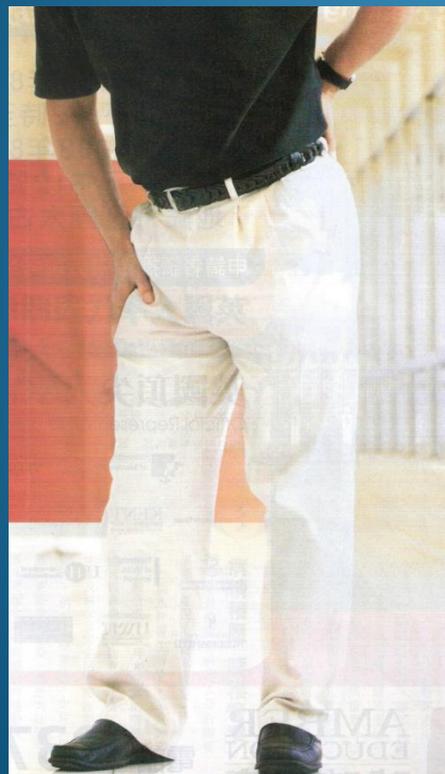


腰椎間盤突出症 中醫骨傷科治療



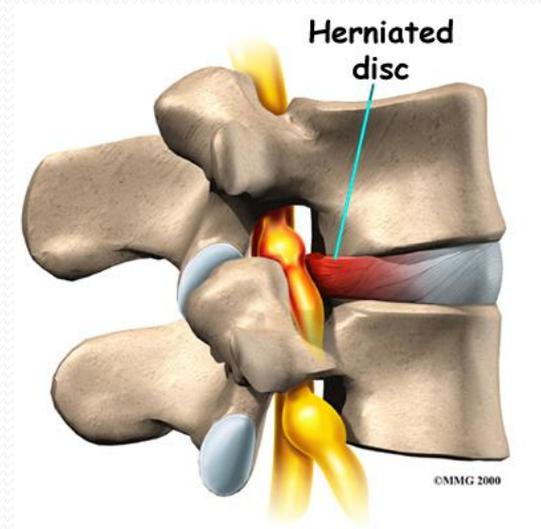
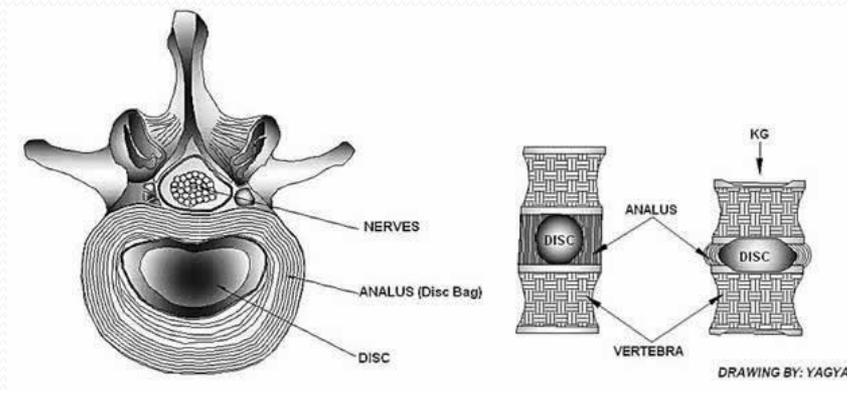
朱洪民

2024年2月27日

概述

● 定義

腰椎間盤退行性改變或外傷所致纖維環破裂，髓核從破裂處脫出，壓迫腰神經根或馬尾神經，出現腰腿放射性疼痛等一系列神經症狀，稱為腰椎間盤突出症（Lumbar disc Herniation, LDH）。



中醫對腰椎間盤突出症的認識

- ◆ 《素問·刺腰痛論篇》：肉裡之脈令人腰痛，不可以咳，咳則筋縮急。
- ◆ 《諸病源候論·腰腳疼痛候》：腎氣不足，受風邪之所為也，勞傷則腎虛，虛則受于風冷，風冷與正氣交爭，故腰腳痛。
- ◆ 《醫學心悟》：腰痛拘急，牽引腿足。

