

## · 临床经验 ·

## 针灸联合刺络拔罐治疗踝关节扭伤的疗效观察

陈功荣<sup>1</sup>, 涂周林<sup>1</sup>, 王远德<sup>2</sup>

〔摘要〕 目的 观察针灸联合刺络拔罐治疗急性踝关节扭伤的效果。方法 选择急性踝关节扭伤 102 例,随机分为观察组和对照组各 51 例;观察组采用 24 h 内针灸加刺络拔罐,24 h 后热敷处理;对照组采用常规 48 h 内冷敷、48 h 后热敷及关节制动处理。结果 观察组 24 h、48 h 及 2 周后总有效率显著高于对照组( $P < 0.05$  或  $P < 0.01$ )。结论 急性踝关节扭伤后采用针灸联合刺络拔罐能够显著提高临床疗效。

〔关键词〕 踝关节;扭伤;针灸;刺络拔罐

〔中图分类号〕 R274 〔文献标志码〕 B doi:10.3969/j.issn.1672-271X.2014.05.030

踝关节是人体在运动中的主要负重关节,易受到损伤。踝关节扭伤的发生率约占所有运动损伤的 40%,是临床常见的一种运动伤。伤后踝关节疼痛、肿胀、活动受限,严重影响患者正常工作、训练和生活。尽早采取有效治疗措施,是避免出现踝关节失稳及后期持续性疼痛的重要手段<sup>[1]</sup>。虽然踝关节扭伤后进行早期冷敷制动的常规治疗有一定效果,但恢复时间较长,对患者和医生都带来一定压力。我们对解放军 174 医院 2010 年 12 月–2014 年 2 月收治的 102 例急性踝关节扭伤患者施以针灸刺络拔罐治疗的效果进行对比观察。现分析报告如下。

## 1 对象和方法

1.1 对象 急性踝关节扭伤 102 例,男 64 例,女 38 例,年龄 16~45 岁。均有明确外伤史,伤后就诊时间 30 min~20 h。诊断标准:①明确扭伤史,疼痛,常不能负重行走;②检查伤侧踝关节肿胀,局部压痛,可有瘀斑,关节活动度受限;③X 线检查排除骨折、韧带完全断裂、关节脱位等严重损伤。损伤分级<sup>[2]</sup>:Ⅰ度损伤为踝关节韧带未损伤,局部轻度肿胀与疼痛,压痛点明显,行走时疼痛加剧;Ⅱ度损伤为踝关节韧带部分撕裂,疼痛及压痛较明显,皮下瘀血,局部肿胀;Ⅲ度损伤为踝关节韧带完全断裂,局部疼痛、肿胀明显,皮下广泛瘀血。本组病例均为Ⅰ度或Ⅱ度损伤,随机分为观察组和对照组各 51 例,两组在性别、年龄、伤情等方面比较差异无统计学意义( $P > 0.05$ ),具有可比性。

1.2 治疗方法 ①观察组:伤后 24 h 内,针灸踝关

节扭伤对侧腰痛痛点,行针得气后嘱患者行走几步,患者自觉局部疼痛减轻后,常规皮肤消毒,梅花针叩刺肿痛部位 5~6 下至有少许血液渗出,再用火罐拔吸,此时血液渗出更明显,数分钟后渗出的血液变为紫黑色凝血块,留置 10~15 min 后取罐,擦去血水,再次皮肤消毒,并取针。患者症状若无明显缓解,第 2 日重复上述治疗。次日患者自行局部热敷,1~2 次/d,20 min/次,1 周为 1 个疗程,嘱患者禁止剧烈运动和负重行走 4 周。②对照组:伤后 48 h 内局部冷敷,2~3 次/d,60 min/次,关节固定 2 周,48 h 后改局部热敷,2~3 次/d,20 min/次,1 周为 1 个疗程,嘱患者禁止剧烈运动和负重行走 4 周。两组治疗期间的 24 h、48 h、2 周后均详细记录局部疼痛、肿胀、关节活动等内容。

1.3 疗效评定 ①治愈:疼痛、肿胀完全消失,关节活动功能恢复正常;②显效:疼痛、肿胀明显减轻,踝关节活动功能大部分恢复;③有效:疼痛、肿胀有所减轻,踝关节活动功能有少许恢复;④无效:治疗前后无变化或进一步加重。总有效率 = [(治愈 + 显效 + 有效) ÷ 本组所有统计病例数] × 100%。

1.4 统计学处理 采用 SPSS 13.0 软件包进行统计学处理,定性数据以率(%)表示,组间比较采用  $\chi^2$  检验, $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

观察组 24 h、48 h 及 2 周后总有效率显著高于对照组( $P < 0.05$  或  $P < 0.01$ ,表 1)。

## 3 讨论

踝关节扭伤是指踝关节部位韧带、肌腱、关节囊等软组织损伤引起的以踝关节肿胀、疼痛,甚至活动

作者单位: 1. 361100 福建厦门,解放军 73116 部队卫生队;  
2. 361003 福建厦门,解放军 174 医院康复理疗科

表 1    两组急性踝关节扭伤患者临床疗效比较[*n*(%) ]

