

针刺首尾穴治疗肩痹的研究进展

李静宜¹, 王 琰^{2*}

¹黑龙江中医药大学第一临床医学院, 黑龙江 哈尔滨

²黑龙江中医药大学附属第一医院针灸科, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2024年8月23日; 录用日期: 2024年9月13日; 发布日期: 2024年9月20日

摘 要

随着社会的发展以及生产形式的变革, 肩痹已经成为现代生活中比较普遍的慢性疾病之一, 其以肩部疼痛、痛处固定活动受限为主症, 严重者甚至疼痛不能眠, 严重影响日常生活。针灸治疗可以有效消除炎症缓解疼痛, 松解肩部周围软组织粘连, 被越来越多的患者所采用, 而首尾穴同取, 可最大程度地振奋和激发该条经脉经气, 以推动气血运行, 从而迅速达到通络止痛的效果。本文通过查阅相关文献, 研究针刺首尾穴治疗肩痹的治疗方法, 旨在为临床运用针灸治疗肩痹提供有效的治疗思路。

关键词

针刺治疗, 首尾穴, 肩痹, 研究进展

Research Progress on the Treatment of Periarthritis by Acupuncture at the Head Acupoint and the Tail Acupoint Together

Jingyi Li¹, Long Wang^{2*}

¹The First Clinical Medical College of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

²Department of Acupuncture, The First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

Received: Aug. 23rd, 2024; accepted: Sep. 13th, 2024; published: Sep. 20th, 2024

Abstract

With the development of society and the transformation of production forms, periarthritis has become one of the most common chronic diseases in modern life. The main manifestations of this

*通讯作者。

文章引用: 李静宜, 王琰. 针刺首尾穴治疗肩痹的研究进展[J]. 临床医学进展, 2024, 14(9): 1222-1227.

DOI: 10.12677/acm.2024.1492589

disease are shoulder pain, fixed pain, and limited movement. In severe cases, even the pain can't sleep, which seriously affects daily life. Acupuncture treatment can effectively eliminate inflammation and relieve pain, loosen the adhesion of soft tissue around the shoulder, and is used by more and more patients. Taking the head and tail acupoint together can boost and stimulate the meridian qi to the greatest extent, so as to promote the operation of qi and blood and quickly achieve the effect of relieving pain. This article studies the treatment method of periarthritis by consulting relevant literature, aiming to provide effective treatment ideas for the clinical use of acupuncture in the treatment of periarthritis.

Keywords

Acupuncture Treatment, Head and Tail Acupoint, Periarthritis, Research Progress

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

肩痹是以肩部疼痛、痛处固定，活动受限为主症的病证。其发生常与体虚、劳损及风寒侵袭肩部等因素有关[1]。本病病位在肩部筋肉，与手三阳经、手太阴经密切相关。其基本病机是肩部经络不通或筋肉失于气血温煦和濡养[2]。

2. 肩痹的中医病名研究及中西医病名对应

2.1. 肩痹的中医病名

肩周的痛症在《黄帝内经》中称为“肩痛”、“肩不举”等，有“邪客于足太阳之络，令人头项肩痛”、“肺手太阴之脉……气盛有余，则肩背痛”、“足太阳之筋……其病……项筋急，肩不举，腋支，缺盆中纽痛，不可左右摇”以及“手阳明之筋……其病当所过者支痛及转筋，肩不举，颈不可左右视”等描述，其主要指以肩部疼痛、痛处固定、活动受限为主症的一系列肩部痛症。魏光成等人[3]研究了这一类病证的中医病名历史发展过程，描述将这一痛症归为“痹”范围的时期是晋唐宋，并且整理了概括肩部疼痛的中医病名发展变革的表格文献，由1994年国家中医药管理局规定的“肩周炎”[3]直至2021年国家市场监督管理总局、中国国家标准化管理委员会所发布规范的“漏肩风”、“冻结肩”、“冷凝肩”、“肩周炎”、“肩痹”[3]，本病的中医病名得以逐渐系统化、规范化。由于临床治疗时多以“通经活络，舒筋止痛”[2]为主要治法，故本文选取最能体现“痛”症状的“肩痹”为规范病名。

