

# 颈源性肩周炎的中医治疗研究进展

徐波<sup>1\*</sup>, 杨晓全<sup>1</sup>, 贺广权<sup>1</sup>, 彭立<sup>2</sup>, 陈俊雨<sup>1</sup>

<sup>1</sup>重庆市中医骨科医院推拿科, 重庆

<sup>2</sup>重庆松山医院神经内科, 重庆

收稿日期: 2024年9月9日; 录用日期: 2024年11月11日; 发布日期: 2024年11月26日

## 摘要

颈源性肩周炎是颈椎病引发的肩周炎特殊类型, 临床表现为肩颈活动受限、疼痛及功能障碍。本文综述了中医治疗颈源性肩周炎的研究进展, 中医药治疗颈源性肩周炎的核心在于辨证施治, 即根据患者的具体病情和体质特点, 制定个性化的治疗方案。通过针灸、推拿、拔罐等多种疗法的综合运用, 中医药不仅能够有效缓解肩部疼痛、僵硬等症状, 还能从整体上调节患者的身体机能, 提高机体免疫力, 促进疾病康复。其中, 针灸疗法作为中医药的特色疗法之一, 通过刺激特定穴位, 可以疏通经络、调和气血, 从而缓解肩部肌肉的紧张和痉挛。推拿疗法则通过手法按摩和揉捏, 促进局部血液循环, 加速炎症吸收, 缓解肩部疼痛。拔罐疗法则通过产生负压作用, 促进局部新陈代谢, 加速废物排出, 有助于炎症的消退和组织的修复。除了上述疗法外, 还重视中医各方面手段综合治疗的重要性。将针灸、推拿、拔罐等多种方法相结合, 可以取得显著的疗效。

## 关键词

颈源性, 肩周炎, 中医, 针灸, 推拿

# Progress in Traditional Chinese Medicine Treatment of Cervical Source Scapulohumeral Periarthritis

Bo Xu<sup>1\*</sup>, Xiaquan Yang<sup>1</sup>, Guangquan He<sup>1</sup>, Li Peng<sup>2</sup>, Junyu Chen<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Department of Massage, Chongqing Orthopedics Hospital of Traditional Chinese Medicine, Chongqing

<sup>2</sup>Department of Neurology, Chongqing Songshan Hospital, Chongqing

Received: Sep. 9<sup>th</sup>, 2024; accepted: Nov. 11<sup>th</sup>, 2024; published: Nov. 26<sup>th</sup>, 2024

## Abstract

Cervical source scapulohumeral periarthritis is a special type of scapulohumeral periarthritis

\*第一作者。

caused by cervical spondylosis. Its clinical manifestations are limited shoulder and neck activities, pain and dysfunction. This article reviews the research progress of traditional Chinese medicine in the treatment of cervical source scapulohumeral periarthritis. The core of traditional Chinese medicine in treating cervical source scapulohumeral periarthritis lies in syndrome differentiation and treatment, that is, formulating personalized treatment plans according to the specific condition and physical characteristics of patients. Through the comprehensive application of various therapies such as acupuncture, massage, and cupping, traditional Chinese medicine can not only effectively relieve symptoms such as shoulder pain and stiffness, but also regulate the patient's body functions as a whole, improve the body's immunity, and promote disease rehabilitation. Among them, acupuncture therapy, as one of the characteristic therapies of traditional Chinese medicine, can dredge meridians and regulate qi and blood by stimulating specific acupoints, thereby relieving the tension and spasm of shoulder muscles. Massage therapy promotes local blood circulation and accelerates inflammation absorption and relieves shoulder pain through manual massage and kneading. Cupping therapy promotes local metabolism and accelerates waste excretion through generating negative pressure, which helps inflammation subside and tissue repair. In addition to the above therapies, the importance of comprehensive treatment of traditional Chinese medicine in all aspects is also emphasized. Combining various methods such as acupuncture, massage, and cupping can achieve remarkable curative effects.

## Keywords

Cervical Source, Scapulohumeral Periarthritis, Traditional Chinese Medicine, Acupuncture, Massage

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. 前言

颈源性肩周炎(CFS)是颈椎病引发的肩周炎特殊类型,约占肩周炎六成以上,表现为肩颈活动受限、疼痛及功能障碍。其病因根植于颈椎病变,如外伤、劳损及退行性变,压迫颈神经根,致肩部组织慢性炎症与粘连。而该病发病率则随现代生活方式变化而上升,好发于中老年及有外伤史者。治疗上,西医侧重短期镇痛抗炎,而中医则强调整体调理与辨证施治,如针灸调和气血、推拿松解粘连、药熨散寒止痛,联合应用疗效显著。近年来,中医创新疗法如毫火针配拔罐、优化药熨配方等,进一步提升了治疗效果。鉴于此本次研究对颈源性肩周炎的中医治疗方面进行综述,综述如下。

