

# 那如三味丸联合针刀治疗“白协日乌素”型腰背肌筋膜炎的理性探讨与研究展望

翟军萍, 王云超\*

内蒙古自治区赤峰市宁城县中医蒙医医院, 内蒙古 赤峰

收稿日期: 2026年3月2日; 录用日期: 2026年3月16日; 发布日期: 2026年3月30日

## 摘要

“白协日乌素”型腰背肌筋膜炎是临床常见的慢性腰背痛疾病, 多见于中老年人群, 以反复发作的腰背部疼痛和活动受限为主要临床表现。近年来, 那如三味丸及针刀在治疗本病中发挥了重要作用。因此, 文章从理论层面探讨那如三味丸联合针刀治疗“白协日乌素”型腰背肌筋膜炎的依据, 并对其未来研究方向进行展望。

## 关键词

腰背肌筋膜炎, 针刀, “白协日乌素”, 研究展望

## Theoretical Discussion and Research Prospect of Naru Sanwei Pills Combined with Acupotomy in the Treatment of “Bai Xie Ri Wu Su” Type Lumbar and Dorsal Myofasciitis

Junping Zhai, Yunchao Wang\*

Ningcheng Hospital of Traditional Chinese and Mongolian Medicine, Chifeng Inner Mongolia

Received: March 2, 2026; accepted: March 16, 2026; published: March 30, 2026

## Abstract

“Bai Xie Ri Wu Su” type myofasciitis of the lumbar and dorsal region is a common chronic lumbar

\*通讯作者。

文章引用: 翟军萍, 王云超. 那如三味丸联合针刀治疗“白协日乌素”型腰背肌筋膜炎的理性探讨与研究展望[J]. 中医学, 2026, 15(4): 27-31. DOI: 10.12677/tcm.2026.154177

and dorsal pain disease in clinical practice, mostly seen in middle-aged and elderly people, with recurrent lumbar and dorsal pain and limited activity as the main clinical manifestations. In recent years, Naru Sanwei Pill and the needle knife have played an important role in the treatment of this disease. Therefore, this article discusses the theoretical basis of Nanu Sanwei Pill combined with needle knife in the treatment of “Bai Xie Ri Wu Su” type lumbar and dorsal myofasciitis, and prospects for future research directions.

## Keywords

Lumbar and Dorsal Myofasciitis, Scalpel Needle, “Bai Xie Ri Wu Su”, Research Progress

Copyright © 2026 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

腰背肌筋膜炎又称作腰背肌筋膜炎疼痛综合征(Myofascial Pain Syndrome, MPS)、腰背肌筋膜炎纤维组织炎等,是因为外伤、长期缺乏锻炼或经常遭受寒冷潮湿等因素导致腰背部肌肉和筋膜产生无菌性炎症进而引发慢性疼痛的疾病。蒙医认为,“白协日乌素”型腰背肌筋膜炎的核心病机是“白协日乌素”瘀滞于腰背部筋脉,累及“赫依”、“巴达干”功能失调,导致肌肉痉挛、疼痛。这一病机与现代病理高度对应[1]-[3]。在临床中,因腰背肌筋膜炎前来就诊的患者占肌肉骨骼疼痛病人总数的30%~85% [4]。近年来,随着针刀医学和激痛点理论的推广,针刀干预激痛点治疗“白协日乌素”型腰背肌筋膜炎在临床上取得了良好的疗效。