2.2. 中西医病名对应

根据中医经典文献中对于肩痹症状的描述，可在西医中对应除外伤、手术等外因及其他脏腑病变所致肩部疼痛的肩部疼痛疾病。其中“肩周炎”为主要范围，其名称最早由病理学家 Duplay 于1872年提出[4]，而由于中西医病名并非精确对应，所以根据临床症状表现，还可以对应肱二头肌长头腱腱鞘炎、冈上肌肌腱炎，以及肩袖损伤、肩峰下撞击综合征[5]等会导致肩部疼痛的病变。

3. 肩痹的病因病机

肩痹的发生常常与体虚、劳损及风寒侵袭肩部等因素息息相关。由于肝肾、气血亏虚，筋肉失于濡养，局部组织退变，外加肩部的劳损、外感风寒湿邪等因素，导致肩部筋脉不通[6]，不通则痛，初发时

轻微, 而后逐渐加重, 甚至影响睡眠, 还可牵涉其他部位。

本病的主要病理变化为肩关节囊的挛缩或关节外肌腱、韧带的广泛粘连, 关节囊明显增厚, 滑膜充血水肿, 关节腔容量减小等[6]。

4. 肩痹(肩周炎)的中医治疗现状

4.1. 中医内服法

肩痹的中药内服多选用具有滋补肝肾、祛邪止痛、养血活血、伸筋通络功效的中药[7], 钟广玲教授认为本病应分为7种不同的证型[8]辨证施治; 魏合伟教授[5]则提出补虚泻实的治则, 注重补益肝肾、理气活血、祛风除湿(热)、舒筋通络止痛, 并自拟临床经验方羌活寄生汤治疗肩痹; 汪辉东等[9]运用肩痹汤治疗肩痹46例, 有效率为95.7%; 名老中医彭若铿[10]根据不同证型, 妙用肉桂、细辛、生姜, 重用葛根, 配合桑枝、秦艽加减, 活用活血化瘀药等治疗肩痹, 疗效显著; 谢心军教授[11]从瘀论治肩痹, 运用三痹汤加减、白虎桂枝汤加减、小青龙汤合桃红四物汤加减、身痛逐瘀汤加减、黄芪桂枝五物汤加减、桃红四物汤加减等方药治疗肩痹, 临床疗效良好; 娄多峰教授[12]运用肩凝汤加减治疗, 疗效显著; 周国宇等[13]用自拟肩痹汤治疗肩痹180例, 有效率为96%; 刘铮等[14]运用化裁指迷茯苓丸配合功能锻炼治疗, 有效率为96.67%; 徐麒等[15]运用肩痹汤治疗肩周炎148例, 有效率为96.6%; 刘振亭等[16]运用肩痹汤治疗肩周炎76例, 痊愈率为76.4%, 显效占比18.9%; 张传光等[19]运用桂枝附子汤加减治疗, 临床疗效显著。

4.2. 中医外治法

4.2.1. 针灸治疗

针灸治疗可以有效消除炎症缓解疼痛, 松解肩部周围软组织粘连, 被越来越多的患者所采用[20]。概括来讲, 针灸是通过刺激腧穴, 疏通经络, 进而调节机体阴阳气血、脏腑功能以及筋肉活动, 达到治疗疾病的目的[2]。以痛证为例, 在近治作用方面, 针灸通过对局部神经的刺激可减弱或拮抗痛觉感受器对痛觉的传导, 而在远治作用方面, 还可针对病痛所属经脉取穴行针, 使其刺激延经脉到达病所, 达到止痛的目的。针灸还可以促进肩关节局部的微循环及营养代谢, 从而有利于炎症水肿吸收和局部堆积的代谢产物的输送, 缓解肌肉痉挛, 松解粘连, 改善功能[2]。临床必须仔细审察患者的临床症状, 病变部位与反应点, 分清属哪条经络, 进行经络病机分析, 分经辨证施治, 方能取得较好疗效。

