

郭氏畅气通络手法治疗顽固性网球肘临床观察

邓特伟¹, 郭程湘², 彭娟³

1. 广东省中医院, 广东 广州 510120

2. 广东省郭氏医学保健研究所, 广东 广州 510120

3. 广州中医药大学第三附属医院, 广东 广州 510240

[摘要] 目的: 观察郭氏畅气通络手法治疗顽固性网球肘临床疗效。方法: 对顽固性网球肘的患者 36 例施用郭氏畅气通络手法治疗, 疗效标准以《中医病证诊断疗效标准》拟定, 分别在治疗 2、5、10 次对患者进行相关评价。结果: 畅气通络手法治疗顽固性网球肘有效率可达 80% 以上, 总有效率方面, 治疗 10 次后与治疗 2 次后比较, 差异有统计学意义 ($P > 0.05$), 疗效随治疗次数增多而递增。结论: 郭氏畅气通络手法治疗顽固性网球肘临床疗效显著, 值得临床推广。

[关键词] 顽固性网球肘; 畅气通络手法; 郭程湘

[中图分类号] R681.7 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2016) 06-0106-02

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2016.06.046

郭氏畅气通络手法为郭程湘教授所创。郭程湘为峨眉派武术传人, 广东省中医院主任医师。郭老自幼修习峨眉武术, 同时潜心研习中医学, 对武医结合有独到见解, 汇数十年武学与医学精华, 独创畅气通络推拿手法。畅气通络推拿手法用力柔和和透达, 轻而不浮, 重而不痛, 同时具有较强的补气效果, 对于年老体衰, 久治不愈患者往往也能屡见奇效。网球肘又称肘劳、筋痹, 属伤筋、痹证范畴, 多有肘部长期积劳, 损伤气血, 脉络空虚, 外邪积聚肘节, 或长期从事旋前、伸腕等活动, 使筋脉损伤, 瘀血内停, 筋络失和而致^[1]。顽固性网球肘是肱骨外上髁炎中症状较重, 治疗效果欠佳, 易反复发作的一种特殊类型^[2], 缠绵难愈, 大大影响了患者日常生活。故寻求一种治疗顽固性网球肘的有效方法意义重大。

1 临床资料

1.1 诊断标准 参考国家中医药局颁布的《中医病证诊断疗效标准》^[3]: 肘外侧疼痛, 不敢拧毛巾, 提物时有突然“失力”的现象, 在肱骨外上髁有局限性压痛点, 压痛可向桡侧伸肌腱总腱方向扩散, 局部无红肿现象, 肘关节屈伸活动一般不受影响, 前臂旋前或旋后时局部疼痛。晨起时肘关节有僵硬感, 大部分患者处于屈肘、前臂旋后位。Mills 试验阳性, 即肘、腕、指屈曲, 前臂被动旋前并逐渐伸直时, 肱骨外上髁出现疼痛。X 线检查: X 线摄片多为阴性, 有时可见外上髁钙化斑及轻度骨膜反应。

1.2 一般资料 纳入患者 36 例, 所有患者都曾接受常规针

刺、理疗 5 次以上无效, 男 20 例, 女 16 例; 年龄 45~70 岁, 平均 51 岁; 病程 2~10 年, 平均 5 年。双肘疼痛者 6 例, 余均为单侧发病(右侧 23 例, 左侧 7 例)。28 例均喜爱网球、高尔夫运动, 多从事办公室或餐饮工作。10 例局部做过小针刀治疗, 6 例曾做过局部封闭治疗, 效果欠佳。

2 治疗方法

所有均采用郭氏畅气通络手法, 治疗步骤如下。

按揉颈项、抓肩井: 放松手法: 患者取坐位, 先用揉、拿放松手法, 放松颈肩部; 点揉风池、风府、颈椎横突压痛点和颈部肌肉压痛点, 然后五指抓拿双侧肩井 2 min, 动作柔和、渗透, 以畅通颈肩部经脉。**抓按手三阳经:** 以掌心紧贴上肢阳侧, 从上肢阳侧根部—肩髃、肩髃开始, 从上向下抓按手三阳经经脉, 直至手指末端, 动作柔和、力度沉稳, 以畅通上肢阳气。充分疏通腋窝、肘窝: 以拇指指腹充分按揉腋窝、肘窝, 对于极泉、尺泽周围气血郁积之处宜充分疏通。抓按手三阴经: 以掌心紧贴上肢阴侧, 从上肢阴面根部—极泉开始, 从上向下抓按手三阴经经脉, 直至手指末端, 力度轻柔渗透, 以畅通上肢阴气。点拨手腕肌腱: 以拇指置于阳池穴、中指置于大陵穴, 左右拨动手掌肌腱, 以畅通腕关节瘀阻, 让上肢与手掌的经气更顺利相互交接。畅通五指末梢: 抓揉掌骨、及其间隙经穴, 瞬间牵拉掌指关节, 可出现清脆“啪”的响声, 以畅通末梢经脉, 让阴阳经气得以交汇、循环。点按关键经穴: 以意带气, 点按关键上肢经穴: 合谷、外关、曲池、局部阿是穴,

[收稿日期] 2016-01-11

[作者简介] 邓特伟 (1983-), 男, 主治医师, 研究方向: 针灸与推拿。

经穴四周可出现微微酸胀及经气感传。瞬间牵拉肩肘关节：双手抓握患者手掌，以肩关节为支点转动画圆，然后以短促巧力瞬间向下牵拉肩肘关节，患者整个上肢可出现酸麻胀重，经气瞬间通遍整个上肢。