## 2. 腰背肌筋膜炎的发病机制

腰背肌筋膜炎的发病机制复杂,涉及生物力学、神经生理及局部微环境等多方面因素的相互作用。其核心在于腰背部筋膜与肌肉因长期慢性劳损、姿势不良、受凉或急性腰扭伤后未得到及时有效治疗,导致肌肉和筋膜等软组织出现持续性微损伤,修复过程紊乱,进而引发以炎性细胞浸润、血管通透性增加、组织液渗出为主要特征的局部无菌性、慢性非特异性炎症。在慢性无菌性炎症区域,局部组织释放大量炎症介质,如前列腺素、缓激肽、5-羟色胺等,这些物质不仅直接刺激神经末梢,引发疼痛,还会导致周围肌纤维收缩异常,形成局部肌痉挛,进一步加重组织缺血、缺氧[5][6]。此外,长期劳损或反复微损伤会使筋膜弹性下降,胶原纤维排列紊乱,出现纤维化、粘连甚至钙化倾向。筋膜作为贯穿全身、包裹肌肉的重要结缔组织,其张力变化直接影响肌肉的滑动与协调功能。当筋膜张力增高时,不仅限制肌肉正常伸缩,还会压迫穿行其间的微小血管与神经末梢,造成局部血液循环障碍和代谢产物堆积,进一步加剧疼痛与功能障碍。研究发现,病变区域常可触及条索状或结节状的“紧绷带”,这些即为典型的激痛点,是肌筋膜功能紊乱的核心病灶。按压激痛点可诱发局部疼痛或向周围区域放射的牵涉痛,具有高度特异性,激痛点的形成与局部运动终板功能异常、乙酰胆碱过度释放密切相关。这些病变部位的异常反应是腰背肌筋膜炎的特征,主要表现为骨骼肌内出现紧绷的束状带、高度敏感的异常结节,以及通过按压可再现疼痛的特定压痛点。这些可再现疼痛的点被称为压痛点或激痛点。激痛点形成是腰背肌筋膜炎发病过程中的重要机制。综上所述,目前的研究主要认为腰背肌筋膜炎的发病机制主要与微小外伤、肌肉持续过度紧张、局部代谢障碍等相关。

### 3. 中医学及蒙医学对腰背肌筋膜炎的认识

我国古代医药及古籍文章中对腰背肌筋膜炎的临床病名没有明确的记述, 而中国近代医药家则依据其出现的原因和表现, 将其纳入了祖国医学中的“痹证”范围[7]。《症因脉治·痹证论》提到“身居卑湿……或冒风冲雨……起居不慎, 而湿痹之症作矣”, 认为其发病机理主要是由于寒邪侵袭、肝肾亏损、经络阻滞或气血不畅等因素造成督脉、任脉损伤, 寒邪与湿浊在局部积聚, 致气血运行不畅, 经络阻滞而发生疼痛[8]。蒙医将腰背肌筋膜炎纳入“协日乌素病”范畴。“协日乌素”是蒙医理论中的重要病邪, 兼具“水”与“火”的特性, 可分为“白协日乌素”与“黑协日乌素”[9]。其中“白协日乌素”性凉、质稀, 易侵袭人体肌肉、关节、筋脉等部位, 导致局部气血运行受阻、津液代谢失常, 表现为疼痛、僵硬、活动不利, 遇到寒冷等寒性内外因素的影响时引起“白协日乌素”病(寒黄水症)。“白协日乌素”病通常表现为一般阴雨天气, 受潮湿内寒而发病, 有局部皮肤发白、发凉、怕冷等表现。腰背肌筋膜炎患者常有受寒、受湿病史, 主要表现为腰痛, 时轻时重, 常反复发作, 腰部肌肉僵硬, 压痛明显, 可扪及条索状改变, 腰部活动及 X 线检查无异常, 腰部肌肉僵硬、沉重、酸痛, 疼痛与气候变化相关, 阴雨天腰痛加剧, 苔白腻, 脉细滑。蒙医中“白协日乌素”导致“赫依失调”、“筋脉痹阻”与中医寒邪侵袭、经络阻滞、气血运行不畅导致痹症高度对应。因此, 蒙医学中可将腰背肌筋膜炎纳入“白协日乌素”病的范畴[10], 治疗以燥化白协日乌素、疏通筋脉、调理赫依血为核心原则。综上所述, 目前中医学以及蒙医学研究认为腰背肌筋膜炎与“痹症”和“白协日乌素”相关。