临床针刺治疗肩周炎的例子不在少数, 曹学伟教授[21]运用三法三步针刺治疗肩周炎, 长期疗效满意; 程志清等[22]运用温针灸联合活血通痹汤治疗风寒湿型肩周炎, 结果表明此法可提升疗效, 减轻疼痛, 改善肩关节功能及生活质量; 张俊萍等[23]运用振针注力针法治疗瘀滞型肩周炎, 提高了患者肩关节活动度及日常生活能力, 疗效确切; 武建福等[24]运用圆利针伞形刺联合肩关节松动术治疗肩周炎, 有效减轻了患者肩关节的疼痛, 能促进肩关节功能的恢复, 提升治疗效果; 林波等[25]运用浮针联合功能锻炼治疗粘连期肩周炎, 总有效率为91.43%; 刘涵等[26]运用电针及雷火灸治疗寒湿凝滞型肩周炎, 临床效果良好; 杨思奇等[27]通过对温针灸及肩三针的组合应用, 配合穴位贴敷, 使其治疗患者的疼痛症状大大减轻; 李知行等[28]以南京中医药大学刘农虞教授基于《灵枢·经筋》并结合多年临床经验总结而提炼的筋针疗法为基础, 研究筋针治疗肩痹的思路, 具有指导治疗的意义; 冶尔西[29]通过扬刺天宗穴治疗肩痹, 临床疗效显著; 杨娟等[30]运用广州中医药大学第一附属医院针灸科陈振虎教授以《灵枢》为基础、结合20多年临床经验而总结提炼出的岐黄针疗法治疗肩痹, 取得了良好的疗效, 并为针灸治疗痛症提供了新的思维模式; 殷克敬教授[31]运用经络别通法针刺治疗肩痹, 以经络学说为指导, 通过经络别通法远端取穴治疗肩痹, 同样疗效显著。

4.2.2. 其他中医外治法

除针灸治疗外,其他中医外治法在临床治疗肩痹时也应用甚广,如段霞霞等[32]运用三面四关节推拿手法治疗肩周炎患者 41 例,治疗后治疗组的疼痛、ADL、ROM 评分均高于对照组;段星旭等[33]运用关节松动术,配合全身振动训练治疗肩周炎患者 56 例,治疗后治疗组的疗效显著高于运用常规消肿、止痛、改善循环治疗方式的对照组;方芳等[34]还通过耳穴压豆联合西药来治疗肩周炎,效果优于只运用西药治疗;侯德才教授[35]运用四步肩关节粘连松解手法治疗肩周炎,操作简单,术中无疼痛,治疗肩周炎冻结期效果显著;此外,消痛贴膏治疗肩周炎[36][37]的效果也十分良好;肩痹散外敷[38][39]的治法也在临床应用甚广,并且取得了良好的疗效。

5. 应用首尾穴治疗肩痹的研究进展

5.1. 首尾穴的应用现状

首尾穴,及经脉上起始的穴位和经脉末端的穴位,又称首尾循经取穴。是由北京中医药大学东直门医院针灸科逯俭主任独创的一种中医特色适宜技术,研究[40]表明,首尾穴同取,可最大程度地振奋和激发该条经脉经气,以推动气血运行,从而迅速达到通络止痛的效果。

如今已经有将首尾穴运用于不同痛证、炎症的临床治疗先例,采用首尾取穴法治疗痛证,是取病变经脉易得气的相对起穴与止穴,可起穴与止穴同时进针[41]以此治疗该经络循行部位疼痛,达到迅速止痛的效果。徐昭等[40]通过对首尾穴进行针刺来治疗肱骨外上髁炎,证明了针刺首尾穴能够缓解疼痛,且操作简单、疗效甚佳;房寅[42]的医案记录也体现了首尾穴治疗带状疱疹后遗神经痛的重大作用;方名胜等[43]对于针刺六阳经首尾穴治疗急性脑梗死后运动功能障碍的研究中,对首尾穴的针刺也在改善运动功能、调节血流速度方面起到了重要作用;吴聪英等[44]则运用首尾穴治疗腰椎间盘突出伴坐骨神经痛,结果表明常规针刺配合首尾穴的治疗效果更佳;徐以经等[45]通过“首尾齐刺”,即同时针刺首尾穴来治疗坐骨神经痛的疗效也十分可观。可见首尾穴在临床治疗痛证的应用前景值得探索,针刺首尾穴的治疗方法值得更加广泛的应用。

