

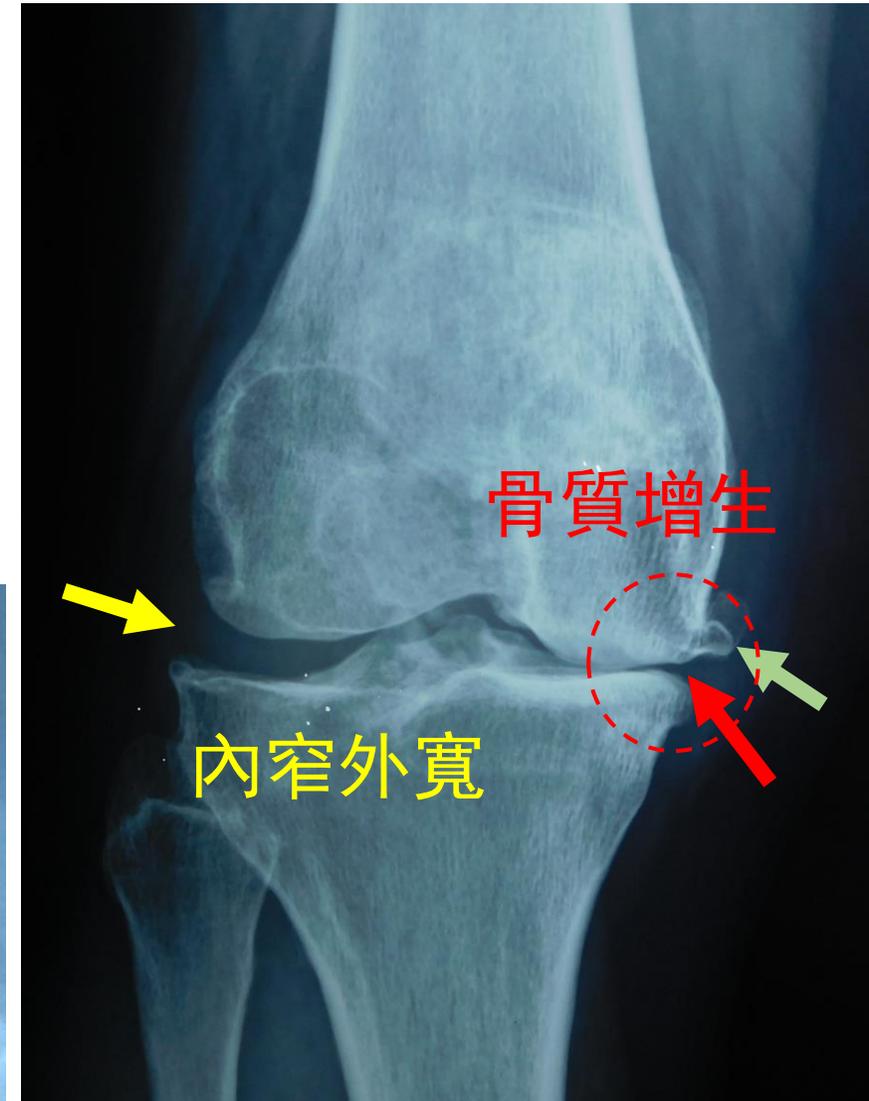
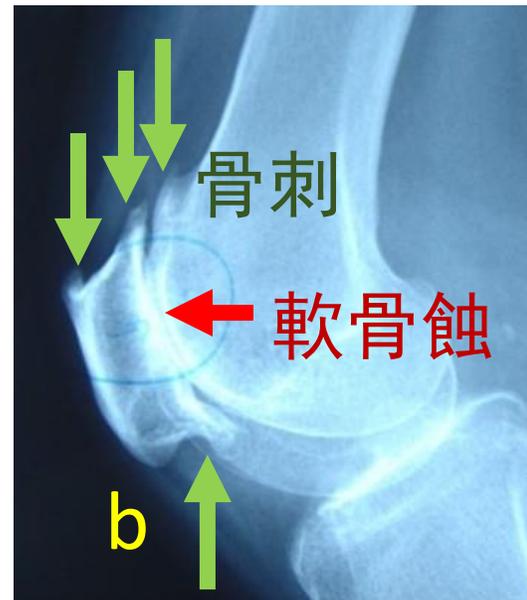
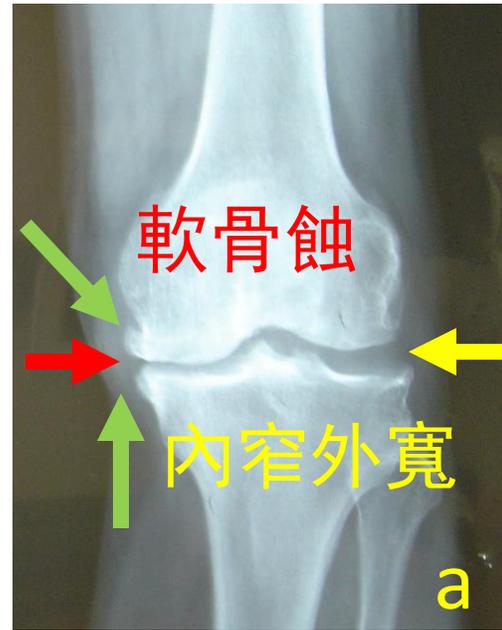
膝骨性關節炎的中醫 骨傷科治療

