

## 24 Cases of the Piriformis Syndrome Treated by Tuina

Kun Zhou

Everwell Chinese Medical Centre, London

Email: [hawkzhoukun@hotmail.com](mailto:hawkzhoukun@hotmail.com)

Received: Jan. 20<sup>th</sup>, 2014; revised: Jan. 26<sup>th</sup>, 2014; accepted: Feb. 7<sup>th</sup>, 2014

Copyright © 2014 Kun Zhou. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. In accordance of the Creative Commons Attribution License all Copyrights © 2014 are reserved for Hans and the owner of the intellectual property Kun Zhou. All Copyright © 2014 are guarded by law and by Hans as a guardian.

**Abstract:** Tuina is one kind of treatments in the Traditional Chinese Medicine; we can also call it medical massage. The article has summarized 24 cases of piriformis syndrome by treatment of Tuina, after at most 2 courses (20 times) of treatment, 21 cases are cured, and 3 cases are on the mend.

**Keywords:** Piriformis Syndrome; Tuina; Massage

## 推拿治疗梨状肌综合征 24 例

周 鲲

康泰中医药公司, 伦敦

Email: [hawkzhoukun@hotmail.com](mailto:hawkzhoukun@hotmail.com)

收稿日期: 2014 年 1 月 20 日; 修回日期: 2014 年 1 月 26 日; 录用日期: 2014 年 2 月 7 日

**摘要:** 推拿是一种中医传统疗法, 也称之为医疗按摩, 本文对 24 例梨状肌综合征的推拿治疗进行总结, 经过最多 2 个疗程(20 次)的治疗, 21 例治愈, 3 例好转。

**关键词:** 梨状肌综合征; 推拿; 按摩

### 1. 引言

梨状肌综合征主要是由于梨状肌损伤而压迫刺激坐骨神经所引起的一侧臀腿痛为主的病症, 笔者采用推拿手法治疗该症 24 例, 取得令人满意的疗效, 现报告如下。

### 2. 临床资料

本组 24 例患者中, 男 15 例, 女 9 例; 左侧 10 例, 右侧 14 例; 年龄最小 17 岁, 最大 68 岁; 病程最短 3 天, 最长 4 月。

### 3. 治疗方法

治则: 舒筋通络、活血化瘀。

#### 3.1. 滚揉法

患者俯卧位, 医者立于患侧, 用轻柔的滚、按、揉等手法在臀部沿臀大肌纤维的方向治疗, 配合小幅度的下肢后伸和膝关节的屈曲被动运动, 使臀大肌的痉挛逐渐松弛。

#### 3.2. 弹拨法

患者俯卧位, 在臀大肌痉挛缓解的情况下, 用深沉而缓和的滚、按、揉等手法在臀部梨状肌体表投影区, 沿梨状肌的方向治疗, 配合下肢较大幅度的后伸、外展活动, 使深层的梨状肌逐渐松弛。然后在压痛点用双拇指指尖或在屈肘位用鹰嘴突部作深沉而又缓

慢的弹拨法，与梨状肌成垂直方向治疗。

### 3.3. 肘平推法

患者俯卧位，医者屈肘，用鹰嘴突部着力，从臀部至足跟(沿足太阳膀胱经)单向推进 3~5 次。

### 3.4. 抖拉法

患者俯卧位，双手紧握住床头，腰部放松，医者双手握住患者踝部，微用力作连续小幅度的上下牵拉数次。

### 3.5. 髋关节摇法

患者仰卧位，医者立于患侧，医者一手握住患侧小腿踝部，另一手扶住膝部，使患肢屈膝屈髋，施行髋关节摇法数次。

### 3.6. 掌击法

患者仰卧位，医者立于健侧(以左患肢为例)，患者左下肢伸直置于医者身体左侧，医者身体向患者头侧移动，强制患肢直腿抬高至臀部肌肉紧张，以右掌根部重重击打患部 3 次。

### 3.7. 擦法

患者俯卧位，在臀部梨状肌体表投影区沿梨状肌方向用擦法治疗(介质用冬青膏)，以透热为度。

每天治疗 1 次，10 天为 1 个疗程。疗程间酌情休息 3~5 天。如果患者疼痛影响睡眠，予以口服芬必得暂时缓解。

## 4. 疗效观察

### 4.1. 疗效标准

治愈：症状、体征消失，活动行走自如；好转：症状、体征缓解，对日常生活有轻度影响；无效：症状、体征与治疗前无改变。

### 4.2. 治疗结果

经过第 1 个疗程的治疗，15 例治愈，其中有 2 例病患治疗 5 次即痊愈，其余 9 例均有所好转；经过第 2 个疗程的治疗，21 例治愈，好转 3 例(此 3 例病例患者年龄都超过 55 岁，嘱其加强腰背肌肉锻炼，6 个月

随访，症状和体征均消失)。此 24 例病例随访 6 个月，未见明显复发。

## 5. 讨论

梨状肌综合征属中医学“痹证”范畴，其病因病机有以下两方面：

1) 跌仆闪挫，气滞血瘀：跌仆闪挫，或下肢屈、伸、展、旋等活动使梨状肌受到过度牵拉，引发局部气血瘀滞而发本病。

2) 肝肾不足，风寒湿侵：跌仆闪挫日久不愈或失治，又感风寒湿邪外侵，阻塞络道而引发本病。

笔者在临床工作中发现，跌仆闪挫是引起本病的主要原因，虽然有些病例与梨状肌解剖变异有关，但跌仆闪挫仍是重要的诱因。另外慢性梨状肌综合征也可由于跌仆闪挫而重新诱发本病发生<sup>[1]</sup>。由于梨状肌位于臀大肌的深层，梨状肌损伤大部分有明显的坐骨神经痛症状，因此臀大肌都较紧张，要使手法的作用达到梨状肌，首先要用解除臀大肌的痉挛，在此基础上，特别强调手法深透有力，配合一些被动运动手法，可以使局部的气血畅通，局部的充血、水肿状况得以改善，使损伤的梨状肌得以恢复，从而可使因梨状肌损伤直接压迫坐骨神经而引起的相应症状得到改善。其中，滚揉法、弹拨法、抖拉法和髋关节摇法可以缓解肌肉痉挛，消除局部炎症和水肿；肘平推法、掌击法和擦法温通经络，活血化瘀。

近年来一些临床学家，从大量的临床资料分析，单纯的梨状肌综合征是极少见的，而是常在腰骶部疾患时并发<sup>[2]</sup>。我们在临床工作中，发现患者出现梨状肌综合征临床表现时，要注意有无原发病灶，如有的话，应以治疗原发病为主。同时，在治疗腰骶部疾患时也应注意梨状肌综合征并发的可能性。笔者认为，在明确诊断的基础上，手法操作得当，推拿治疗梨状肌综合征的疗效是得到肯定的。

## 参考文献 (References)

- [1] 伊智雄, 刘春英 (1997) 实用颈背腰痛中医治疗学. 人民卫生出版社, 北京, 248.
- [2] 邵宣, 许竞斌 (1998) 实用颈腰痛学. 人民军医出版社, 北京, 324.