5.2. 针刺首尾穴治疗肩痹的应用

首尾穴通经活络、止痛的效能已引起临床重视[46],通过临床应用的先例可以看出针刺首尾穴治疗痛证的可行性与优势,而肩痹即肩部周围疼痛,适宜选用首尾穴进行研究治疗。

国医大师孙申田教授[41]认为,痛症虽然病因多样且表现各异,但首当其冲应该辨明其部位,根据疼痛部位判断对应哪条经络病变,临证治疗时可针对性地取病变部位及经络上首尾穴进行治疗。

肩部为手太阴经及手三阳经的循行部位,肩前部疼痛为手太阴经证,其疼痛以肩前部为主且压痛明显,后伸疼痛加重;肩前外部为手阳明经证,其疼痛以肩前外部为主且压痛明显,外展疼痛加重;肩外侧部为手少阳经证,其疼痛以肩外侧部为主且压痛明显,外展疼痛加重;肩后部为手太阳经证,其疼痛以肩后部为主且压痛明显,肩内收疼痛加重。四条经脉可分别选取其首、尾穴,结合取穴部位的临床留针条件及单个穴位的功能主治进行取舍,可以得出以下选穴:以肩前部疼痛为主选取中府、太渊;以肩前外部疼痛为主选取合谷、迎香;以肩外部疼痛为主选取中渚、丝竹空;以肩后部疼痛为主选取后溪、听宫。

为加强“首尾同刺”效果,还可以对针刺首、尾穴的间隔时间加以缩短,以此达到首尾同时刺激,通络止痛的效果。

6. 总结

由于现代人的生活现状,肩痹已经成为比较普遍的慢性疾病之一。西医一般采用保守治疗,如痛点

封闭治疗、口服消炎镇痛药等, 效果通常都不太理想, 容易经常复发, 无法有效缓解患者疼痛[47] [48]。

中医治疗相较于西医更能重视对患者整体气血的调理与平衡, 且效果持续时间长、不易成瘾、不易复发, 针刺首尾穴则更是对从经脉论治痛证方式的一项很好的创新, 值得进一步研究、实践。

