



筋骨结构错位

中医柔性正骨 温柔修复

传统的中医正骨治疗，扳法是核心环节，也就是大家在治疗过程中听到的“咔咔”声，这让很多患者有点担心害怕，有些因此而拒绝正骨治疗。

我们今天要科普的是一种有别于传统手法的正骨疗法——中医柔性正骨。中医柔性正骨强调以“轻推慢移”之轻柔力量系统性整复人体筋骨结构，治疗过程安全、舒适，临床疗效快捷、稳定，适用人群及病症广泛。

柔性正骨适应病症

中医柔性正骨适用于所有因筋骨结构错位导致的病症。常见的有：1. 各种颈肩腰背四肢疼痛；2. 颈椎问题导致的头晕、头痛、失眠、麻木等；3. 富贵包、高低肩、脊柱侧弯、假胯宽、长短腿等体型异常；4. 孕产后骨盆旋转错位、耻骨联合分离等。

典型病例 解读柔性正骨

中医柔性正骨是用一定的技巧，对关节进行小幅度的推摇复位，重建人体正常立线，避免伤害软骨、韧带和肌腱。关节复位后立刻感觉到轻松，效果持久；对大部分疼痛问题疗效立见，恢复迅速。为了让大家更好地理解这种正骨手法，以下结合5个典型病例进行说明。

臀部疼痛患者

中医柔性正骨结合经筋针法治疗

患者男，32岁，反复腰臀部疼痛2年，过度运动或劳累后易复发，检查显示椎间盘已压迫神经根，当地医院建议行手术治疗。体查发现：患者弯腰时腰骶联合部疼痛明显，左侧臀部多发散在压痛，右足底足跟前有固定压痛点，左侧髂骨前上旋。治疗先予以柔性正骨手法复位左侧髂骨，并辅以针刺左侧臀部筋结点及右侧足底压痛点。一次治疗后症状明显缓解，继续一个疗程巩固。

椎间盘病变的根本原因，在于人体筋骨结构的失衡导致椎间盘受力异常，所以治疗上不能只盯着椎间盘，而忽略了病变的筋骨结构。

臀部及小腿麻木老人

中医柔性正骨结合手法解结治疗

患者男，70岁，右侧臀部及右小腿外侧麻木麻木胀痛1周。因腹部手术伤口尚未愈合，只能行坐位调骨治疗。体查发现该患者右侧髂骨前上旋转错位，骨盆整体后仰，腰椎凸向左侧，右侧坐骨结节内侧有压痛，并放射到右小腿外侧。治疗先以柔性

正骨手法复位右侧髂骨，继以推摇手法将腰椎理顺复位，再以手法解结作用于右臀部及右下肢筋结点。治疗后患者当即感觉好转，其后每日一次手法治疗并配合正确的坐姿指导，7次治疗后症状消失。

治疗老年患者骨移位相关疾病是柔性正骨的重要工作内容之一，即便是高龄百岁的老人，也同样可以进行安全、有效的局部或者全身筋骨结构的整复调理，特别是坐位、站立位调骨的思路和技术更是中医柔性正骨的智慧所在。

女童脚踝疼痛

中医柔性正骨加经筋针法治疗

患者女，8岁，1月前被同学撞到脚踝导致左侧脚踝疼痛，逐渐出现左侧腓窝处也有疼痛，左膝关节屈伸不利。体查：左侧髂骨前上移位，左下肢长于右下肢，左侧股骨外旋，左侧腓骨下移位。治疗先予以柔性正骨手法将髂骨向下推移复位，再将左侧股骨内旋，再重新整理左膝关节的对位，又将左腓骨向上推移归位，最后针刺左踝关节前下部位的筋结点。经上述治疗后，患者行走时膝关节已不痛，左踝处还稍有疼痛，嘱其家长后续继续按揉筋结点。几日后回访疼痛已基本消失。

少年儿童因多动少静，活动时多跌扑、摔打的特点，故其筋骨结构紊乱最为常见。通过触诊骨与相关结构，筋骨并调即可明显改善。中医柔性正骨就像给人按摩，不知不觉将筋骨归位，在小儿筋骨损伤、脊柱侧弯治疗及

体型矫正方面更是大有作为。

孕妈妈颈部胀痛

中医柔性正骨治疗

患者女，28岁，孕中期开始出现颈部胀痛，导致夜间无法安卧，已持续2个月。因孕期不能拍片，只能凭手感判断颈椎的错位，用最柔和的手法将颈椎理顺。一次治疗后患者诉症状明显缓解，夜间安卧，一个疗程后安心待产。

