

模式<sup>[8]</sup>。有研究表明,与其他治疗相比,EMDR 技术能将大多数患者的记忆脱敏速度提高 40% 以上<sup>[9]</sup>。

本研究结果显示,与集体心理治疗相比,EMDR 技术对儿童灾后应激反应的治疗效果较好,特别是闪回、房屋摇晃感及恐惧三个症状治疗前后下降频度较对照组明显。闪回现象是灾难对灾民常见的心理伤害,对个体身心的危害体现在可以造成强烈的情绪和生理反应,使受害者经常处于惊恐和痛苦之中,对处在童年和青少年时期的受害者,容易造成严重的心理冲击,甚至引发人格障碍。已有研究表明,眼动脱敏疗法处理闪回现象效果十分显著<sup>[10]</sup>,本研究结果与其一致。房屋摇晃感和恐惧感的产生与认知有关,EMDR 技术被认为能够激发大脑的自然机制,将创伤性记忆转换为正常的记忆,且 EMDR 技术不仅有眼动脱敏的成分,也有暴露和认知的成分,本研究房屋摇晃感和恐惧感现象出现频度的下降也是对此理论的佐证。

综上所述,EMDR 技术在治疗灾后儿童心理应激反应方面效果较好,可明显减少儿童心理应激反应的各种症状发生的频率,特别是可减少闪回现象的出现和恐惧感的产生,该技术在治疗灾后儿童应激反应领域值得推广应用。

## 【参考文献】

[1] Shapiro F. Eye movement desensitization and reprocessing: basic

principles, protocols, and procedures [M]. New York: Guilford, 2002:117-121.

[2] 吕秋云,钱铭怡. EMDR 在中国的发展历程[J]. 西华大学学报:哲学社会科学版,2010,29(5):1-2,20.

[3] 何 侃. 震灾后儿童心理重建的复杂性与长效机制[J]. 现代预防医学,2008,35(23):4625-4627,4630.

[4] 李 宁,宋梓祥,李光耀,等. 催眠治疗地震后心理应激反应 21 例[J]. 东南国防医药,2009,11(2):157-159.

[5] 王 爽,张泽良,贺婧菲. 儿童地震灾害创伤后应激障碍的心理干预策略初探[J]. 沙洋师范高等专科学校学报,2009,10(1):73-77.

[6] Maxfield L, Hyer L. The relationship between efficacy and methodology in studies investigating EMDR treatment of PTSD[J]. J Clin Psych, 2002, 58(1):23-41.

[7] Karatzias T, Power K, Brown K, et al. A controlled comparison of the effectiveness and efficiency of two psychological therapies for posttraumatic stress disorder: eye movement desensitization and reprocessing vs. emotional freedom techniques[J]. J Nerv Ment Dis, 2011, 199(6):372-378.

[8] 周 宁,刘 将. 眼动脱敏与再建治疗的回顾与展望[J]. 中国医疗前沿,2009,4(7):31-33.

[9] 赵冬梅. 心理创伤的治疗模型与理论[J]. 华南师范大学学报:社会科学版,2009,(3):125-129.

[10] 何江军,毛文君,杨德华,等. 灾难所致“闪回”症状的心理治疗测略[J]. 西部医学,2010,22(10):1844-1845.

(收稿日期:2011-05-26)

(本文编辑:张仲书; 英文编辑:王建东)