周杰芳 醫師

香港大學專業進修學院名譽副教授

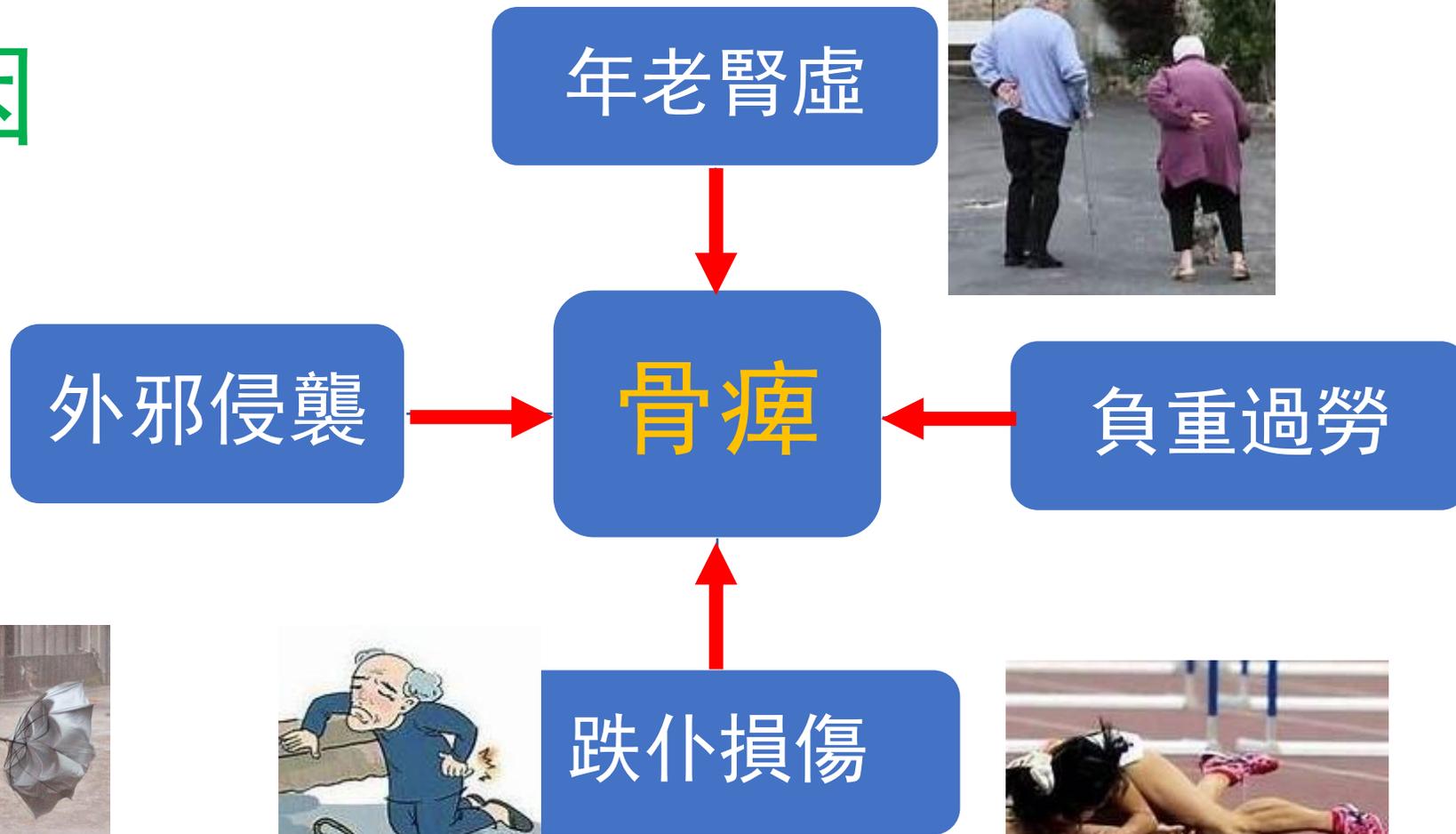
膝骨性關節炎簡介

- 定義：指由於膝關節軟骨變性a. 骨質增生b. 而引起的一種慢性骨關節疾病。
- 別名：膝關節增生性關節炎、退行性關節炎及骨性關節病等。
- 中醫：屬骨傷科“骨痺”“筋痺”的範疇。