### 4. 那如三味丸治疗“白协日乌素”型腰背肌筋膜炎的研究机制

那如三味丸记载于《至高要方》, 由诃子、草乌(制)、萆薢配制而成。从蒙医角度, 诃子涩、苦, 性平, 具有祛邪、解毒、调和三根、止泻功能[11]; 草乌(制)具有杀黏、燥协日乌素、止痛功能[12]; 萆薢具有祛巴达干赫依、调节体素、滋补强壮、平喘、祛痰、止痛等功效[13]。从现代医学角度, 有学者通过网络药理学分析那如三味丸可通过 MAPK1、MAPK3、EGFR、AKT、STAT3 等靶点, 发挥抗炎、减少血管翳形成等作用[14]。另有研究表明诃子及其主要成分对 DPPH 自由基、ABTS 自由基均具有较好的清除能力[15]。萨日娜等人应用诃子汤制草乌进行急性毒性实验, 发现诃子汤制草乌的毒性较生草乌显著降低, 可降低前列腺素 E2、白细胞介素 1、肿瘤坏死因子等炎症因子水平, 并且增强抗炎、镇痛等作用[16]。王钰锟等人基于 VOSviewer 和 CiteSpace 的萆薢药理作用知识图谱可视化分析, 证实胡椒碱是萆薢的主要活性成分, 具有抗炎、抗氧化应激的作用, 同时还拥有降低炎症相关蛋白表达的作用[17]。综上所述, 那如三味丸可降低炎症因子、抗氧化应激, 进而发挥抗炎镇痛的作用, 并且具有消“粘”、消肿、燥“协日乌素”、祛风、止痛、散寒的功效。

### 5. 针刀治疗腰背肌筋膜炎的机制分析

针刀医学是介于中国传统医学与现代医学之间的新兴学科, 既有中医的长处, 又有西医的优点。腰背肌筋膜炎的患者在触诊时常会发现患病部位出现高应力区和肌肉紧张区。这些区域的生理特征是当肌腱膜和肌间膜受损并无法自我修复时, 人体会将其吸收为异物, 而缺损的部位会快速重新生长, 最终使该部位的筋膜恢复。董晓俊等人认为针刀可切割部分筋膜紧张带或挛缩的肌纤维, 并对软组织中间的瘢痕组织剥离, 可消除粘连, 减少瘢痕, 恢复相关的应力平衡, 解除皮神经及运动神经的卡压[18]。杨小红等人认为针刀是中西医结合的新型治疗工具, 融合针刺与外科切割、剥离作用, 是经络理论的现代应用与创新。针刀治疗腰背肌筋膜炎应以阳性病灶点为切入点, 沿经筋力线连成“线”, 针对面性病理特征多维松解, 破坏立体网状病理结构, 恢复脊柱弓弦平衡与腰背肌群动态平衡[19]。王慧应用针刀联合推拿, 同时配合热敏灸治疗腰背肌筋膜炎, 可减轻患者疼痛, 改善腰椎活动度, 提高生活治疗[20]。但临床应用

中, 针刀治疗的潜在风险与适应症适配度需理性评估。综上所述, 针刀的机械刺激可促进局部血液循环, 加速炎症介质的清除, 快速缓解疼痛与活动受限症状[21]。

## 6. 总结与展望

近年来, 那如三味丸联合针刀在治疗“白协日乌素”型腰背肌筋膜炎的临床研究中取得了一定进展, 其在改善患者临床症状、提高疗效方面均有明显优势。但目前也存在一定不足: 1) 文献资料中多以单治疗方式研究为主, 缺少联合治疗研究, 难以确保其有效性和重复性; 2) 相关研究设计和观察指标有待进一步完善; 3) 临床疗效评价方法存在一定差异, 未统一规范。因此, 在今后的临床研究中, 应进一步探索那如三味丸联合针刀治疗“白协日乌素型”腰背肌筋膜炎的确切机制和最佳方案, 并制定统一规范的疗效评价标准。

## 基金项目

- 1) 内蒙古自治区特色道地药材资源保护与利用重点实验室开放课题(CGRPU-GP05);
- 2) 内蒙古医学科学院公立医院科研联合基金项目(2024GLLH1080);
- 3) 赤峰市自然科学科研课题(SZR2025167)。

