

中医“治未病”理论在颈肌型颈椎病 防治中的应用体会

梁浩浩¹ 杨利学²

(1. 陕西中医药大学, 陕西 咸阳 712046; 2. 陕西中医药大学附属医院, 陕西 咸阳 712046)

摘要:“治未病”最早源自于《黄帝内经·素问》,文中提到:“圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱,此之谓也。夫病已成而后药之,乱已成而后治之,譬犹渴而穿井,斗而铸锥,不亦晚乎”。随着信息化时代的发展,颈椎病的发病率逐年上升,且呈年轻化趋势,成为影响国人生活质量的疾病之一。因此,预防和保健在今天已经上升为医学的主流,这也恰恰回归于中医学“治未病”的基本思想。本文通过参阅大量文献资料,结合“治未病”理论将颈肌型颈椎病的防治概括为提早预防,有病早治,瘥后防复等三个层面,为颈椎病的防治提供了借鉴。

关键词: 治未病; 颈肌型颈椎病; 预防治疗; 应用体会

中图分类号: R242 **文献标识码:** A **文章编号:** 1672-0571(2017)05-0084-03

DOI: 10.13424/j.cnki.mtcm.2017.05.032

颈肌型颈椎病是临床常见病、多发病,是早期的退行性颈椎病,也是各型颈椎病共同的早期表现,临床上又称韧带关节囊型颈椎病,急性发作为“落枕”。颈肌型颈椎病临床表现隐匿,病程进展缓慢,故不够引起患者的重视,或不加以预防治疗,使得病情逐渐加重。颈肌型颈椎病在中国传统医学典籍中属于“骨痹”,《素问·长刺节论》曰:“病在骨,骨重不可举,骨髓酸痛,寒气至,名曰骨痹。”即人体因久积劳损肝肾亏虚,筋骨衰退,复感风、寒、湿邪气侵袭,或长期姿势不良、外伤等导致发病^[1]。“治未病”思想是中医预防医学的精髓与核心,本文分别从预防、治疗、康复等三方面深入探讨临床中治疗颈肌型颈椎病的一些应用体会,为有效防治颈椎病提供帮助。

1 “治未病”理论的思想渊源

《素问·四气调神大论》曰“是故圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱,此之谓也。”《灵枢·逆顺》中:“上工刺其未生者也,其次,刺其未盛者也,故曰:上工治未病,不治已病”等,开创了中医预防思想之先河。经过后世医家在《内经》“治未病”的理论基础上不断继承与创新,张仲景从实践出发,将“治未病”理论与六经传变巧妙的结合起来,更加具体、系统的阐述和发展了“治未病”理论,《金匱要略》中提出:“见肝之病,知肝传脾,当先实脾”之论

断,成为后世“治未病”一大法则,一直沿用至今,对临床有重要的指导意义。唐代医学家孙思邈在《内经》“治未病”的思想之上,比较科学的将疾病分为“未病、欲病、已病”三个层次,在《千金要方·论诊候第四》中提出“古人善为医者,上医医未病之病,中医医欲病之病,下医医已病之病”的“治未病”观点。清代温病大家叶天士从温病传变的病机中总结出“务在先安未受邪之地”,再次肯定了《内经》中“治未病”的思想理论^[2]。时至今日,随着世界医学向病前状态干预和疾病防治的重心逐渐转移时,中医学“治未病”的观点对亚健康状态的调养防治表现出了得天独厚的优势和特色,得到了现代医学家的广泛认同。

2 “治未病”理论的内涵

经过几千年的历史沉淀与实践总结,中医“治未病”已经逐渐形成了比较成熟的思想内涵:就是在疾病未发生之前预先采取有效的预防或治疗措施防止疾病产生、发展的方法。“未病”,一是健康未病态,即人体处于没有任何疾病的健康状态;二是欲病未病态,即体内病理信息隐匿存在的阶段,或已经具有少数先兆症状或体征,但不足以诊断为某种疾病的亚健康状态;三是已病未传,即人体某一脏器已经出现病理变化,没有累积临近的组织、器官,没有进行性加重;四是虽然病情基本恢复,但