一次药。

河北省退休老中医 马宝山 献方

友情提示
本版文章所列药方请在医师指导下使用