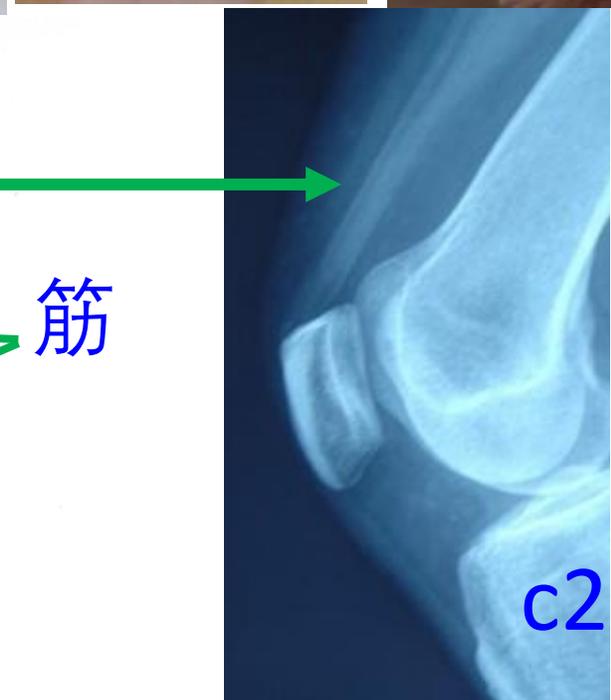
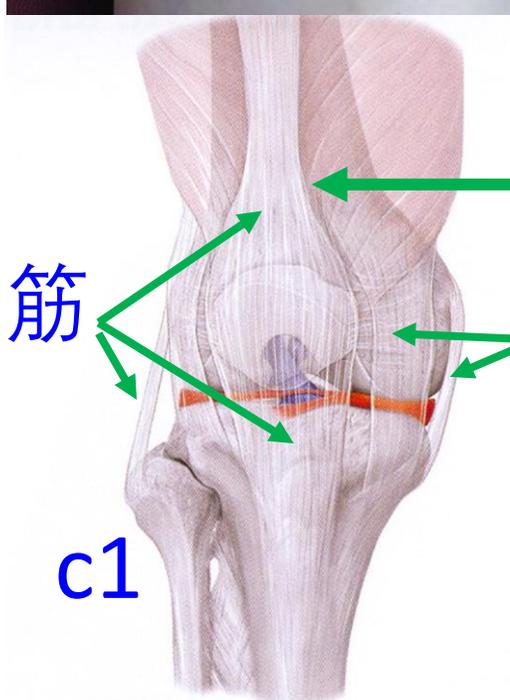
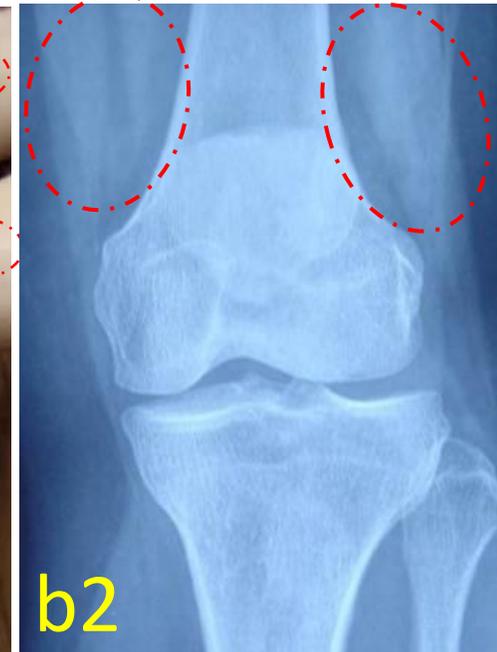
辨證： 病因辨證 病位辨證 經絡辨證 因果辨證