## 2. 颈源性肩周炎的中医针灸治疗

针灸治疗颈源性肩周炎,通常会选择颈部夹脊穴、肩三针、以及随症取穴,这些特定的穴位能够发挥疏通经络、调和气血的功效,从而缓解颈肩部的疼痛。在具体的针灸方法上,常见的有普通针刺、温针灸、电针等,其中,温针灸技术尤为独特,它结合了传统针刺与艾灸的双重功效,能够精准地刺激穴位,还可以通过艾灸的热力深入肌理,起到温通经络、驱寒止痛的作用。闫菲[1]的研究在采用标准颈源性肩周炎治疗方案基础上,包括药物治疗(吲哚美辛肠溶片)、肩关节防寒保暖、患侧肢体活动锻炼。进行中医针灸治疗,选取病变所属椎体中双侧夹脊穴以及患侧悬钟、肩髃、合谷、肩贞、肩前、阿是(颈部及患肩按压痛点)等穴位进行针刺,每日1次,连续治疗6天后休息1天,1个疗程为7天,共治疗2个疗程。结果显示,观察组的总有效率(96.67%)显著高于对照组(85.00%),且差异具有统计学意义( $P < 0.05$ )。

在疼痛程度方面, 两组患者的 VAS 评分均有所下降, 但观察组的改善程度明显优于对照组, 差异同样具有统计学意义( $P < 0.05$ )。此外, 在肩关节功能方面, 两组患者的 Mallet 评分均有所下降, 观察组的改善程度也显著优于对照组( $P < 0.05$ )。分析其原因, 这是因为针灸治疗能够疏通经络, 缓解肌肉痉挛, 改善血液循环, 促进炎症物质的吸收, 从而达到缓解疼痛、恢复肩关节功能的目的。窦莉莉[2]的治疗则选择椎体中双侧夹脊穴, 以及同侧悬钟、肩髃、三间、阿是穴、曲池、肩前、肩贞、外关、中渚等作为针灸的穴位, 每日进行一次针灸治疗, 连续五天休息两天。研究结果显示, 观察组的临床治疗总有效率显著高于对照组, 且在治疗后观察组的疼痛程度和肩关节活动功能均优于对照组, 差异具有统计学意义。这表明中医针灸在缓解颈源性肩周炎患者的疼痛方面有着明显的优势; 同时, 观察组病人的肩关节活动功能在治疗后也显著优于对照组, 说明中医针灸能够有效改善患者的肩关节活动功能。此外, 研究还提到, 与西医治疗方法相比, 中医针灸治疗颈源性肩周炎具有更高的有效率和更低的疼痛评分。总之, 中医针灸在治疗颈源性肩周炎方面具有显著的临床疗效, 能够有效提升治疗效果、减轻疼痛程度并改善肩关节活动功能, 是一种值得在临床工作中推广的治疗方法。不过尽管针灸治疗具有疗效迅速、操作简便、无副作用等优点, 但也存在一定的局限性, 比如治疗需要专业医师进行操作, 而且对于一些对针刺有恐惧心理的患者来说, 可能不是一个易于接受的治疗方式。

### 3. 颈源性肩周炎的中医推拿治疗

颈源性肩周炎, 即颈椎病变引起的肩关节疼痛、活动受限和周围神经功能障碍, 是中老年人常见疾病。中医将其归属于“肩痹”“肩凝”范畴, 认为其病机与风寒湿邪侵袭、气血瘀滞、筋骨劳损等有关。推拿治疗颈源性肩周炎具有简单易行、经济实惠、风险小、疗效确切等优势, 被广泛应用于临床。在治疗颈源性肩周炎的过程中, 推拿手法主要包括理筋手法和正骨手法。理筋手法通过专业的按摩技巧松懈颈肩部肌肉粘连, 从而缓解患者的疼痛感; 而正骨手法则专注于纠正椎体小关节的错位, 即“骨错缝”, 帮助恢复颈椎的正常生理曲度, 这对于改善颈肩部的功能十分关键。推拿治疗颈源性肩周炎的原则是强调整体调理与标本兼顾, 治疗时不仅关注局部的肌肉和骨骼问题, 还注重调整患者的颈肩肌肉平衡, 以改善颈椎的力学环境, 达到全面的治疗效果。有临床研究表明, 李婵[3]对龙氏牵引下正骨法治疗颈源性肩周炎的临床疗效进行了观察。龙氏牵引下正骨法结合了牵引和正骨推拿两种疗法, 通过治脊为本, 治肩为标, 标本同治的方式, 有效纠正颈椎关节错位, 恢复颈椎平衡, 从而缓解颈肩症状。具体操作包括四步: 首先, 通过牵引手法放松颈椎关节; 其次, 复位手法纠正颈椎小关节紊乱; 接着, 强壮手法解除斜角肌痉挛; 最后, 痛点手法对患侧颈肩部进行疼痛区操作。治疗组在接受常规按摩治疗的基础上, 辅以龙氏牵引下正骨法; 对照组则接受传统牵引疗法。结果显示, 治疗组的总有效率为 90.91%, 显著高于对照组的 70.45%, 且在缓解疼痛、改善肩部功能和总体疗效方面均优于传统牵引疗法。研究期间未报告严重不良反应, 表明龙氏牵引下正骨法治疗颈源性肩周炎疗效确切, 可缓解患者的颈椎与肩关节疼痛程度, 对改善肩关节活动度具有积极促进作用, 此外, 推拿手法还可以从舒筋点穴和运动关节两个角度来看, 邓怡然[4]探讨了舒筋点穴手法以放松肌肉、缓解痉挛为主, 而运动关节手法则着重于纠正颈椎小关节错位, 恢复颈椎内外力学平衡。此外, 推拿还可与针刺、中药热敷等方法结合使用, 以提高疗效。总之, 临床治疗颈源性肩周炎应遵循“治病求本, 颈肩同治”的原则, 针对颈椎病变进行治疗, 解除神经根压迫, 并根据患者病情分期治疗。

