

# 经筋疗法治疗腰椎间盘突出症临床研究进展

周金苹, 冉家杰, 田航, 刘明会, 王岚\*

贵州中医药大学, 贵州 贵阳

收稿日期: 2023年6月25日; 录用日期: 2023年8月14日; 发布日期: 2023年8月25日

## 摘要

腰椎间盘突出症(Lumbar Disc Herniation, LDH)作为常见病多发病, 虽病死率低但痛苦大。近年来, 伏案工作的增加及环境的改变, 使其发病率呈逐年上升趋势, 发病年龄也趋于年轻化。本文回顾了经筋疗法治疗腰椎间盘突出症方面的研究进展, 包括经筋理论指导针刺、推拿、小针刀等3个方面, 旨在发挥经筋疗法在治疗LDH中的优势, 以期为该病系统化规范化治疗提供新的研究方法和临床思路。

## 关键词

经筋理论, 经筋疗法, 针刺, 推拿, 针刀

# Progress of Clinical Research on the Treatment of Lumbar Disc Herniation by Tendon Therapy

Jinping Zhou, Jiajie Ran, Hang Tian, Minghui Liu, Lan Wang\*

Guizhou University of Traditional Chinese Medicine, Guiyang Guizhou

Received: Jun. 25<sup>th</sup>, 2023; accepted: Aug. 14<sup>th</sup>, 2023; published: Aug. 25<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Lumbar disc herniation (LDH) is a common disease with low mortality but great pain. In recent years, the increase of desk work and the change of environment have increased the incidence rate year by year, and the age of onset has also tended to be younger. This article reviews the research progress of the treatment of lumbar disc herniation by the meridian tendon therapy, including the acupuncture, massage and small needle knife guided by the theory of the meridian tendon, aiming

\*通讯作者 Email: 2737292186@qq.com

to give full play to the advantages of the meridian tendon therapy in the treatment of LDH, in order to provide new research methods and clinical ideas for the systematic and standardized treatment of the disease.

## Keywords

Meridian Tendon Theory, Channel Tendon Therapy, Prick, Massage, Acupotome

Copyright © 2023 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

LDH 是因椎间盘变性、纤维环破裂，髓核组织突出压迫并刺激腰骶神经根、马尾神经所引起的一种综合征[1]。主要表现为腰痛、下肢放射痛、活动受限等，该病在骨科患者中常常作为首要就诊原因，也作为是临床上引起腰腿痛最常见的原因之一[2]。该病复发率高且病程长，给患者及家属带来极大痛苦的同时也增加了社会经济负担。因此，对 LDH 患者来说，改善其临床症状显得尤为重要。据报道[3]，临床上 80%~90%的症状较轻微的患者可以通过保守治疗获得较好的治疗效果。在保守疗法方面，中医经筋疗法凭借疗效显著且毒副作用少等诸多优点，现已逐渐在临床中得到了较好推广与运用[4] [5]，近年来，随着壮医经筋学的研究的不断深入，经筋疗法在治疗 LDH 方面取得了一定成就[6] [7] [8]，基于经筋理论指导治疗体系日趋成熟。因此，本文将经筋疗法应用于 LDH 方面的研究成果予以梳理，以期为该病的临床治疗提供理论支撑。具体如下。

## 2. 概述

LDH 属中医“腰痛病，痹症”概念范围[9]。始见于《素问·刺腰腿痛》：“肉里之脉使人腰痛，不能咳，咳则筋缩急”。清代程钟龄在《医学心悟》记录到：“腰痛拘急，牵引腿足”。《灵枢·五痹津液别》曰：“虚故腰背痛，而胫酸”。《诸病源候论·风痹证》“痹者，风、寒、湿三气杂至，合而为痹，其状肌肉顽厚或疼痛”。