孕期、产后、哺乳期是疼痛性疾病高发的特殊时期，由于关系到胎婴儿健康，中西医多谨慎对待而少有有效治疗手段。柔性正骨可根据具体情况行精细化的柔性手法，对妈妈和胎婴儿也相对更安全。对于产后耻骨联合分离症，柔性正骨亦可快速、有效整复移位的耻骨结构。

头部胀痛患者

中医柔性正骨及经筋针法治疗

患者男，30岁，反复头部胀痛数天，两侧颞部尤为明显，痛苦不堪。体查：寰枢椎椎体旋转错位，颈椎序列紊乱，上颈部有散在筋结点，枕神经出口有压痛，考虑颈椎错位刺激到枕神经。治疗予以推摇法调整颈椎序列，再以经筋针法松解筋结，配合更换保健枕以保证睡眠时颈椎的正确体位，经5次治疗后头痛基本痊愈。

中医柔性正骨对于颈椎病的治疗有一个绝活，那就是颈椎推摇手法，医者在动态推摇的过程中触诊7块颈椎的位置，再根据患者颈椎的情况，反向调整即可，颈椎序列得到调整，颈椎病的症状如头痛、头晕、失眠、颈肩痛、手麻等也会很快改善。所谓大道至简，有时候疾病症状复杂，治疗却很简单。

湖南妇女儿童医院中医科 针灸推拿门诊副主任医师 博士 易宣超



中医特色疗法——梅花针

梅花针又称“皮肤针”“七星针”，是用5~7支不锈钢针集成一束或莲蓬形，固定在具有一定弹性的针柄一端，来叩刺皮肤治疗疾病。

梅花针可用于治疗颈椎病、腰椎间盘突出、肩周炎、中风偏瘫、三叉神经痛、面瘫、带状疱疹、湿疹、肋间神经痛、失眠、便秘及脱发、斑秃、各种扭伤、眩晕、鼻渊、瘰疬等多科疾病；梅花针配合放血拔罐疗法，效果更明显。

梅花针使用方法

叩击法 手握针柄后端，食指伸直压在针柄中段。针刺对准穴位，使用腕力将针刺叩击在皮肤上，并迅速弹起，反复进行。适合于硬柄针。

敲击法 拇指和食指捏住针柄末端，上下颤动针头，利用针柄的弹性敲击皮肤，靠颤动的力量来掌握，适合于弹性针柄。

放血拔罐疗法 用梅花针扣破身体上的一定部位、穴位或阳性反应点（包括该局部出现酸、麻、木，可摸到的条索、结节以及泡状软性物）处的浅表血络，配合拔罐，放出少量血液，达到治病目的。

使用梅花针时需注意什么？

1. 根据体质、病情、年龄、叩打部位的不同，有弱、中、强三种强度。通常以皮肤潮红、充血，但不出血，无明显痛感为度。
2. 叩刺部位须准确，针尖与皮肤垂直接触，提针要快，勿慢刺、压刺、斜刺和拖刺。频率不宜过快或过慢，一般每分钟叩击70~90次。
3. 在治疗过程中，偶尔会出现头晕、眼花、恶心等晕针现象，这时应立即停止针刺。患有急性传染性疾病、凝血功能障碍、急腹症等疾病者禁用。

通道县民族中医医院康复医学科 针灸推拿治疗师 杨玲



皮肤感染用冰片芒硝

用冰片芒硝治皮肤感染，包括丹毒、蜂窝织炎、急性乳腺炎、疖肿、淋巴管炎、静脉炎、阑尾周围脓肿等，效果较好。

方法：用冰片1克，芒硝10克，混合均匀，一同研成细粉。取适量，用纱布包起置于患处，并用医用胶布固定。每日1~2次，每次2~4小时。一般用药3次病症即可控制。

四川省彭州市通济镇姚家村卫生所 主治医师 胡佑志 献方

给爱夜哭的孩子喝点中药茶饮

有的新生儿宝宝白天都挺好，一到晚上就老哭闹。造成小儿夜啼的原因，一是心热，孩子会面赤唇红、仰面而哭、哭声较响、烦躁不安、大便干、小便发黄。二是与孩子白天受惊有关，比如父母吵架、

电视中的恐怖镜头、被猫狗等动物惊吓等。此外还与积食有关。

治心热型小儿夜啼，可以用淡竹叶泡茶，每天让孩子喝上几十毫升。当孩子发热、心烦时，每天早晚给孩子清天河水推拿不

少于200次，可起到泄心火、治夜啼的作用。脾虚引起的小儿夜啼，可用陈皮2克、炮姜1克、大枣3个、白术2克、蝉蜕2克熬水给孩子喂服。

来源：本报微信公众号

友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用