### 4. 颈源性肩周炎的中医综合治疗

中医综合治疗颈源性肩周炎采用口服药物、针灸、推拿、拔罐等多种方法相结合, 其中口服药物主要起到活血化瘀、通络止痛的作用, 而针灸、推拿、拔罐则能够直接作用于病变部位, 缓解疼痛, 改善肩

关节功能。有多项临床研究显示, 中医综合治疗的疗效显著优于单一治疗方法, 能够更全面地缓解颈肩疼痛, 改善肩关节功能。比如, 针灸和拔罐的疗法, 扎西当知[5]的研究严谨地阐述了毫火针结合拔罐疗法在颈源性肩周炎治疗中的疗效。根据研究结果, 相较于常规针灸结合拔罐的治疗方式, 毫火针疗法通过精准定位并刺激疼痛点(即阿是穴), 结合拔罐手段促进局部血液循环, 加速炎症物质的排出, 减轻了患者的肩部疼痛感, 提升了肩关节的活动能力。利用烧红的毫火针迅速、精确地刺入穴位, 随后借助拔罐产生的负压效应, 进一步强化血液流通, 调和气血, 达到舒经活络、解除疼痛的治疗目的。林永东[6]把 60 例颈源性肩周炎患者分成三组, 第一组采用毫火针联合拔罐治疗的方式, 第二组采用普通针刺联合拔罐治疗的方式, 第三组采用西药(口服美洛昔康)联合拔罐治疗的方式, 其总体有效率分别为 90%、60%、50%。总结其原因, 主要得益于毫火针独特的点刺技术以及拔罐疗法的协同增效作用, 可以更加直接地激活穴位功能, 促进血液循环, 消除炎症因子, 最终实现了患者肩关节功能的显著提升及生活质量的全面改善。

另一项针对颈源性肩周炎的中医综合治疗显示。浮针疗法与小针刀技术联合应用对颈源性肩周炎患者的治疗效果显著。宣立宗[7]研究结果表明, 相较于单一采用小针刀治疗, 浮针联合小针刀的治疗方案能够减轻患者的疼痛感(以 VAS 评分为衡量标准), 并有效提升肩关节的活动范围(依据 ROM 评分进行评估), 进而有效缓解患者颈部及肩周区域的疼痛不适, 分析其原因, 浮针以其安全性高、起效迅速的特点, 通过刺激浅筋膜层, 促进局部血液循环的改善, 有效缓解肌肉痉挛状态, 从而达到止痛目的; 而小针刀则凭借其定位精准的优势, 能够直接作用于肌肉深部的粘连与瘢痕组织, 实施有效松解, 从根本上消除疼痛的来源。此外, 本研究还强调了中医日常功能训练对于巩固疗效、预防复发的重要性。中医功能训练能够增强肌肉的力量与耐力, 进一步提升关节的活动度, 为患者提供更为全面的康复支持。针灸和推拿的联合也是中医中治疗颈源性肩周炎的良好方面。