## 3. 腰椎间盘突出症病因病机

中医医家凭借多年临床实践将 LDH 致病因素归结为内因和外因，二者常相互作用相互影响。内因多是由于经筋筋脉受损，瘀血凝滞等所致；外因多为感受风寒湿邪、坐卧湿地致经络之气阻滞所致[10]。本病属本虚标实之证，虚为肝肾亏虚，长期慢性劳损所致，不荣则引发疼痛；实指外力损伤，风、寒、湿三邪夹杂导致经脉气血瘀滞不通则引发疼痛[11]。生物力学研究表明，LDH 发病根本原因是在椎间盘退变基础上产生的腰部局部力学失衡，与中医“筋骨失衡，以筋为先”病机理论相契合[12] [13] [14] [15]。

## 4. 中医对经筋理论的认识

经筋理论起源于石器时代，于战国时期成形，始见于《黄帝内经》[16]。经筋理论是中医基础理论之一，经筋作为经络系统的重要组成部分，由手足三阴三阳共十二经筋组成，其实质为皮肤、肌肉、筋膜及肌腱等[17]。当经筋发生病变时多表现为其循行分布之处出现麻木、疼痛、筋肉挛急、功能障碍等[18]，通常以感觉上的疼痛与功能上的障碍为主要表现。历代医家将 LDH 归属于经筋病[19]。经筋理论认为经

筋病的致病原因为“筋结点”，可进一步卡压经筋及阻滞气血运行，引起肌肉痉挛[20]。研究表明，LDH在病变过程中出现腰腿痛的原因主要为突出的椎间盘或髓核压迫后释放大量炎症因子，从而诱发其局部炎症反应[21][22][23]。临床上通过刺激经筋病变区域的相应反应点可使局部神经末梢无菌性炎症因受到刺激消退，从而逐渐降低患者痛感，恢复其正常生理功能，以达到治疗经筋病的目的[20]。

## 5. 经筋疗法治疗腰椎间盘突出症研究进展

经筋疗法是基于经络学经筋理论的一种中医治疗方法[24]，其作用原理是根据经筋走行、分布及其对于机体的作用机理进而开展开来。经筋疗法以松筋解结、疏通气血等为治疗原则。目前，相关研究表明经筋理论指导针刺[25]、推拿[26]、小针刀[27]等对 LDH 治疗有一定疗效，且还有研究表明在治疗顽症痹痛上经筋疗法有着明显优于传统经脉疗法的疗效优势[20]。汉代张仲景首次提出了针药联合应用治疗疼痛的思想[28]，促进了经筋疗法的发展。王凤德等[29]的临床研究，完善了经筋疗法之于 LDH 的诊断标准及疗效评价体系。

### 5.1. 经筋针刺疗法

针刺疗法，是通过针刺刺激相应局部从而使得神经中枢产生止痛介质，以达到缓解机体疼痛的一种治疗方法，该法同时也可以促进血运，改善局部炎症，缓解肌肉紧张痉挛，减轻各种原因引起的神经根周围组织的疼痛，以达到通经活络活血化瘀等功效[30]。临床研究证实针刺治疗不仅能抑制血栓素 B2 的分泌，还能减少炎症因子的释放，从而达到改善腰椎功能的作用，本病早期采用针刺等保守治疗其疗效可达 80%~90% [31]。因其具有操作方便，见效快等特点，针刺疗法在治疗 LDH 患者中具有较高的临床适用性[32]。

李军霞等[33]将壮医理筋手法结合经筋火针作为观察组，对照组采用传统火针治疗，治疗两个疗程后将治疗结果进行对比，研究表明，理筋手法结合经筋火针治疗 LDH 的临床疗效明显优于对照组。梁子茂等[34]对比治疗组(壮医经筋推拿手法配合壮医火针治疗)和对照组(推拿手法配合针刺疗法)的临床疗效。治疗后发现治疗组在缓解患者疼痛和改善腰椎功能方面的临床疗效好优于对照组。梁宁等[35]将常规针刺特定穴位与针刺 LDH 经筋循行部位筋结点进行对比，经临床治疗后，得出在经筋理论指导下进行针刺相应病变部位筋结点疗效优于普通针刺的结论。此外，经筋理论指导下岐黄针[36]、毫针[25]、动筋针[37]、郑氏温通针[38]、恢刺腹部[39]等治疗 LDH 相较常规的经脉疗法效果斐然。

