

## 浅谈放血疗法治疗腰扭伤

崔宾 赵亚军 赵春满 金冰

**【摘要】** 放血疗法治疗急性腰扭伤效果显著,本文通过梳理近现代文献,总结放血疗法治疗急性腰扭伤所选针具多为三棱针、梅花针、针刀、火针,选穴多为手三里穴、委中穴、人中穴、后溪穴、养老穴、腰痛穴、腰阳关穴等,有的医家认为针刀或三棱针刺络放血疗法较适合于急性腰扭伤的早期治疗,有的医家则认为梅花针更为有效。

**【关键词】** 放血疗法; 刺血疗法; 急性腰扭伤

**【中图分类号】** R246 **【文献标识码】** A doi:10.3969/j.issn.1674-1749.2016.06.025

放血疗法,又称刺血疗法、刺络疗法,是在中医基础理论指导下,用针具刺入人体特定的穴位和特定部位的浅表血管,通过放血达到治疗疾病的一种疗法<sup>[1]</sup>。放血可以疏通经络中壅滞的气血,协调虚实,调整脏腑功能紊乱,使气滞血瘀的病理变化恢复正常,从而达到治疗作用。

### 1 放血疗法的源流

放血疗法的产生可追溯至远古的石器时代,早在“以砭为针”的年代里,就有在患部砭刺放血,治疗某些疾病的说法。《黄帝内经》中有关于放血疗法最早的文字记载,如“络刺者,刺小络之血脉也”,并明确地列举了放血疗法的治疗病证。至唐宋时期,放血疗法应用已比较广泛,成为中医大法之一。如《新唐书》中记载了御医用头顶放血疗法,治疗唐高宗的“头眩不能视症”。金元时期,张子和推崇使用放血疗法,认为针刺放血攻邪最捷,从其著作《儒门事亲》中的针灸医案可见,多是针刺放血取效。明清时期,放血疗法得到进一步发展,所用针具也更为多样,如将三棱针分为粗、细两种,切合临床应用。放血疗法的治疗病症也更为广泛,如叶天士用放血疗法治疗喉科疾病。

急性腰扭伤是腰部肌肉、筋膜、韧带等软组织因外力作用突然受到过度牵拉而引起的急性撕裂伤,常发生于搬抬重物、腰部肌肉强力收缩时<sup>[2]</sup>。本病由在不正确姿势下扛抬或搬运重物时,用力不当而伤力、扭转、牵拉或失足跌倒和受外界暴力碰撞等所致。急性腰扭伤较重者,随即发生腰部剧痛,压痛明显,活动不便,坐、卧、翻身均致困难,甚至不能起床,连咳嗽、深呼吸都感到疼痛加重,俗称“闪腰”。中医治疗急性腰扭伤以活血祛瘀、通络止痛为原则,而放血疗法本身具有舒通经络、活血化瘀、消肿止痛的作用,是急性腰扭伤早期首选的疗法之一,现对放血疗法治疗急性腰扭伤进行探

讨分析如下。

### 2 应用不同器材进行放血治疗急性腰扭伤

放血疗法治疗急性腰扭伤所用针具简单,常用的不过四种,且根据不同的条件,因人、因证、因部位选择应用。

#### 2.1 三棱针

三棱针针柄粗,呈圆柱形,针身呈三棱形,针尖锋利,三面有刃,是最为常用的刺络放血工具,其针刺方法多为点刺、散刺和泻血,主要用于浅表静脉泻血之用。《黄帝内经》曰“血实宜决之,菀陈则除之”,针对急性腰扭伤的病机,治疗多以活血化瘀、消肿止痛为主,常用散刺法,如惠秀杰等<sup>[3]</sup>、吴义才<sup>[4]</sup>用三棱针点刺委中穴放血治疗急性腰扭伤,效果明显。

#### 2.2 梅花针

梅花针又名皮肤针、七星针,由多支短针组成,为丛针浅刺法。中医认为皮肤与脏腑经络关系密切,可通过运用梅花针叩刺人体一定部位或穴位,来激发调节脏腑经络功能,从而达到治疗疾病的目的。其治疗特点为针刺面积大、针感较强、但针刺深度浅。袁桥妹等<sup>[5]</sup>用梅花针叩刺腰阳关穴区放血治疗急性腰扭伤,活血化瘀、祛瘀生新、消肿止痛的作用明显。郑莉等<sup>[6]</sup>用梅花针叩刺阿是穴、委中穴加拔罐穴位放血疗法治疗急性腰扭伤。