治療學



手法
中藥
針灸
導引

病因病理

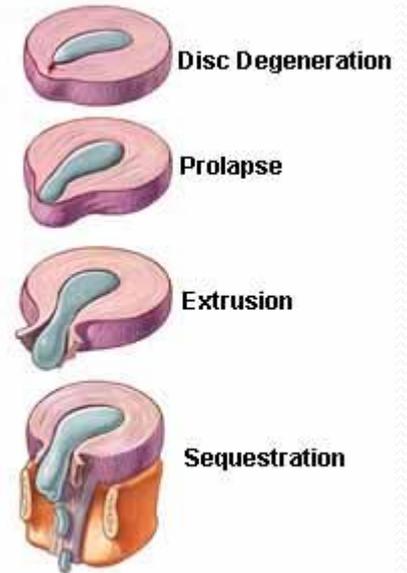
椎間盤退變
髓核脫水
纖維環薄弱

外傷
勞損

纖維環破裂



髓核突出壓
迫神經根或
馬尾神經



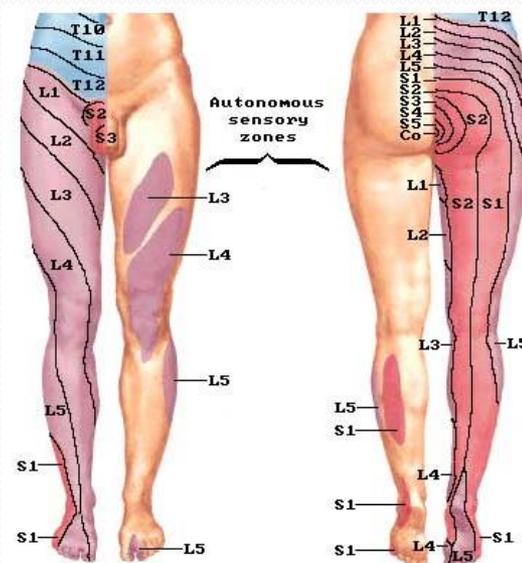
診 斷

● 病史

- 常發生於青壯年
- 有腰部外傷、慢性勞損或受寒濕史
- 大部分患者在發病前有慢性腰痛史

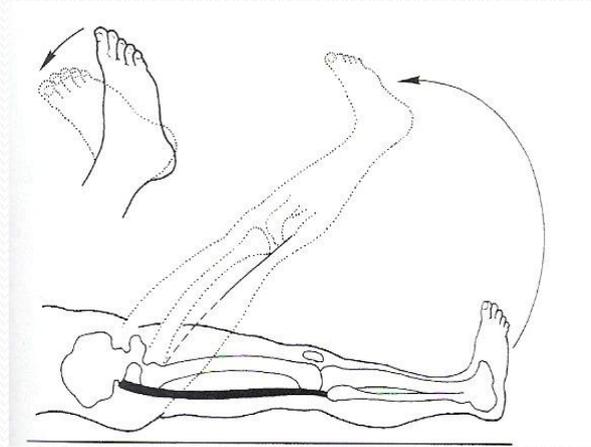
● 症狀

- 腰痛並向一側或雙側下肢放射性麻痛
- 噴嚏或咳嗽時可以誘發或加重，臥床休息後可以減輕
- 坐骨神經分佈區域的皮膚感覺麻木



●體征

- 腰背肌緊張，僵硬，腰椎活動受限
- 相應節段椎間隙深壓痛並誘發或加劇向同側下肢放射
- 直腿抬高試驗、加強試驗陽性(Lasegue's sign)
- 仰臥挺腹試驗
- 屈頸試驗



●治療

- 骨傷手法
- 中藥辨證論治
- 針灸治療
- 練功療法



●治療

➤手法

❖點穴：取經：足太陽膀胱經

取穴：腎俞、腰陽關、八髎俞、環跳、居膠、秩邊、承扶、風市、委中、承山、湧泉等

❖正骨：

❖坐位定點旋轉扳法

❖側臥位旋轉扳法

❖後伸扳法

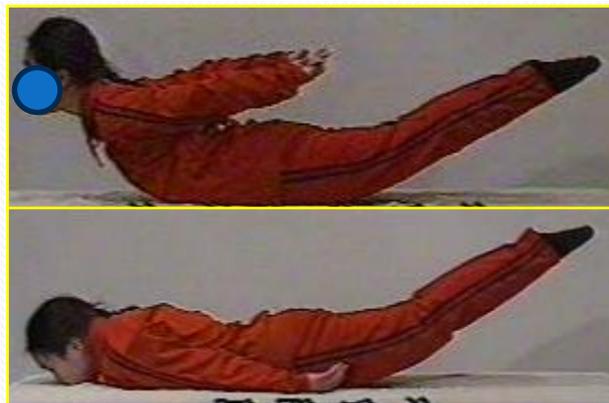


▶ 練功療法

❖ 飛燕功

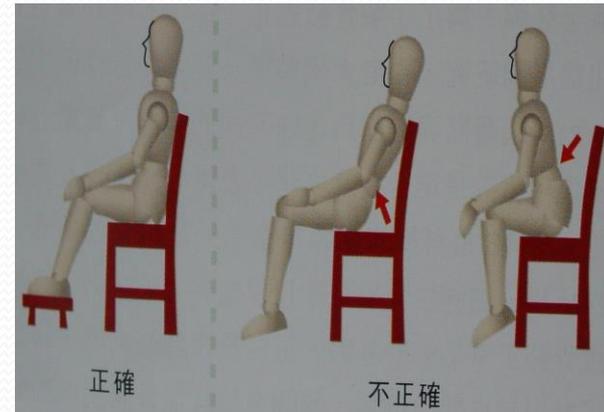
❖ 拱橋功

❖ 吊單杠



● 注意事項

- ❖ 避免彎腰負重，避免劇烈運動，短期佩戴腰圍
- ❖ 正確姿勢，腰背部肌肉功能鍛煉、游泳
- ❖ 避免坐軟沙發，不宜久坐、久站





謝謝！