

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 关节痛之中医膏药治疗

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。