#### 2.3 火针

《内经》称为“粹刺”或“燔针刺”,此法操作时,先将火针烧热,然后快速刺入施术部位,并迅速退出,让血液流出,待颜色由深变浅后,止血消毒。是一种火针与放血相结合的疗法,具有两者的双重优点,临床疗效较佳。王金祥等<sup>[7]</sup>用火针委中放血治疗急性腰扭伤疗效显著。

#### 2.4 针刀

针刀是在传统针灸工具的基础上演变而成的一种针具,针身较普通毫针粗,针尖为狭窄的刀刃。杨东亮等<sup>[8]</sup>用小针刀针刺委中放血疗法治疗急性腰扭伤,发现小针刀刀刃较三棱针宽,刺委中放血能够更加顺利地排出瘀血,因此,治疗

作者单位: 102208 北京市昌平区中西医结合医院骨一科

作者简介: 崔宾(1970-),本科,副主任医师。研究方向: 中西医结合脊柱外科,创伤骨科。E-mail: cuibin0312@sina.com

有效率高。此外,小针刀既具有传统针刺疗法的优势,还结合了现代医学中的手术松解法,将刀深入到病变部位,对病变组织直接进行锐性切割,能够减轻病变组织因修复过程中局部造成高压所产生的胀痛感。

### 3 放血疗法的穴位选择

在临床上放血疗法针刺必须以脏腑经络学说为依据,辨证施治,循经取穴,确定合理的腧穴配方和血管病变部位,施以熟练的针刺方法,才得以奏效。总结中医古文献记载和历代医家经验,中医针刺放血治疗急性腰扭伤选穴多有以下几种。

#### 3.1 手三里穴

属手阳明大肠经,在前臂背面桡侧,当阳溪穴与曲池穴连线上,肘横纹下 2 寸。手阳明经与足太阳经脉交会于督脉的大椎穴,通过针刺手三里穴,可以疏通手阳明经与足太阳经气血运行,使腰部经脉通畅,“通则不痛”,以此来治疗急性腰扭伤。正如《针灸甲乙经》中记载:“腰痛不得卧,手三里主之。”郭瑞兰<sup>[9]</sup>运用针刺手三里穴及腰部痛点放血治疗急性腰扭伤 75 例,取得良好疗效。

#### 3.2 委中穴

属足太阳膀胱经,在腘横纹中点,当股二头肌腱与半腱肌肌腱的中间。徐强<sup>[10]</sup>临床观察发现,近 95% 的急性腰扭伤患者在患侧对侧下肢腘窝处的皮下,出现树枝状细线大小的络脉,似眼球结膜络脉,为经脉不通,气血瘀阻所致。委中穴是膀胱经合穴,四总穴歌概括“腰背委中求”,为治疗腰背疾患要穴,委中穴别名血郄,为血之郄穴,善治疗血分疾病,刺络拔罐此穴能疏通太阳膀胱经的气血,活血化瘀,通经止痛。黄乃好等<sup>[11]</sup>、蒋又祝等<sup>[12]</sup>用三棱针点刺委中穴放血治疗急性腰肌扭伤效果明显。

#### 3.3 人中穴

人中穴在鼻人中沟上 1/3 与中 1/3 交点处,中医认为督脉及膀胱经被损伤的瘀血所阻,至经气不通,不通则痛。“人中”为督脉的腧穴,有祛风清热,调和阴阳,醒脑开窍,回阳救逆,镇静安神,活络止痛之功,强通督脉的作用。

#### 3.4 后溪穴

后溪穴属于手太阳小肠经,在小指掌指关节后外侧,握拳时掌侧横纹尽头处。“后溪”又为八脉交会穴之一,通入督脉,可治疗督脉病,同时手太阳小肠经与足太阳膀胱经为异经同名之脉,两脉“异体同心”互为关联。所以针刺“后溪”能通调脊背部的膀胱经和督脉之气血,从而达舒筋活络、化瘀止痛的目的。