中医理论将颈源性肩周炎归类于“痹证”范畴, 其病机核心在于年老体衰、正气不足, 加之风寒湿邪的侵袭, 导致经络受阻、气血运行不畅。基于这一认识, 中医治疗以正骨推拿为主要手段, 通过精准地定位旋转斜扳法, 旨在恢复颈椎的内外平衡。然而, 临床实践表明, 单一的正骨推拿治疗在疗效上存在一定的局限性。而银质针疗法通过深度针刺结合导热巡检仪的加热作用, 实现了温热散寒、松解粘连、消除无菌性炎症等多重治疗效应。这些效应不仅有助于促进组织的修复与肌细胞的再生, 还能显著改善患者的血液循环状况[8], 当银质针疗法与正骨推拿相结合时, 两者相辅相成, 可以形成了强大的治疗合力, 从而提升了颈源性肩周炎的治疗效果。陈礼彬[9]深入探讨了银质针疗法联合林氏正骨推拿在颈源性肩周炎治疗中的效果。且结果表明, 应用银质针疗法联合林氏正骨推拿的患者在 VAS 评分的显著降低与 JOA 评分的显著提升方面均表现出显著优势, 且治疗优良率也明显高于未应用此疗法的患者。而针灸、推拿与药熨法等多方面的中医手段, 联合应用在治疗颈椎性肩周炎过程中又能取得怎样的临床成效。何天锦[10]把 114 例颈源性肩周炎患者平均分成两组, 第一组采用针灸、推拿的治疗方法, 第二组采用针灸、推拿联合药物熨烫的治疗方法, 其总体有效率分别为 87.82%、98.25%, 通过该研究表明, 相较于单独采用针灸推拿的治疗手段, 三者协同作用能够更为高效地减轻患者的肩部疼痛感受, 改善肩关节的功能状态, 并提升整体的治疗效果。通过针灸与推拿疗法主要通过精准刺激特定穴位与疏通经络路径, 有效促进气血在体内的顺畅流通。而药熨法则巧妙利用温热性质的药物直接敷贴于患者患处, 以此达到散寒除湿、活血化瘀的治疗目的。分析复盘其原因, 关键在于针灸、推拿与药熨法三者间形成了良好的互补与协同作用。针灸与推拿疗法促进了患者局部血液循环的改善, 而药熨法则通过其独特的温热效应与药物渗透机制, 进一步强化了治疗过程中的疗效。三者共同作用, 有效缓解了患者的肌肉痉挛状态, 并成功消除了局部的炎症反应, 从而实现了肩关节功能的更快恢复与疼痛感的显著减轻。

## 5. 结束语

归根结蒂,随着医学界对颈源性肩周炎认识的不断加深,在颈源性肩周炎的治疗道路上,中医药以其深厚的文化底蕴和独特的理论体系,不断突破与创新。未来,随着跨学科合作的加强,希望中医药将与现代医学技术相结合,推动颈源性肩周炎的诊断与治疗进入更加精准、高效的阶段。例如,结合现代影像技术,可以更清晰地观察病变部位,为中医药治疗提供更为精确的依据;利用大数据分析,探索中医药治疗颈源性肩周炎的最佳方案,实现个性化、精准化治疗。同时,也希望中医药也将加强科普宣传,提高公众对颈源性肩周炎及中医药治疗的认识,引导患者树立正确的健康观念,促进疾病的早期发现与干预。期望在中医药的持续助力下,广大颈源性肩周炎患者能够更快地摆脱病痛,享受到更高质量的生活。

## 基金项目

重庆市科卫联合医学科研项目(2023QNXM059)。

## 参考文献

- [1] 闫菲,运启杰. 中医针灸治疗颈源性肩周炎的临床疗效探讨[J]. 智慧健康, 2021, 7(14): 167-169.
- [2] 窦莉莉. 中医针灸在治疗颈源性肩周炎的临床疗效探析[J]. 糖尿病之友, 2023(11): 147-148.
- [3] 李婵,李娟,毛志涛,范德辉. 龙氏牵引下正骨法治疗颈源性肩周炎的临床疗效观察[J]. 广州中医药大学学报, 2023, 40(9): 2225-2230.
- [4] 邓怡然,汤子寒. 推拿治疗颈源性肩周炎的方法探讨[J]. 巴楚医学, 2021, 4(4): 122-124.
- [5] 扎西当知. 毫火针配合拔罐治疗颈源性肩周炎疗效观察[J]. 养生保健指南, 2020(18): 268.
- [6] 林永东,罗岚,胡凤明. 毫火针配合拔罐治疗颈源性肩周炎的疗效观察[J]. 中国实用医药, 2017, 12(14): 175-177.
- [7] 宣立宗,苏慧,刘娟,等. 非药物疗法——浮针联合小针刀治疗颈源性肩周炎的临床研究[J]. 智慧健康, 2020, 6(34): 47-48, 53.
- [8] 钟硕,孙子雯,孙国栋,孙士飞,师彬. 银质针导热疗法的研究现状[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2016, 24(11): 76-78.
- [9] 陈礼彬,尹秋华,伍秀丽. 银质针联合林氏正骨推拿对颈源性肩周炎的临床疗效[J]. 内蒙古中医药, 2020, 39(3): 144-145.
- [10] 何天锦. 针灸、推拿结合药熨法治疗颈椎性肩周炎的临床效果[J]. 中国医学创新, 2023, 20(8): 73-77.