参考文献

- [1] 孟宁宁, 杜欣冉, 石雪萌, 等. 高树中针药并用治疗肩周炎经验[J]. 山东中医杂志, 2024, 43(4): 405-409.
- [2] 针灸学, 梁繁荣, 王华, 主编. 全国中医药行业高等教育“十三五”规划教材[M]. 第4版. 北京: 中国中医药出版社, 2016.
- [3] 魏光成, 陈泓颖, 章金曦, 等. 肩关节周围炎中医病名考[J]. 环球中医药, 2023, 16(8): 1567-1571.
- [4] 胥少汀, 葛宝丰, 徐印坎. 实用骨科学[M]. 第4版. 北京: 人民军医出版社, 2012: 1915.
- [5] 胡伟坚, 吴晓航, 卢伟, 等. 魏合伟辨治肩痹经验[J]. 广州中医药大学学报, 2022, 39(6): 1411-1416.
- [6] 黄桂成, 王拥军, 主编. 全国中医院行业高等教育“十三五”规划教材[M]. 第4版. 北京: 中国中医药出版社, 2016.
- [7] 秦中枢, 冯后桥, 王永海. 肩周炎中西医结合治疗方法研究进展[J]. 中医临床研究, 2017, 9(25): 135-136.
- [8] 黎丁霜, 侯蕾, 曾扬, 等. 钟广玲治疗肩痹经验总结[J]. 广州中医药大学学报, 2023, 40(11): 2889-2893.
- [9] 汪辉东, 吴绍娴, 王德冰. 肩痹汤治疗肩关节周围炎46例[J]. 河南中医, 2013, 33(2): 228-229.
- [10] 彭键勇, 彭德润, 唐剑邦. 广东中山名老中医彭若铿治疗肩痹经验介绍[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2021, 29(2): 76-78, 82.
- [11] 王鹏, 岳凯峰, 易启鹏, 等. 谢心军教授从瘀论治肩痹的经验[J]. 广西中医药, 2022, 45(3): 52-55.
- [12] 杨亚飞, 刘阿惠, 郭亚兰, 等. 娄多峰教授肩凝汤加减治疗肩痹案举隅[J]. 光明中医, 2021, 36(11): 1875-1877.
- [13] 周国宇, 周红玲. 肩痹汤治疗肩周炎180例[J]. 中医临床研究, 2012, 4(9): 97.
- [14] 刘铮. 化裁指迷茯苓丸配合功能锻炼治疗早中期痰湿痹阻型冻结肩的临床疗效[D]: [硕士学位论文]. 杭州: 浙江中医药大学, 2023.
- [15] 徐麒, 何强. 肩痹汤治疗肩周炎148例临床分析[J]. 泸州医学院学报, 2006(2): 120.
- [16] 刘振亭. 自拟肩痹汤治疗肩关节周围炎76例[J]. 青海医药杂志, 2005, 35(1): 50-51.
- [17] 聂桂东, 袁晓清. 黄芪桂枝五物汤加减治疗肩痹64例疗效观察[J]. 湖南中医药导报, 2002, 8(8): 492-493.
- [18] 郭绪常, 杨铁山. 肩痹汤治疗肩关节周围炎106例[J]. 湖南中医杂志, 2002(1): 37-38.
- [19] 张传光. 桂枝附子汤合中频电疗治疗肩周炎临床观察[J]. 光明中医, 2023, 38(22): 4392-4395.
- [20] 黄颜颜, 敖华成, 林碧娟. 针灸治疗肩周炎症状改善的临床价值探析[J/OL]. 实用中医内科杂志: 1-4. 2023-11-21. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/21.1187.R.20231010.0910.004.html>, 2024-07-31.
- [21] 王小超, 蔡宛灵, 郭达, 等. 曹学伟教授运用三法三步针刺治疗肩痹思路解析[J]. 吉林中医药, 2023, 43(12): 1411-1414.
- [22] 程志清, 支英豪, 蒋玉燕, 等. 温针灸联合活血通痹汤治疗风寒湿型肩周炎临床研究[J]. 新中医, 2023, 55(23): 190-194.
- [23] 张俊萍, 崔英桂, 孙玉东, 等. 振针注力针法治疗瘀滞型肩周炎疗效观察[J]. 山东中医杂志, 2023, 42(11): 1198-1202.
- [24] 武建福, 王丽凤, 陈英杰. 圆利针伞形刺联合肩关节松动术治疗肩周炎临床研究[J]. 新中医, 2023, 55(20): 114-119.
- [25] 林波, 陈慧珍, 蒋励, 等. 浮针疗法联合功能锻炼治疗粘连期肩周炎的临床观察[J]. 中国民间疗法, 2023, 31(17): 29-32.
- [26] 刘涵, 杨勇. 电针配合雷火灸治疗寒湿凝滞型肩周炎的临床疗效观察[J]. 现代养生, 2023, 23(16): 1213-1216.
- [27] 杨思奇, 刘路, 罗瑜瑞. 温针灸肩三针联合寒痹散穴位贴敷对风寒湿痹型肩周炎患者肩关节功能、疼痛介质水平的影响[J]. 临床医学研究与实践, 2023, 8(18): 115-118.
- [28] 李知行, 张睿西, 高清廉, 等. 基于经筋理论探讨筋针治疗肩痹的临床思路[J]. 中国民族民间医药, 2023, 32(8): 87-89+95.