#### 3.5 养老穴

养老穴属于手太阳小肠经,手太阳小肠经通足太阳膀胱经,并交会于督脉;养老穴又是手太阳小肠经的郄穴,郄穴功善于急性疼痛症的治疗,手太阳经与足太阳经为同名经,两经脉气相通,取其同气相求之意,故泻本穴以疏通太阳经气,蠲痹止痛,配合委中穴放血可共奏疏通经络、活血祛瘀、蠲痹止痛之效,达到通则不痛之目的。许建军<sup>[13]</sup>、徐明辉<sup>[14]</sup>针

刺养老穴,配合委中穴放血,治疗急性腰扭伤,有非常好的效果。

#### 3.6 腰痛穴

腰痛穴为经外奇穴,在手背侧,手背腕横纹前 1.5 寸,第二伸指肌腱桡侧,当第 2、3 掌骨及第 4、5 掌骨之间,当腕横纹与掌指关节中点处,一侧 2 穴,左右共 4 穴。根据十二经脉的循行走向,手是经脉之气生发布散之处,人体脏腑器官在手上都有其相应的反应点。第二掌骨桡侧为手阳明大肠经所过之处,亦为十二经脉气流注之所,针刺能治疗全身多种疾病,急性腰伤亦在其中。邓海霞<sup>[15]</sup>、郑宏立<sup>[16]</sup>针刺手部腰痛穴、委中放血,治疗急性腰扭伤,疗效显著。

#### 3.7 其他穴位

治疗急性腰扭伤,还会选取其他相关穴位,如腰阳关穴,腰阳关属督脉,腰部后正中中线第 4 腰椎棘突下凹陷中,两髂嵴高点在腰部连线的中点下方可触及一凹陷处,按压有酸胀感,即为此穴。

### 4 放血疗法的放血量

关于针刺放血的出血量多少,早在《内经》中就有记载,如“出血如大豆”“见赤血而已”等,此为出血量少。而在张子和的《儒门事亲》中可见“出血二杯”等,可知有的医家在用针刺放血治疗疾病时放血量多。现代针刺放血治病的出血量多少,应根据病人的体质、病情、部位来决定,须灵活应用。

在现代文献中,针刺放血治疗急性腰扭伤的放血量不尽相同,但总的来看出血量较少。如易庆颖<sup>[17]</sup>右手持三棱针刺于委中穴之络脉上,放出血液 2~3 mL,多者可至 5~10 mL。久里拉<sup>[18]</sup>用三棱针点刺腰扭伤同侧委中穴放血 2~3 滴即可。钱修波<sup>[19]</sup>用三棱针于双侧委中穴快速点刺 3~5 下,深度为 0.5~1 分,出血约 5~10 mL。张光磊<sup>[20]</sup>对压痛点刺 1 针~3 针,吸出血液 3~5 mL。华洪<sup>[21]</sup>采用三棱针针刺委中穴放血,放血 2~5 mL。

### 5 当代各医家对放血疗法的认识异同

蒋良英<sup>[22]</sup>认为急性腰扭伤为新病,多实多瘀,放血疗法为针灸泻法中的一种,在临症治疗时将三棱针放血和毫针针刺作对比研究,发现治疗急性腰扭伤用三棱针放血比用毫针针刺效果更好。

张勇等<sup>[23]</sup>研究三棱针、针刀和梅花针三种刺血疗法在急性腰扭伤早期治疗中的作用,通过临床观察针刀放血,发现针刺深度不仅能够直达病所,在放血效果与通络止痛效果上,与三棱针无明显差异。而梅花针的针刺深度浅,仅能达到真皮层,其作用机制多以调节经络、脏腑功能为主,其活血化瘀、消肿减压效果稍弱,对急性腰扭伤早期治疗逊色于针刀或三棱针刺络放血。

