

# 中医妙治关节痛

张明华

(成都市龙泉驿区中医医院, 四川 成都 610100)

关节痛大多是因为关节及周围组织出现了红、肿、热、痛。大部分关节痛是因为感染性关节炎、代谢障碍性关节病、关节周围结构疾病、自身免疫性疾病、外伤和放射性损伤等导致的。关节痛后患者的运动和日常生活会受到极大的限制。一般这种关节痛的情况会出现在中老年群体中, 这样的疼痛真的是让患者痛苦不已, 阴雨天气的痛苦更是不必多说了, 今天我们就跟着文章来谈论一下中医治疗关节痛的神奇效果吧!

## 1 关节的主要含义, 来认识一下

关节想必人们都不陌生, 但是要说出其具体定义, 很多人就含糊其词。关节一词最早是中医术语, 如《素问·六元正纪大论》:“关节不利屈伸”, 《灵枢·官针》:“病水肿不能通关节者”, 和现代医学和生物学中提到的关节都是一致的, 还有很多传统中医多用骨节来代替关节一词。近代西医传入中国翻译成中文时, 借用了关节一词。人们都能够对关节普遍理解, 就是骨与骨之间连接的地方, 能活动的地方叫活动关节, 不能活动的地方叫作不动关节。一般关节疼痛都是指活动关节部位出现的, 例如四肢的肩、肘、指、腕和膝盖等, 关节主要由关节囊、关节面和关节腔构成。关节囊包裹在关节外面, 关节内光滑的骨面被称为关节面, 关节内空腔部分就是关节腔。关节周围都附着了很多肌肉, 肌肉收缩时关节就能够进行伸屈和外展等相关的运动。

在正常情况下, 关节腔内是存在少量液体的, 这些液体主要是为了减少运动时关节间的摩擦, 然而关节“生病”的时候, 关节内的液体增多, 会造成关节积液和肿大。

## 2 关节为什么会有疼痛的情况呢

疼痛是机体对创伤或疾病的反应, 也是疾病的一种状态。围绕疼痛二字, 我们先来对疼痛含义进行深入理解, 疼痛是病字旁里面一个冬, 冬代表的就是冬天, 中医认为冬天就有寒气。《素问·阴阳应象大论》云“北方生寒, 寒生水, 水生咸, 咸生肾, 肾生骨髓, 髓生肝, 肾主耳。其在天为寒, 在地为水, 在体为骨, 在藏为肾”。《素问·痹论篇》曰:“痛者, 寒气多也, 有寒, 故痛也”。在《素问·举痛论》里, 列举了14个疼痛, 其中有13个疼痛是由寒引起的, 只有一个是因热引起, 痛是病字旁里面一个甬, 甬在古代是指两旁有墙遮蔽的通道, 通道不正常, 无法畅通就会出现疼痛, 所以疼痛的病因主要与寒气入侵以及经络不通有密切关系。

## 3 中医妙治关节痛的方法

### 3.1 关节痛之中药膏药治疗

中医认为关节痛是劳损和外感风邪导致的, 面对这样的情况就要疏通经络, 经络通畅, 患者的症状也会逐渐缓解, 疼痛才会逐渐消失, 将中药膏方贴于肌肉表面, 透过皮肤能够产生消炎止痛、活血化瘀、通经走络、开窍透骨和祛风散寒的作用。

贴在皮肤表面的膏药会刺激神经末梢, 通过反射扩张血管, 促进局部血液循环, 达到消肿、消炎和镇痛的效果。

利用中药川乌、草乌、独活、姜黄、大黄、当归、赤芍、红花、桃仁、桂枝和牛膝等, 再配合新鲜的葱姜捣烂后, 敷于患处即可, 具体的用量要结合患者关节疼痛的实际情况来有针对性的增减。

### 3.2 关节痛之中药熏药

关节痛如果局部皮肤无破溃, 可将配制好的中草药加入适量清水中, 熬成中药药液。在中药熏蒸汽仪雾化器中加入适量中药药液及开水。然后将含中药的雾化气体对准关节疼痛部位进行局部药液气体熏蒸。其原理是利用秦艽、牛膝、红花、醋没药、醋香附和赶黄草等中药中含有活血化瘀、舒筋活络和祛风止痛的作用, 再借助熏药机蒸汽热力让毛孔开放, 促进药物渗透, 从而达到良好的治疗效果。

### 3.3 关节痛之中医针灸治疗

对于关节疼痛的治疗, 借助针灸能够取得突出效果。针灸前做好消毒工作, 然后借助捻转, 配合电针和TDP灯照射, 能够达到良好的治疗效果。主要针对血海穴和梁丘穴进行刺激, 通过取穴后, 找到合适的穴位, 根据患者的疼痛情况, 进行针对性施针即可。刺激这两个穴位能够达到经络通畅的效果, 张仲景曾提出了一个观点血不利则为水, 通过对血海穴二的刺激, 能够达到促使血液流畅的效果。通过针灸对穴位的刺激, 能够提高人体的痛值, 抑制痛觉中枢, 增加免疫功能, 再配合其他多种疗法的综合治疗, 达到活血化瘀、消肿止痛的效果。

### 3.4 关节痛之中医推拿治疗

在诸多的关节疼痛中, 最容易出现的就是膝关节疼痛, 俗话说人老腿先老, 腿部的衰老也最先体现在膝关节部位。当出现膝关节疼痛后, 借助中医推拿治疗能够起到非常显著的治疗效果, 对于早中期的膝关节疼痛, 患者借助中医推拿能够取得明显成效, 大部分的患者都是疼痛、肌力衰退为主要特征, 中医通过推拿按摩犊鼻穴、膝眼穴和曲池穴这几个部位, 能够达到缓解关节疼痛的效果。

因为关节疼痛是由多种原因所导致的, 中医认为治疗要围绕祛风散寒, 化痰除湿和活血止痛, 借助这几种疗法都能够达到明显的治疗效果。除此之外, 服用相关的中药, 再配合以上这些治疗方法, 加上患者日常生活中多注意, 能够让治疗达到事半功倍的效果。无论采用哪一种方式进行治疗, 中医都讲究辨证论治, 只有结合患者身体情况采取针对性的治疗, 才能够达到治疗关节肿痛的效果。中医在治疗关节痛的过程中, 是一个循序渐进的过程, 借助于针灸和推拿, 患者能够明显地感受到效果, 然而利用膏药和熏洗初期的效果可能不是特别明显, 但是随着治疗时间的延长, 患者就能够感受到疼痛的消退。