## · 短 篇 ·

# 野战条件下治疗急性踝关节扭伤 90 例

江 涛<sup>1</sup>, 翟文亮<sup>2</sup>, 王 津<sup>1</sup>, 俞 磊<sup>1</sup>

【关键词】 踝关节扭伤; 急性; 推拿手法; 单人; 野战

【中图分类号】 R684.7 【文献标志码】 B 【文章编号】 1672-271X(2011)06-0508-02

2008 年 3 月至 2011 年 4 月,笔者应用手法整复配合冷敷、固定、功能锻炼等治疗急性踝关节扭伤 90 例,效果满意,报告如下。

## 1 临床资料

**1.1 一般资料** 本组 90 例,男 85 例,女 5 例,年龄 18~40 岁,平均 25 岁;外踝扭伤 58 例,内踝扭伤 32 例;左踝扭伤 50 例,右踝扭伤 40 例;病程最短 1 h,最长 1 月。

作者单位: 1. 363900 福建长泰,解放军 73156 部队医院骨科; 2. 363000 福建漳州,解放军 175 医院骨科

**1.2 诊断标准**<sup>[1]</sup> ①有明确的踝部扭伤史;②扭伤部位疼痛、肿胀,或有皮下瘀斑,伴跛行;③局部压痛,若内翻扭伤者,将足做内翻动作时,外踝前下方剧痛,若外翻扭伤者,将足做外翻动作时,内踝前下方剧痛;④X 线片未见骨折,并排除踝关节外侧副韧带完全撕脱或断裂。

## 1.3 治疗方法

**1.3.1 手法治疗** 以左侧踝关节内翻型扭伤为例,踝关节冷敷 20 min 后,患者坐椅子上,术者右手扶持足跟,左手握患者足部,在对抗牵引的同时,使足部以踝关节为轴心摇动;继而实施扳压法,外踝伤者应向内翻做极度跖屈扳动,右手

(下转第 520 页)

受体的结合,抑制血管收缩和醛固酮的释放,达到降压作用。替米沙坦用药方式为每日 1 次口服,但对其用药时间没有硬性规定,我们选择上午给药可 24 h 发挥降压作用,从而更为有效地降低血压<sup>[6-8]</sup>。

## 【参考文献】

- [1] Hermida RC. Ambulatory blood pressure monitoring in the prediction of cardiovascular events and effects of chronotherapy: rationale and design of the MAPEC study [J]. *Chronobiol Int*, 2007, 24 (4):749-775.
- [2] Matavelli LC, Huang J, Siragy HM. Angiotensin AT2 receptor stimulation inhibits early renal inflammation in renovascular hypertension [J]. *Hypertension*, 2011, 57 (2):308-313.
- [3] Gupta V, Sachdeva S, Khan AS, et al. Endothelial dysfunction and inflammation in different stages of essential hypertension [J]. *Saudi J Kidney Dis Transpl*, 2011, 22 (1):97-103.
- [4] 黄亚莉,潘溪柳,谷威,等.健康老年人血管内皮舒张功能障碍的相关性研究[J].东南国防医药,2011,13(1):17-19.

- [5] Lee S, Park Y, Zuidema MY, et al. Effects of interventions on oxidative stress and inflammation of cardiovascular diseases [J]. *World J Cardiol*, 2011, 3 (1):18-24.
- [6] 丁军.院校教员高血压病非药物辅助治疗体会[J].东南国防医药,2010,12(5):440-441.
- [7] Chen L, Frister A, Wang S, et al. Interaction of vascular smooth muscle cells and monocytes by soluble factors synergistically enhances IL-6 and MCP-1 production [J]. *Am J Physiol Heart Circ Physiol*, 2009, 296 (4):987-996.
- [8] Zhang H, Park Y, Wu J, et al. Role of TNF- $\alpha$  in vascular dysfunction [J]. *Clin Sci*, 2009, 116 (3):219-230.
- [9] Samavat S, Ahmadpoor P, Samadian F. Aldosterone, hypertension, and beyond [J]. *Iran J Kidney Dis*, 2011, 5 (2):71-76.
- [10] 王均生,刘地川.盐酸贝那普利对原发性高血压患者 TNF- $\alpha$  和 IL-6 水平的影响 [J]. *中国老年学杂志*, 2011, 31 (6):1049-1050.