### 5.2. 经筋针刀疗法

小针刀疗法是我国朱汉章教授 1976 年总结实践经验，运用中西医结合理论，把手术刀的“刀”和针灸的“针”巧妙融为一体的先进的治疗方法[40]。小针刀疗法的操作特点是运用针刀在病变组织的不同部位，轻轻地切割有害的病变组织，从而缓解病痛。研究表明针刀治疗 LDH 因其疗效好，疗程短等特点，是一种逐渐被大多数患者认可和接受的中西医结合治疗方法[12]。临床上比较常见的为针刀整体松解术治疗 LDH，其作用机理为通过调节脊柱内外平衡失调使其达到明显缓解疼痛的作用[41]。临床上病理性疼痛治疗中常常选用以小针刀为代表的中医疗法[42]。

张永泉等[43]对 LDH 患者分别采取整体分层针刀松解术加针灸治疗和常规针灸治疗。研究结果对比了治疗前后患者疼痛症状和腰椎功能改善情况，结果表明整体分层针刀松解术联合针灸疗法相较于单纯针灸治疗治疗 LDH 疗效更优。王亦平等[44]将 LDH 患者随机分为对照组和观察组，2 组患者均在给予塞来昔布胶囊和甲钴胺片治疗基础上，其中对照组采用腰腹肌锻炼，共锻炼 3 周；试验组在对照组治疗的基础上给予针刀治疗，7 天 1 次，共治疗 3 次，针刀当天休息不锻炼。研究表明针刀联合腰腹肌锻炼与

腰腹肌锻炼的治疗措施均对 L4/5 旁中央型 LDH 具有优良疗效, 针刀联合腰腹肌锻炼的对腰腿痛的镇痛效果, 对 LDH 患者的症状、体征、日常生活活动的改善以及临床疗效均优于腰腹肌锻炼。吴飞等[27]对患者分别施以针刀经筋解结以及经筋针刺解结治疗, 干预一定疗程后发现两种治疗方法在效缓 LDH 患者的腰腿疼痛症状以及改善腰椎功能方面均有一定治疗作用, 但小针刀经筋解结疗法的总体疗效更显著。

### 5.3. 经筋推拿疗法

推拿疗法是指用推、拿、提、捏、揉等手法对相应体表部位进行施压, 以达到调和阴阳、疏通经络等作用的一种物理疗法。推拿减轻疼痛的作用机制主要表现为通过减轻椎间盘间压力来缓解患者的肌肉痉挛[45]。有大量临床证据已佐证, 推拿联合理疗在治疗腰痛病方面的有效性效果更佳。

梁树勇等[46]对 LDH 患者分别给予经筋手法治疗和传统推拿治疗。治疗后发现经筋手法治疗腰椎间盘突出症相较传统手法有较好的疗效。潘道友[26]等通过对比常规推拿手法与经筋理论指导下推拿疗法在缓解 LDH 的综合征状、抑制髓核引起的免疫和炎症反应, 平衡免疫状态等方面的临床疗效。发现经筋理论指导下的推拿疗法较常规推拿疗法效果显著。

### 5.4. 经筋综合疗法

经筋综合疗法是指将经筋疗法联合其他治疗方法或两种及以上经筋疗法应用于该疾病的临床治疗, 经筋综合疗法较常规单一疗法疗效显著, 但目前为止该疗法对于患者生理、病理方面的机制其相关文献研究鲜有报道。

雷龙鸣[47]等将腰椎机械牵引配合壮医经筋推拿手法与单纯腰椎机械牵引疗法进行比较, 研究表明腰椎机械牵引配合壮医经筋推拿手法较单纯腰椎机械牵引疗法效果更优。韦英才等[48] [49]以经筋推拿手法为主, 配合经筋针刺、拔罐等三联疗法为治疗 LDH, 与常规针灸推拿进行对比, 干预指定疗程后, 发现三联疗法的疗效较常规针灸推拿更优。何育风等[50]为矫正 LDH 突出物和受压神经根的位置, 在经筋手法的基础上, 配合腰椎定点斜扳法。对照组采用常规推拿手法, 治疗结束后发现常规推拿手法的总有效率圆圆不及经筋疗法配合腰椎定点斜扳手法。谷振飞等[51]对患者进行经筋推拿手法、壮医火针刺法及壮医拔罐治疗, 并与常规针刺疗法形成对照。系统治疗 1 个疗程后比较两组的疗效差异。经研究发现壮医经筋综合疗法对腰椎间盘突出症的治疗疗效肯定, 并且该法无论是在改善症状方面还是在提高整体疗效方面均比常规针刺疗法更有势。