组别	时间	治愈	显效	有效	无效	总有效率
观察组 ( <i>n</i> = 51)	24 h	5(9.8)	23(45.1)	19(37.3)	4(7.8)	47(92.2) **
	48 h	7(13.7)	34(66.7)	6(11.8)	4(7.8)	47(92.2) **
	2 周	35(68.6)	12(23.5)	3(5.9)	1(2.0)	50(98.0) *
对照组 ( <i>n</i> = 51)	24 h	0(0)	1(2.0)	4(7.8)	46(90.2)	5(9.8)
	48 h	0(0)	2(3.9)	5(9.8)	44(86.3)	7(13.7)
	2 周	3(5.9)	30(58.8)	15(29.4)	3(5.9)	48(94.1)

注:与对照组同期比较,\**P* < 0.05,\*\**P* < 0.01

受限为主要表现的一种疾病<sup>[3]</sup>。中医称本病为“踝缝伤筋”,其发生与足部运动用力过猛或不当等因素有关。本病病位在踝部筋络,基本病机是经气运行受阻、气血壅滞<sup>[4]</sup>。按照中医“下上对应”、“左右对应”的原则,一侧踝关节扭伤取对侧腰痛点,属经外奇穴,主要作用是舒筋通络、化瘀止痛,针刺本穴能迅速缓解踝关节扭伤后所致疼痛,减少炎症介质释放,减轻炎症反应<sup>[5]</sup>,并在留针期间配合患肢的缓慢活动可达到较好的疗效。刺络拔罐法具有活血化瘀、消肿止痛的作用<sup>[6]</sup>。《灵枢九针十二原》曰:“凡用针者,虚则实者,满则泻之,菀陈则除之,邪盛则虚之。”刺络放血拔罐可气血通畅,消肿止痛,达到治疗效果<sup>[7]</sup>。本文病例观察证实,急性踝关节扭伤后立即采用针灸联合刺络拔罐治疗,镇痛、消肿,早期关节活动功能恢复效果显著,2 周后总体疗效也优于常规疗法,值得推广。但在操作中要注意:①严格皮肤和器械消毒,以防感染;②体质虚弱,有出血倾向者慎用;③针刺手法要快、准、轻,不宜刺入过深;④不宜过早长时间行走活动或负重,建议 2 周后

逐渐恢复关节活动功能<sup>[8]</sup>。

【参考文献】

[1] 李涛锁,杜 予. 踝关节扭伤早期冷敷的临床疗效观察[J]. 人民军医,2014,57(1):37-38.

[2] 陈孝平. 外科学(下册)[M]. 2 版. 北京:人民卫生出版社,2010:972.

[3] 刘世敏,高 明. 伤骨科疾病针灸手册[M]. 上海:上海中医药大学出版社,2004:141

[4] 王 华,杜元灏. 针灸学[M]. 3 版. 北京:中国中医药出版社,2012:308.

[5] 陈建国,汤远林. 火针治疗急性踝关节扭伤 62 例[J]. 人民军医,2007,50(12):754.

[6] 孙泽军,时万杰,康振军. 针灸联合刺络拔罐治疗带状疱疹后遗神经痛 30 例[J]. 中国民间疗法,2010,18(10):26.

[7] 史光霞. 刺络放血和拔罐疗法举隅[J]. 中国民间疗法,2010,18(10):29.

[8] 江 涛,翟文亮,王 津,等. 野战条件下治疗急性踝关节扭伤 90 例[J]. 东南国防医药,2011,13(6):508,520.

(收稿日期:2014-05-11;修回日期:2014-06-24)

(本文编辑:张仲书)

(上接第 528 页)

【参考文献】

[1] 黄选兆. 实用耳鼻咽喉头颈外科学[M]. 2 版. 北京:人民卫生出版社,2007:947-948.

[2] 李 静. 周围性面瘫分 4 期针灸治疗的效果观察[J]. 甘肃中医,2007,20(6):55-56.

[3] 王维治. 临床神经病学[M]. 北京:人民卫生出版社,2005:296.

[4] 中华耳鼻咽喉头颈外科杂志编辑委员会. 面神经功能评分标准[J]. 中华耳鼻咽喉头颈外科杂志,2006,41(1):22-24.

[5] 吴 江. 神经病学[M]. 2 版. 北京:人民卫生出版社,2010:118-119.

[6] 朱秋霞,李黄彤. 特发性面神经麻痹的综合康复治疗[J]. 东南国防医药,2004,6(5):362-363.

[7] 靳长旭. 针刺补泻论——针以调气[J]. 针灸临床杂志,2005,21(2):6-8.

[8] 李 鼎. 针法玄机口诀多——杨继洲的针法理论与应用[J]. 上海中医药杂志,1994(4):37-40.

[9] 张海生,王云琳,高光华. 智能型呼吸补泻仪研究报告[J]. 中国针灸,2004,24(1):43-45.

[10] 王云琳. 呼吸补泻仪治疗疼痛、麻木病 120 例疗效观察[J]. 中国针灸,2002,22(4):277-278.

[11] 于淑英,王亚平,谢 伟. 周围性面神经麻痹 109 例心理行为变化分析[J]. 人民军医,2012,55(1):59-60.

[12] 王文远. “凡刺之真,必先治神”是针刺的核心[J]. 中国针灸,2009,29(2):87-90.

(收稿日期:2014-06-09;修回日期:2014-07-12)

(本文编辑:张仲书)