有的医家却认为传统的三棱针放血疗法刺激颇强,刺后针孔较大,放血量一般仅数滴,而梅花针对机体的刺激性较三棱针小,可连续叩刺,再加之留罐,不但可加强出血力度,

又可起祛风通络、活血化瘀之功<sup>[24]</sup>,放血量可达数十毫升,可足量排除瘀血,加快循环,旺盛代谢,使受损组织和神经重新修复。

放血疗法治疗急性腰扭伤不宜作为常规、长期治疗方法,可每天或隔天一次,如治疗 3~5 次仍不见效者,应考虑其他治疗方法,以免延误其治疗。

## 6 结语与展望

西医认为,急性腰扭伤是因外力或自身用力不当而引起的腰部肌肉、韧带等软组织损伤所致的无菌性炎症反应。扭伤时,不仅肌肉、韧带等软组织损伤,肌肉筋膜也会出现挛缩性反应。部分医家会通过利用穴位注射,在治疗时将麻醉、镇痛等药物注入有关穴位、痛点、患处及神经相关处,使药效直接作用于患处,从而缓解肌肉痉挛,促进炎症水肿的吸收,达到治疗目的。如施莱<sup>[25]</sup>、张莉等<sup>[26]</sup>、于庆等<sup>[27]</sup>用放血疗法与穴位注射配合治疗急性腰扭伤,效果显著。

针对急性腰扭伤的治疗,不同的治疗方法具有不同的治疗作用,如拔罐疗法既能使气血相对向局部集中,又能将患处的瘀血带出体外。刘洪宾<sup>[28]</sup>对确诊的 160 例急性腰扭伤患者采用针刺走罐配合刺络放血治疗,结果显示总有效率为 99%。局部的推拿可起到松解肌肉,活血化瘀,调整错缝,温通经络等目的。袁世锋<sup>[29]</sup>强调用针刺、推拿、放血综合治疗急性腰扭伤,有立竿见影的效果。季海夺<sup>[30]</sup>用委中放血配合腰部斜扳法治疗急性腰扭伤,在治疗中有效且安全。音频电疗法则具有解痉止痛、疏通经络,促使组织再生,起到消炎镇痛的效果。李静<sup>[31]</sup>运用针刺放血加音频综合治疗急性腰扭伤,疗效显著。

数种疗法综合应用,使本来独立的治疗方法在综合运用过程中各占一个环节,使其互相补充,发挥协同疗效,所以能收到事半功倍之效。潘路平等<sup>[32]</sup>采用委中穴放血联合腰丛阻滞治疗急性腰扭伤。赵阳<sup>[33]</sup>针刺取穴天柱、委中、阿是穴(腰臀部压痛点),结合拔罐刺络放血疗法和动针方法综合治疗急性腰扭伤,应手而愈。卢韵琦等<sup>[34]</sup>用耳穴刺络放血配合腰背部刮痧治疗急性腰扭伤。郑衍庆<sup>[35]</sup>检索 CNKI、维普、万方、PubMed、the Cochrane library 数据库中关于放血疗法治疗急性腰扭伤的相关文献,进行 Meta 分析得出结论:放血疗法的联合运用在急性腰扭伤的临床治疗作用优于单用针灸推拿或消炎止痛药的治疗。