- [29] 陈夏暄, 冶尔西, 张旭, 等. 冶尔西运用扬刺天宗穴治疗肩痹经验举隅[J]. 中国民间疗法, 2022, 30(13): 18-20.
- [30] 杨娟, 陈振虎, 张昆, 等. 运用岐黄针疗法治疗肩痹的临床思维[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(7): 4079-4081.
- [31] 胡文静, 杜旭, 李钰璠, 等. 殷克敬经络别通法针刺治疗肩痹经验[J]. 中国针灸, 2021, 41(11): 1257-1259.
- [32] 段霞霞, 谢玲瑶, 谭佳旋, 等. 三面四关节推拿手法治疗肩周炎临床观察[J]. 山西中医, 2023, 39(12): 34-35.
- [33] 段星旭, 杨启华. 关节松动术结合全身振动训练治疗肩周炎的效果观察[J]. 山东医学高等专科学校学报, 2023, 45(6): 435-436.
- [34] 方芳, 蒋越, 李灵浙, 等. 耳穴贴压联合塞来昔布胶囊治疗肩周炎临床研究[J]. 新中医, 2023, 55(23): 205-209.
- [35] 张锡玮, 侯德才. 侯德才教授手法治疗肩周炎冻结期的临床经验[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2023, 31(10): 54-56.
- [36] 程治芮, 江树连, 赵俊. 肩痹汤联合消痛贴膏治疗肩周炎风寒阻络证[J]. 中医药临床杂志, 2023, 35(5): 1014-1017.
- [37] 程治芮, 江树连, 赵俊. 肩痹汤联合消痛贴膏治疗肩周炎风寒阻络证临床观察[J/OL]. 中医药临床杂志: 1-7. 2023-12-23. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/34.1268.R.20230510.1606.002.html>, 2024-07-31.
- [38] 傅帆, 颜洪亮, 吕九亨. 肩痹散外敷配合电针治疗脑卒中后肩手综合征的临床疗效[J]. 内蒙古中医药, 2022, 41(1): 104-105.
- [39] 齐贺. 通络肩痹散治疗风寒湿痹型肩周炎的临床观察[D]: [硕士学位论文]. 张家口: 河北北方学院, 2021.
- [40] 徐昭, 吴聪英, 张福侠等. 针刺首尾穴治疗肱骨外上髁炎临床观察[J]. 中国中医药现代远程教育, 2023, 21(11): 122-124.
- [41] 胡其回, 马瑀彤, 孙博语等. 国医大师孙申田应用针灸治疗痛证探析[J]. 中华中医药杂志, 2023, 38(03): 1085-1088.
- [42] 房寅. 首尾循经取穴法治疗带状疱疹后遗神经痛病案举隅[J]. 现代医学与健康研究电子杂志, 2022, 6(24): 138-141.
- [43] 方名胜, 谢道俊. 针刺六阳经首尾穴治疗急性脑梗死后运动功能障碍 30 例[J]. 湖南中医杂志, 2022, 38(2): 60-63.
- [44] 吴聪英, 徐昭, 李彦龙, 等. 针刺经脉首尾穴治疗腰椎间盘突出伴坐骨神经痛临床观察[J]. 中国中医药现代远程教育, 2020, 18(23): 109-111.
- [45] 徐以经. 经脉“首尾齐刺”法治疗坐骨神经痛[J]. 针灸临床杂志, 1995(2): 29.
- [46] 章明星, 王蕊, 刘阳阳, 等. 基于现代文献总结针灸治疗周围神经损伤选穴规律[J]. 北京中医药大学学报, 2015, 38(12): 857-864.
- [47] 王睿, 吴叶琪, 吴婷, 等. 基于通筋宣痹法针推结合治疗肩周炎急性疼痛期临床研究[J]. 新中医, 2022, 54(6): 177-180.
- [48] 祁鹏, 王育才, 曹卓. 自体富血小板血浆痛点注射治疗肩周炎的临床疗效评估[J]. 延安大学学报(医学科学版), 2022, 20(1): 42-46.