辨病因



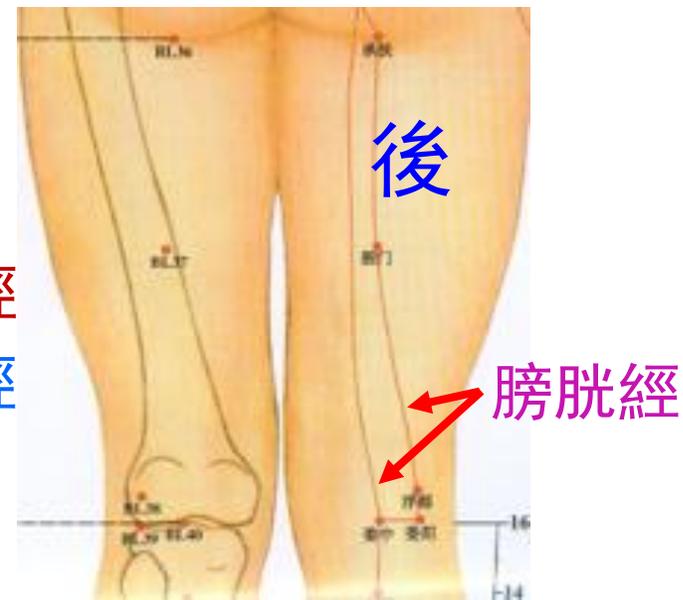
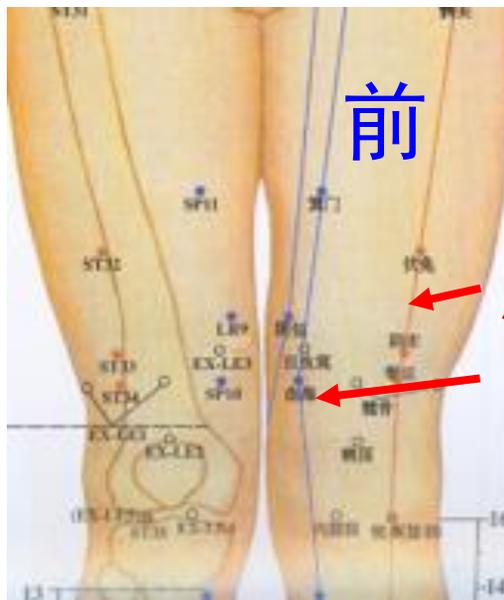
辨病灶位