综上所述,从安全、有效性考虑,放血疗法的联合运用是当前保守治疗急性腰扭伤值得提倡的一种有效方法。

## 参 考 文 献

- [1] 伦新,陈肖云. 刺血疗法[M]. 北京:中国医药科技出版社, 2012:2.
- [2] 卫中庆,汪宝林. 外科临床处方手册[M]. 江苏:江苏科学技术出版社,2015:478.
- [3] 惠秀杰,侯利. 委中穴点刺放血拔罐治疗急性腰扭伤[J]. 中国社区医师(医学专业),2011,13(8):139.
- [4] 吴义才. 委中穴点刺放血治疗急性腰扭伤 21 例[J]. 安徽中医学院学报,1988,(2):43.
- [5] 袁桥妹,洪恩四,汪文强. 腰阳关穴区放血治疗急性腰扭伤 25 例[J]. 中国中医药现代远程教育,2015,13(17):86-87.
- [6] 郑莉,张梅. 梅花针放血疗法治疗急性腰扭伤 80 例[J]. 中国中医药现代远程教育,2011,9(8):38.
- [7] 王金祥,石永林. 火针委中放血治疗急性腰扭伤疗效分析[J]. 黑龙江中医药,1966,(6):36-37.
- [8] 杨东亮,梁鸿富. 小针刀针刺委中放血治疗急性腰扭伤 62 例临床观察[J]. 中国民族民间医药,2016,25(12):101-102.
- [9] 郭瑞兰. 针刺放血治疗急性腰扭伤 75 例[J]. 新中医,1996,(10):37-43.
- [10] 徐强. 刺血疗法治疗急性腰扭伤 38 例[J]. 中国社区医师(综合版),2005,(11):62.
- [11] 黄乃好,汪克明. 委中放血治疗急性腰肌扭伤 100 例[J]. 中医外治杂志,2006,15(4):15.
- [12] 蒋又祝,伊带香,丁向荣,等. 针刺放血治疗急性腰扭伤 55 例[J]. 人民军医,2004,47(9):557.
- [13] 许建军. 针刺养老配委中放血治疗急性腰扭伤 32 例[J]. 天津中医,2001,18(3):35.
- [14] 徐明辉. 针刺养老穴为主配合委中穴拔罐放血治疗急性腰扭伤 78 例[C]//2016 全国慢性病治疗论坛论文集,2016:106.
- [15] 邓海霞. 针刺手穴配合委中放血治疗急性腰扭伤 28 例之体会[J]. 井冈山医学专学报,2002,9(1):59-60.
- [16] 郑宏立. 放血结合针刺治疗急性腰扭伤 48 例疗效观察[J]. 北京中医药,2014,(6):448-449.
- [17] 易庆颖. 针刺配合委中放血治疗急性腰扭伤 40 例[J]. 针灸临床杂志,2007,23(12):8.
- [18] 久里拉. 放血配合拔罐治疗急性腰扭伤 45 例[J]. 中国针灸,2007,27(1):30.
- [19] 钱修波. 放血疗法治疗急性腰扭伤[J]. 中医药信息,2003,20(6):49.
- [20] 张光磊. 放血疗法治疗急性腰扭伤[J]. 中医外治杂志,2003,12(6):42-43.
- [21] 华洪. 针刺后溪穴结合委中放血治疗急性腰扭伤临床观察[J]. 中国中医急症,2013,22(2):322-323.
- [22] 蒋良英. 针刺放血治疗急性腰扭伤 75 例[J]. 中国现代医生,2009,47(4):76-78.
- [23] 张勇,刘月栓. 三种刺络放血疗法治疗急性腰扭伤对比研究[J]. 中国疗养医学,2014,(2):144-146.
- [24] 朱惠玲. 针罐合用治疗急性腰扭伤 106 例[J]. 陕西中医,2009,30(6):722.
- [25] 施莱. 委中放血与局部封闭治疗急性腰扭伤 36 例[J]. 中国中医急症,2009,18(11):1894-1895.
- [26] 张莉,韩力辉,王淑珍. 皮部放血结合穴位注射治疗急性腰扭伤 26 例[J]. 陕西中医,2013,34(5):590-591.
- [27] 于庆,卢尚卓. 穴位注射配合放血治疗急性腰扭伤 53 例[J]. 吉林医药学院学报,2007,28(3):161.
- [28] 刘洪宾. 针刺走罐配合刺络放血治疗急性腰扭伤 160 例[J]. 河南中医,2011,31(1):74-75.
- [29] 袁世锋. 针刺、推拿、放血综合治疗急性腰扭伤[C]//广东省

- 针灸学会第十次学术交流会论文汇编,2007:3.
- [30] 季海夺. 委中放血配合腰部斜扳法治疗急性腰扭伤的疗效观察[J]. 中国社区医师(医学专业半月刊), 2009, 11(16):143.
- [31] 李静. 针刺放血加音频综合治疗急性腰扭伤[C]//创新驱动与转型发展—青岛市第十一届学术年会论文集,2013:2.
- [32] 潘路平,杨瑜. 委中穴放血联合腰丛阻滞治疗急性腰扭伤的临床观察[J]. 浙江中医杂志,2016,51(1):55-56.
- [33] 赵阳. 拔罐刺络放血治疗急性腰扭伤[J]. 辽宁中医药大学学报,2011,(11):195-196.
- [34] 卢韵琦,金瑞芬,王洁. 耳穴刺络放血配合腰背部刮痧治疗急性腰扭伤的疗效观察[J]. 护理与康复,2015,14(1):72-74.
- [35] 郑衍庆. 放血疗法对急性腰扭伤临床治疗作用的 Meta 分析[J]. 江西中医药大学学报,2016,28(4):54-57.

(收稿日期: 2016-12-09)

(本文编辑: 禹佳)