## 6. 小结

在中医领域, LDH 属“腰腿痛”“痹证”范围, 常常由于气滞血瘀, 肝肾亏虚所致[52]。针对本病的治疗, 中医认为应以温通经络、活血化瘀、调整阴阳等为治疗原则。近几年, 壮医经筋疗法治疗 LDH 方法独特, 成效斐然, 操作简便, 安全性高, 无疑促进了我国中医医疗事业的发展, 但在临床上, 经筋疗法的普及性及适用性并不广泛, 临床中值得更好的推广与运用值得进一步推广和应用。经临床系统规范的经筋疗法治疗后, 大多数 LDH 患者腰腿痛症状和腰椎功能均较治疗前有了不同程度的缓解或治愈。关于 LDH 中医外治法方面的研究在报道方面多为中文文献, 缺乏英文文献的支撑, 使得经筋疗法的可信度大大降低, 在今后的临床工作中, 需要有更多的外文文献支撑, 使得经筋疗法的作用及优势有更强的佐证力度, 增加其说服力, 进而使各种多样化的经筋疗理论体系得以规范化、标准化和系统化。随着临床研究的进展, 相信会有越来越多的经筋疗法治疗使 LDH 患者受益。

## 参考文献

- [1] 李乐之, 路潜, 主编, 张美芬, 汪晖, 许勤, 副主编. 外科护理学[M]. 第 6 版. 北京: 人民卫生出版社, 2017.