3 疗效标准

参照《中医病证诊断疗效标准》拟定：治愈：肘部疼痛完全消失，活动轻松自如；有效：肘部疼痛有所减轻，部分活动功能改善；无效：疼痛依旧，肘部活动功能障碍未恢复。

4 治疗结果

治疗次数的疗效比较，见表1。畅气通络手法治疗顽固性网球肘疗效显著，有效率可达到80%以上。总有效率方面，治疗10次后与治疗2次后比较，差异有统计学意义($P < 0.05$)，说明疗效随治疗次数增多而递增。

治疗次数	例数(%)			总有效
	治愈	有效	无效	
2	6(16.7)	18(50.0)	12(33.3)	24(66.7)
5	16(27.8)	12(33.3)	8(22.2)	28(77.7)
10	22(61.1)	10(27.8)	4(11.1)	32(88.9) ^{①②}

经 χ^2 检验，总有效率方面，治疗10次后与治疗2次后比较， $\chi^2=5.143$ ，^① $P=0.02 < 0.05$ ；治疗10后与治疗5次后比较， $\chi^2=1.600$ ，^② $P=0.02 > 0.05$

5 讨论

顽固性网球肘患者久病必虚，畅气通络手法柔和透达兼以“补气”。顽固性网球肘患者久治不愈或愈后易复发，久病必虚。郭老总结自己多年的临床心得，在畅气通络施术过程中要求柔和、透达。所谓“柔和”，所施之力为阴柔之力，整个过程随和放松；所谓“透达”，指手法具有相当的渗透力度，直达病所。畅气通络施术过程中需损耗医者大量精气，需长久坚持功法修炼方可持续，具有较强的“补气”效果，对于顽固性网球肘患者的虚老疾患尤其适用。顽固性网球肘与颈椎关联密切，畅气通络手法首先调颈、从根论治。治疗颇为棘手。1976年Gunn发现顽固性网球肘患者中有近50%合并有神经根型颈椎病^④，因此，顽固性网球肘同颈椎疾病有一定的相关性。现在医学家在对神经卡压现象的观察中，发现大量的“双卡综合征”，当该神经远端再度被卡压时，即使是很小的压力，也会出现疼痛过敏^⑤。有相关学者从颈论治顽固性网球肘，取得了较好的疗效^⑥。故郭氏畅气通络手法首先注重调理颈项部，从根本上改善肘关节的气血循环。顽固性网球肘患者久病入阴，畅气通络手法充分调治阴位、以愈顽疾。顽固性网球肘

为慢性疼痛，缠绵难愈，“久病入阴”，故若要从根论治，其阴经、阴位应为重点。畅气通络手法治疗顽固性网球肘时，十分注重膝关节阴位的调治，手三阴经皆要全部疏通。另腋窝、肘窝在肘肩关节中属阴面，如气血流动之漩涡，湿浊易聚集，畅气通络手法要求重点疏通，为治愈顽疾奠定了基础。

阴阳经脉，整体疏通。清·程允升《幼学琼林·夫妇》：“孤阴则不生，独阳则不长，故天地配以阴阳。”阴经与阳经应整体疏通，方可互根互用，事半功倍。故“畅气通络”手法注重手三阴与手三阳皆要疏通，充足经气的濡养，是网球肘恢复的根本。疏通肢节末梢，促进阴阳交会。手足阴阳相交于四肢末端，而各关节是经气容易郁结的地方。故郭氏畅气通络手法点拨手腕肌腱，畅通关节郁结，让上肢与手掌的经气相互交接；同时畅通五指末梢之经脉，让阴阳经气得以循环相接，大大提高了临床疗效。柔能克刚，柔顺连绵不绝的发力可起痼疾。《老子》曰：“天下莫柔弱于水，而攻坚强者莫之能胜，以其无以易之。弱之胜强，柔之胜刚。”郭氏畅气通络推拿源于峨眉武术，其手法、发力与峨眉武术有密切联系，具有轻而不浮、不重而重、不动而动、重而不痛等特点^⑥。整个治疗过程中皆以柔和渗透的手法为主，患者在舒适的环境中更能畅通经气，起到更好的临床疗效。

郭氏畅气通络手法为郭程湘老师所创，其根源峨眉武术，刚柔相济，整体施治，柔和透达、轻而不浮、不重而重、连绵不绝，同时具有较强的补气效果，对治疗顽固性网球肘疗效显著，值得临床推广。

[参考文献]

- [1] 石德光, 杜欣, 胡森. 针刺对慢性炎症疾病中炎症介质的影响[J]. 中国针灸, 2003, 23(7): 429-431.
- [2] 张善东, 梁建新, 赵尔弘. 顽固性网球肘从颈论治及临床分析[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2004, 12(2): 24-26.
- [3] 国家中医药管理局. ZY/T001.1~001.9-94 中医病证诊断疗效标准[S]. 南京: 南京大学出版社, 1994: 204.
- [4] 邵宣, 许竞斌. 实用颈腰背痛学[M]. 北京: 人民军医出版社, 1992: 111.
- [5] 薛立功, 张海荣. 经筋理论与临床疼痛诊疗学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2002: 63.
- [6] 刘万鹏, 杨仁轩, 郭程湘. 峨眉派“畅气通络”手法治疗颈椎体会[J]. 按摩与康复医学, 2014, 5(2): 186-187.

(责任编辑: 骆欢欢, 李海霞)