- 膝部皮傷a
- 膝部肉傷b
- 膝部筋傷c
- 膝部骨傷d



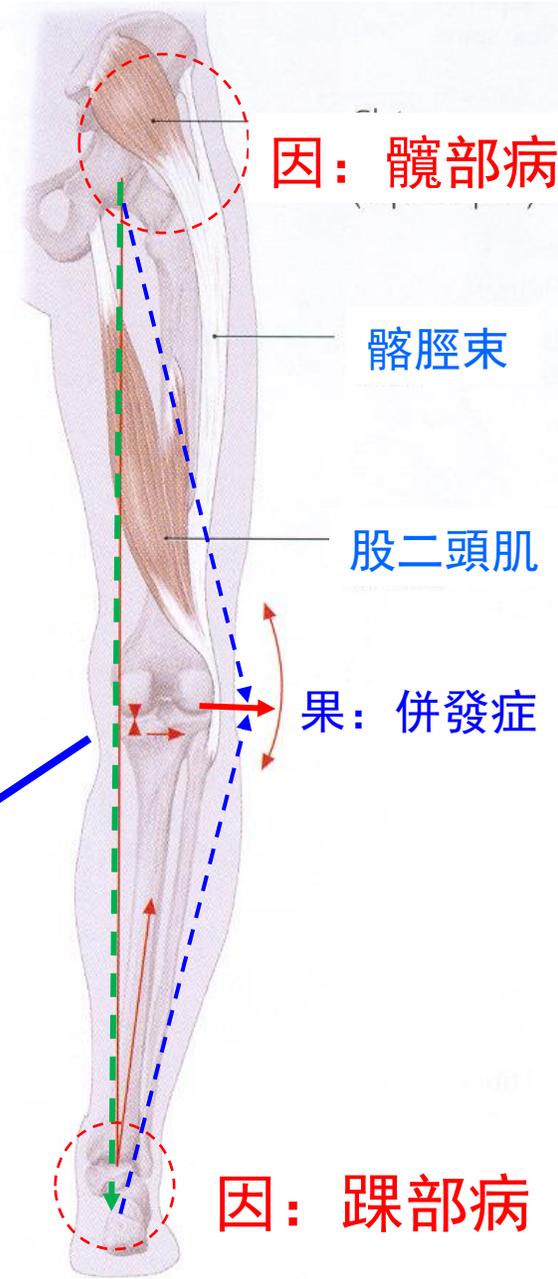
辨受阻經絡

- 膝前面痛：脾經、胃經不通
- 膝後面痛：膀胱經不通
- 膝內側痛：肝經、腎經不通
- 膝外側痛：膽經不通



辨膝痺因果

- 膝痛的因果
- 軟骨磨蝕的因果
- 骨質增生的因果



治則：治病求本 治痛求因 因人制宜 內外兼治

治法

❖外治法：

- 針法 灸法
- 罐法 穴壓
- 推拿 經推
- 藥敷 熱敷

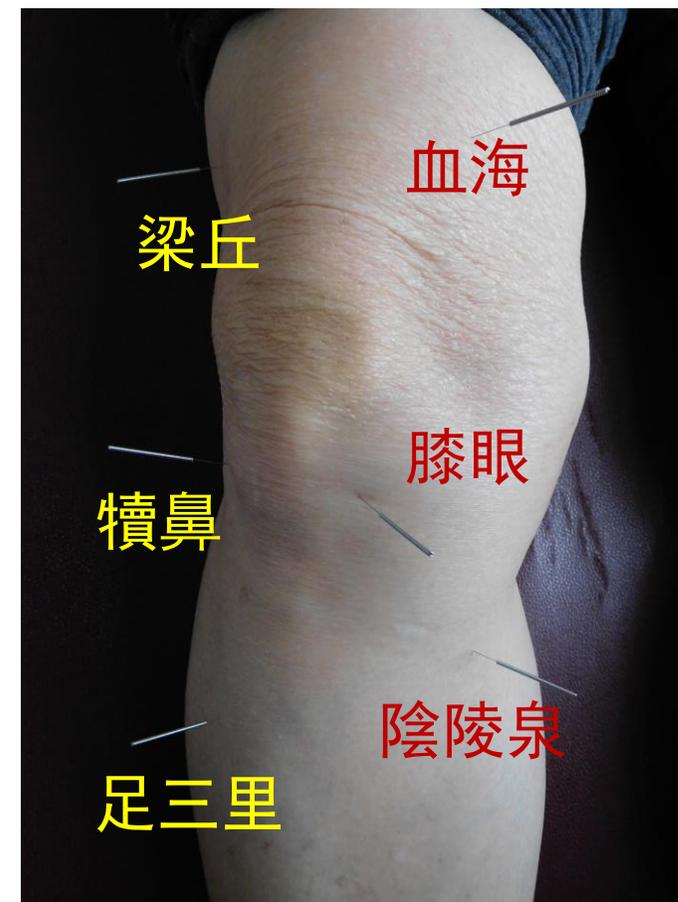
❖內治法：

- 滋補肝腎
- 強壯筋骨

罐法



針法



預防



治未病原則：

- 未病先防：強健筋骨，
正確姿勢，控制體重。
- 未痛先治：隱形膝痛：
下蹲困難，下梯膝軟，
上梯無力，膝腫僵硬。
- 已病防變：已病速治，
謹防加重，慎防變症。

未病先防

已病防變



自查自助

- 自查：晨僵，起動難，發軟蹄，膝動有聲，膝腫有水，上落巴士、梯級、斜路有困難。
- 自測：蹲不下，伸不直，屈膝有難，膝彎曲痛，發現壓痛點。
- 自助：熱敷，拉筋，揉按，輕拍，食療。
- 求助：盡早求醫。

起動難



上落難



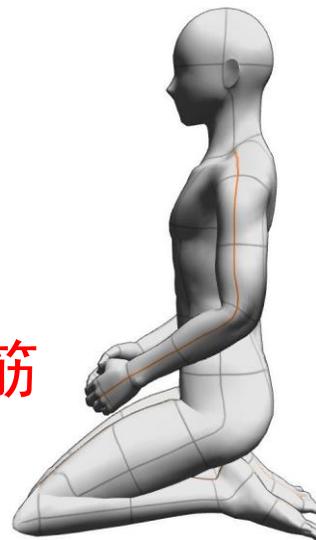
蹲不下



伸不直



拉筋



拉筋