(收稿日期:2011-08-09;修回日期:2011-10-08)

(本文编辑:张仲书; 英文编辑:王建东)

(上接第 508 页)

拇指于踝关节外侧间隙向内按压移位处,左手使踝关节进行缓慢屈伸活动,并且牵拉,逐渐外旋踝关节并背伸,当牵动患足踝关节至 90°时,左手发力向后推,可听到骨回位时的“咔嚓”声。检查踝关节位置关系正常、局部压痛减轻或消失表明手法成功。外翻型取坐位,医者在踝关节内侧间隙上按压,方法同上。

**1.3.2 固定方法** 患者保持踝关节 90°,先用绷带在内外踝上方小腿缠绕 3 圈,注意松紧适当,绕过踝前、足中部和内外踝缠绕,呈“8”字型数圈将踝关节捆绑。隔天复查 1 次,检查绷带固定松紧,进行适当调整,达到松紧适宜<sup>[2]</sup>。

**1.3.3 功能锻炼** 踝关节肿痛减轻后,即应在“8”字绷带固定下着地行走或扶拐行走(需脚跟先着地),1~2 周后可进行肌肉力量和协调性练习,沙地上慢跑或在凹凸的斜面上齐步走或跑步练习,4 周后逐步进入正规训练。

## 1.4 治疗结果

**1.4.1 疗效标准<sup>[1]</sup>** 治愈:疼痛、肿胀消失,功能完全恢复正常;显效:疼痛、肿胀明显减轻,劳累后偶出现,功能基本正常;有效:疼痛、肿胀减轻,功能受限,行走功能尚正常;无效:疼痛、肿胀仍较明显,行走功能受限,需扶行。

**1.4.2 疗效评定** 治疗 1 疗程(4 周),随访 1~9 个月,按疗效标准治愈 75 例,占 83.33%;显效 14 例,占 15.56%;有效 1 例,占 1.11%。

## 2 讨论

**2.1 踝关节扭伤原因** 在高低不平的地面跳跃,不慎踏入地面凹陷处,或者单兵战术训练中反身卧倒,容易发生此种损伤。有的穿着鞋跟外侧磨损严重的鞋子训练,增加了踝内翻、内收位损伤的可能<sup>[3]</sup>。

**2.2 踝关节扭伤的早期处理** 踝关节新鲜扭伤可立即冷

敷,或向局部喷射冷冻剂(氯乙烷)。手法治疗前,先把患者扭伤的踝关节冷敷 20 min,然后间断性冷敷持续到伤后 24 h 甚至 48 h,在野外可取深井水或背荫地岩泉水进行冷敷,以便于控制局部毛细血管出血、渗出肿胀。在冬季自来水温度略高于外界气温,用自来水冲的方法达不到冷敷,最好使用凉水或冰块冷敷<sup>[4]</sup>。

**2.2 理筋整复手法的优越性** 本手法的优点:单人操作,术者对踝关节的滑动感会更强,安全性高,力度容易把握,使之恢复正常的负重力线,达到新的平衡<sup>[5]</sup>。该法对基层日常训练伤和野战条件下的救治,具有简单方便、适宜开展的优势。基层军医容易掌握,能够简单操作、迅速起效,避免手术或者恢复不良引起的再次受伤。结合简单的“8”字绷带固定,可以使效果更好。本组 90 例中,采用理筋整复手法,其中 75 例得到治愈,14 例显效,1 例有效,早期治疗好转率达到 100%。但是 14 例因 4 周内过早的进行了正规训练,1 例因 1 月内再次发生相同的部位扭伤,而致后期恢复效果欠佳。

## 【参考文献】

- [1] 国家中医药管理局.中医病证诊断疗效标准[M].南京:南京大学出版社,1994:189-190,198-199.
- [2] 林应强,吴山,马友盟.挤压手法治疗急性踝关节扭伤 60 例疗效观察[J].*中医正骨*, 2000, 12 (7):21-22.
- [3] 于晓华,周仲贤.濒海军事训练医学[M].北京:人民军医出版社,2005:399.
- [4] 宋剑君.针药结合治疗踝关节急性损伤 76 例[J].*四川中医*, 2001, 19 (10):68.
- [5] 尹春英,曹中兵,伊友明.浅析推拿手法治疗踝关节扭伤的机理[J].*时珍国医国药*, 2006, 17 (2):283-284.

(收稿日期:2011-05-03;修回日期:2011-06-24)

(本文编辑:黄攸生)