## 参考文献

- [1] 施杞, 王和鸣. 骨伤科学[M]. 第1版. 北京: 人民卫生出版社, 2001: 1130-1132.
- [2] 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: 2033-2040.
- [3] Cao, Q., Peng, B., Wang, L., Huang, Y., Jia, D., Jiang, H., *et al.* (2021) Expert Consensus on the Diagnosis and Treatment of Myofascial Pain Syndrome. *World Journal of Clinical Cases*, **9**, 2077-2089. <https://doi.org/10.12998/wjcc.v9.i9.2077>
- [4] 何闻文. 桂枝姜附阿胶汤加减联合银质针治疗风寒湿型腰背肌筋膜炎临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 福州: 福建中医药大学, 2022.
- [5] 杨梦琪, 赵明宇, 张向东, 等. 背肌筋膜炎的中医治疗研究进展[J]. 中国疗养医学, 2022, 31(3): 261-263.
- [6] 邱玉华, 赵学千, 马慧, 等. Z型拨针治疗腰背肌筋膜炎36例[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2022, 30(1): 50-52+56.
- [7] 张冉, 闻胜月, 詹红生, 等. 针刺治疗腰背肌筋膜炎: 系统评价与 Meta 分析[J]. 中国针灸, 2023, 43(11): 1324-1332.
- [8] 张淼, 聂文婷, 郭颖, 等. 循经远取动法结合背部阳经透刺治疗轻中度腰背肌筋膜炎疗效观察[J]. 中国针灸, 2019, 39(8): 817-820.
- [9] 刘孟兰, 乌力吉吉日嘎拉. 蒙药外敷疗法结合蒙医火疗治疗慢性风湿性关节炎 130 例临床研究[J]. 世界最新医学信息文摘, 2016, 16(47): 226.
- [10] 斯楞格, 阿古拉, 阿日嘎太, 等. 蒙医温针对腰椎间盘突出致坐骨神经痛的作用及其机制研究[J]. 辽宁中医杂志, 2025, 52(4): 153-157+225.
- [11] 斯普勒玛, 永莲. 蒙药那如三味丸组方药研究概况[J]. 中国民族医药杂志, 2023, 29(4): 58-60.
- [12] 张爱弟, 其格沁, 韩志强. 蒙成药那如-3 味丸方源考证及现代研究进展[J]. 中国民族医药杂志, 2024, 30(1): 51-56.
- [13] 蔡淑珍, 李建良, 陈圆, 等. 基于网络药理学的葶苈降血脂作用机制研究[J]. 医药导报, 2019, 38(11): 1398-1402.
- [14] 白静茹, 白力, 张文兰. 那如三味丸治疗类风湿关节炎的网络药理分析[J]. 包头医学院学报, 2021, 37(1): 77-81.
- [15] 覃丽娜, 安悦言, 张强, 等. 诃子及其主要成分抗氧化、抗炎活性研究[J]. 现代中药研究与实践, 2026, 40(1): 47-54.
- [16] 萨日娜, 图雅, 美丽, 等. 生草乌及诃子汤制草乌小鼠急性毒性与抗炎、镇痛作用研究[J]. 中国药业, 2026, 35(1): 54-61.
- [17] 王钰锶, 乌日古木乐, 高雅, 等. 基于 VOSviewer 和 CiteSpace 的葶苈药理作用知识图谱可视化分析[J]. 中国民族医药杂志, 2024, 30(10): 53-57.
- [18] 吴星原, 董晓俊. 董晓俊“项腰同治”针刀治疗腰背肌筋膜炎经验[J]. 湖北中医杂志, 2024, 46(7): 30-34.

- [19] 杨小红, 胡江杉, 胡霞, 等. 基于经筋理论探析针刀治疗腰背肌筋膜炎[J]. 湖北中医药大学学报, 2024, 26(1): 51-54.
- [20] 王慧. 综合方法治疗腰背肌筋膜炎临床观察[J]. 实用中医药杂志, 2025, 41(7): 1479-1482.
- [21] 张明岳. 发散式体外冲击波联合针刀干预激痛点治疗腰背肌筋膜炎的临床观察[D]: [硕士学位论文]. 哈尔滨: 黑龙江中医药大学, 2023.