- [2] 麦麦提·热合曼. 腰椎间盘突出症 PELD 术后二次手术的相关因素分析[D]: [硕士学位论文]. 乌鲁木齐: 新疆医科大学, 2022.
- [3] 陈天宁, 邵进. 腰椎间盘突出症阶梯治疗方案的研究现状[J]. 医学信息, 2021, 34(17): 53-57.
- [4] 吕计宝, 韦英才, 梁树勇, 等. 壮医经筋疗法临床应用概况[J]. 广西中医药, 2023, 46(1): 71-74.
- [5] 商志浩, 范郁山, 乔赟, 等. 近 10 年经筋疗法临床应用研究进展[J]. 辽宁中医药大学学报, 2019, 21(7): 167-171.
- [6] 温勇, 李汶霜. 近十年壮医经筋疗法治疗腰椎间盘突出症的研究概况[J]. 大众科技, 2023, 25(4): 20, 85-87.
- [7] 黄杨竣, 周红海, 黄伟恩, 等. 经筋疗法治疗腰椎间盘突出症的理论探讨[J]. 中国中医急症, 2021, 30(1): 84-85, 97.
- [8] 黎锦桥. 壮医经筋疗法治疗腰椎间盘突出症的效果观察[J]. 当代医药论丛, 2020, 18(13): 179-181.
- [9] 张金晶, 张迎春, 姚艳红. 扶阳罐循经熨推拿改善寒湿型腰椎间盘突出症护理研究[J]. 新中医, 2021, 53(4): 175-178.
- [10] 朱咏梅, 张田宁, 田千慧, 等. 中医药治疗腰椎间盘突出症的临床进展[J]. 中国中医急症, 2018, 27(1): 175-177, 185.
- [11] 陆征麟, 牛淑芳, 韩秋琼, 等. 中药熏蒸联合针灸治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的临床效果及其对炎性指标的影响[J]. 广西医学, 2021, 43(21): 2564-2569.
- [12] 叶勇, 罗容, 范升, 等. 针刀整体术式联合髂腰肌松解治疗腰椎间盘突出症机制解析[J]. 中医药导报, 2022, 28(1): 110-113.
- [13] 曹奔, 张帅攀, 郭光昕, 等. 基于“筋骨失衡, 以筋为先”推拿防治腰椎间盘突出症经验[J]. 中华中医药杂志, 2022, 37(3): 1504-1507.
- [14] 薛彬, 宋小慧, 许勇, 等. 李飞跃教授基于“气血失调”和“筋骨失衡”理论诊治腰椎间盘突出症的经验[J]. 中医正骨, 2023(2): 77-80.
- [15] 聂颖, 刘鑫, 卢敏, 等. 卢敏教授“内外兼治”“筋骨并举”论治腰椎间盘突出症[J]. 湖南中医药大学学报, 2022, 42(9): 1507-1511.
- [16] 王艺璇, 李翠娟, 孙理军, 等. 浅谈经筋理论及其现代研究进展[J]. 现代中医药, 2021, 41(2): 13-17.
- [17] 方燕平, 黄于婷, 杨岚菲, 等. 点按法解除“经筋结点”及其机理探讨[J]. 中国中医基础医学杂志, 2018, 24(11): 1580-1581.
- [18] 孙钰, 江文文, 王鹞, 等. 不同针刺法分期治疗腰椎间盘突出症的临床效果[J]. 中国康复理论与实践, 2016(2): 184-188.
- [19] 杨建宇, 编著. 经筋疗法[M]. 郑州: 中原农民出版社, 2007.
- [20] 蒋通. 中医经筋推拿与泰式按摩治疗腰椎间盘突出症(LDH)的比较研究[D]: [硕士学位论文]. 沈阳: 辽宁中医药大学, 2020.
- [21] 张萌芮, 梁超, 张燕珍, 等. 循经针刺联合身痛逐瘀汤治疗腰椎间盘突出症气滞血瘀证疗效研究[J]. 陕西中医, 2022, 43(9): 1282-1285.
- [22] 许刚, 张长春, 朱坤, 等. miR-141-3p 对腰椎间盘突出症大鼠背根神经节炎症及下肢疼痛的抑制及改善作用[J]. 中国组织工程研究, 2023, 28(16): 2593-2598.
- [23] 王冠军, 解纪惠, 王大伟, 等. 独活桂辛方对腰椎间盘突出症急性期患者腰椎功能及血清炎症因子水平的影响[J]. 河北中医, 2023, 45(5): 760-764.
- [24] 秦祖杰, 覃丽萍, 莫媛, 等. 壮医经筋疗法治疗腰椎间盘突出症疗效的 Meta 分析[J]. 湖南中医杂志, 2019, 35(1): 121-123.
- [25] 韩聪, 赵耀东, 金钰钧, 等. 经筋理论结合毫针刺法治疗腰椎间盘突出症临床经验[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(12): 6157-6160.
- [26] 潘道友, 钱伶俐, 王小琴. 针灸推拿联合西药治疗腰椎间盘突出症临床效果观察[J]. 西南医科大学学报, 2020, 43(1): 54-57.
- [27] 吴飞, 陈海艳. 壮医针刀经筋解结治疗腰椎间盘突出症临床研究[J]. 中国民族医药杂志, 2016, 25(1): 12-14.
- [28] 张天生, 黄英华, 谢磊, 刘旭光. 张仲景针药并举思想探析[J]. 辽宁中医杂志, 2005, 32(4): 293-294.
- [29] 王凤德, 吕计宝, 韦英才, 等. 壮医经筋疗法治疗腰椎间盘突出症的诊断标准和疗效评价体系研究[J]. 中国民族医药杂志, 2021, 27(10): 55-58.

