

退行性腰椎管狭窄症的中医药防治

刘宗玮¹ 张德宏^{2*} 毕华焱¹ 王兴盛³

(1. 甘肃中医药大学, 甘肃 兰州 730030; 2. 甘肃省中医院白银分院, 甘肃 白银 730900;
3. 甘肃省中医院, 甘肃 兰州 730050)

摘要:退行性腰椎管狭窄症是临床上导致腰痛或腰腿痛的常见病因之一,多数患者主要是因退行性腰椎管狭窄症的腰痛而去就诊。退行性腰椎管狭窄在中医上一般属于中医“痹症”“腰痛”的范畴。本病主要因外邪、肾精亏虚、脾胃虚弱、缺乏功能锻炼为主。中医药对于退行性腰椎管狭窄的防治具有独特优势,不仅延长患者的寿命,同时也增强了患者的体质健康。中医药的防治主要体现在顺应自然,调节阴阳;谨和五味,顾护脾胃;运动锻炼,疏筋柔体三个方面。

关键词:退行性腰椎管狭窄症;中医药;防治;养生

中图分类号:R274.34 **文献标识码:**A **文章编号:**1672-0571(2018)05-0099-03

DOI:10.13424/j.cnki.mtcm.2018.05.033

退行性腰椎管狭窄症是因神经根管,腰椎管变性或椎间孔狭窄引起的以椎管的有效容量减小,而导致腰腿疼痛及间歇性跛行等病症^[1],腰椎管狭窄病症中通常以老年人腰椎管狭窄为临床常见疾病,是导致老年人腰腿疼痛,日常活动受限的重要原因^[2]。因退行性腰椎管狭窄症在中医上一般属于中医“痹症”“腰痛”的范畴。而在中医文献记载腰痛又称为“腰脊痛”,在临床上主要是以自觉腰部活动受限,腰部疼痛为主症的一类疾病^[3]。许多医家也都在长期的临床实践中对于退行性腰椎管狭窄症的病因病机以及防治做出了深入的研究。通过采用中药内服联合手法治疗,手法治疗能够促进血液循环,有效缓解神经肌肉痉挛,缓解神经根周围肿胀^[4],从而缓解患者的症状。更多的中医学者对于退行性腰椎管狭窄症也采取了各自的独特的治疗理念和针对的措施。如身痛逐瘀汤,补阳还五汤,独活寄生汤等是目前临床最常用的治疗退行性腰椎管狭窄症的有效方剂^[5-7]。现就退行性腰椎管狭窄症的中医药防治做如下探析。

1 退行性腰椎管狭窄症的中医病因病机

退行性腰椎管狭窄症因属于中医“痹症”“腰痛”的范畴,许多资料与文献也都证明寒邪入侵是导致腰背部疼痛的重要病因,同时肾虚也是腰腿疼的重要内因^[8]。医者对于老年人退行性腰椎管狭

窄症都认为其根本病机在于肾虚。肾精亏虚,骨枯髓减,则容易导致老年人腰椎的退变,容易导致疾病的发生。对于退行性腰椎管狭窄症所导致的主要的腰痛症状的病因病机古今资料也有所报道。如《医宗必读·腰痛》曰:“有寒湿,有风,有热,有闪挫,有瘀血,有滞气,有痰积,皆标也。”同理,许多报道,退行性腰椎管狭窄症的腰痛与经络也有密切相关的理论。如《灵枢·经脉》指出:“膀胱足太阳之脉,腧如结,踑如裂。”经络是腰部及全身运行气血的通道,凡是能够引起腰部经络气血阻滞不通或气血虚衰无力等运行失常的致病因素,均可导致腰痛,而出现腰椎的退行性病变的临床症状,即所谓的“不通则痛,不荣则痛”之理^[9]。因此凡是寒邪,湿热,肾虚,经络阻滞等因素均可导致腰椎的退行性病变,从而导致腰痛。

2 退行性腰椎管狭窄症的中医药防治

2.1 顺应自然,调节阴阳 《素问·六节藏象论》指出:“天食人以五气,地食人以五味。五味入口,藏于脾胃,味有所藏,以养五气,气和而生,津液相成,神乃自生。”对于顺应自然,调节阴阳是中医治病及养生的一大特色,因人身的五脏六腑以及气血经脉,皆受四时六气的太过或不及而有所影响。因此凡治病者应当明天地之理,审万物之纲纪,在顺应自然,调节阴阳思想的指导下,治病也就会得

* 通讯作者:张德宏(1968-),男,教授,研究方向:中医药治疗骨伤疾病。E-mail:306269276@qq.com.