- [30] 杨海龙, 张永臣, 贾红玲, 等. 针灸治疗腰椎间盘突出症临床研究进展[J]. 针灸临床杂志, 2015(9): 86-90.
- [31] 洪秋阳, 王桂玲, 王世广, 等. 通督补肾活血针法治疗腰椎间盘突出症急性期 45 例临床研究[J]. 江苏中医药, 2017, 49(8): 54-56.
- [32] 张胜利. 针刺疗法治疗腰椎间盘突出症临床研究[J]. 光明中医, 2019, 34(2): 274-276.
- [33] 李军霞, 王军方, 鲁光辉, 等. 壮医理筋手法结合经筋火针治疗腰椎间盘突出症患者 80 例疗效观察[J]. 湖南中医药大学学报, 2013, 33(7): 92-94.
- [34] 梁子茂, 刘柏杉, 李建颖, 等. 壮医经筋手法配合火针治疗腰椎间盘突出症临床观察[J]. 上海针灸杂志, 2014(10): 926-928.
- [35] 梁宁. 基于经筋理论治疗腰椎间盘突出症(寒湿痹阻证)的疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 长沙: 湖南中医药大学, 2021.
- [36] 张瑞琳, 陈振虎. 岐黄针结合经筋理论治疗腰椎间盘突出症疗效分析[J]. 针灸临床杂志, 2019, 35(10): 54-58.
- [37] 黄丹, 赖居易, 何升华. 动筋针法联合腰椎牵引治疗腰椎间盘突出症的临床观察[J]. 广州中医药大学学报, 2022, 39(9): 2048-2052.
- [38] 赵婷婷, 赵耀东, 蒋梅霞, 等. 基于《灵枢》解结理论探讨郑氏温通针法治疗腰椎间盘突出症[J]. 中华中医药杂志, 2022, 37(6): 3036-3039.
- [39] 莫倩, 黄宇, 吴宝贤, 等. 恢刺腹部经筋治疗腰椎间盘突出症经验探析[J]. 上海中医药杂志, 2022, 56(4): 30-33.
- [40] 朱汉章. 针刀医学原理[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2002.
- [41] 马金明, 白仙萍, 李继磊. “回”字形针刀整体松解术配合手法整复治疗腰椎间突出症的临床疗效观察[J]. 系统医学, 2019, 4(2): 115-117, 120.
- [42] 刘亚南, 杨双, 徐世莲. 小针刀疗法在病理性疼痛中的研究进展[J]. 昆明医科大学学报, 2021, 42(2): 158-161.
- [43] 张永泉, 赵强, 杨旭东. 整体分层针刀松解术联合针灸疗法治疗腰椎间盘突出症临床观察[J]. 天津中医药, 2020, 37(8): 913-916.
- [44] 王亦平. 针刀联合腰腹肌锻炼治疗腰 4/5 旁中央型腰椎间盘突出症的临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 福州: 福建中医药大学, 2021. <https://doi.org/10.27021/d.cnki.gfjzc.2021.000162>
- [45] 林静, 陈燕. 中医定向透药治疗腰椎间盘突出症临床疗效的 Meta 分析[J]. 中医药临床杂志, 2021, 33(5): 902-907.
- [46] 梁树勇, 韦英才, 吴飞. 经筋手法治疗腰椎间盘突出症临床观察[J]. 四川中医, 2010, 28(10): 122-123.
- [47] 雷龙鸣, 庞军, 黄锦军, 等. 壮医经筋手法治疗腰椎间盘突出症 50 例[J]. 陕西中医, 2008, 29(4): 434-436.
- [48] 夏天, 梁栋, 唐宏亮, 等. 壮医经筋综合疗法治疗腰椎间盘突出症的临床观察及理论探讨[J]. 中华中医药杂志, 2019, 34(7): 3146-3150.
- [49] 韦英才, 梁树勇, 王凤德. 经筋疗法治疗腰椎间盘突出症疗效观察[J]. 中国中医药信息杂志, 2009, 16(9): 58-59.
- [50] 何育风, 苏晗, 王翔. 经筋疗法配合腰椎定点斜板法治疗腰椎间盘突出症临床观察[J]. 辽宁中医药大学学报, 2012, 14(1): 60-62.
- [51] 谷振飞. 壮医经筋综合疗法治疗腰椎间盘突出症的临床观察研究[D]: [硕士学位论文]. 南宁: 广西中医药大学, 2016.
- [52] 何广云, 侯可强, 丁宁. 腰椎间盘突出症中医治疗优化方案的临床研究[J]. 国际医药卫生导报, 2018, 24(11): 1637-1639.