

中药熏蒸配合桑枝棒棒击法治疗足跟痛临床疗效观察

沈清河, 沈志方, 颜玉琴, 朱高峰

嘉兴市中医院, 浙江 314000, 中国

【摘要】目的: 观察中药熏蒸配合桑枝棒棒击法治疗足跟痛的临床疗效。**方法:** 将 60 例足跟痛患者随机分为治疗组和对照组, 每组 30 例, 治疗组予中药熏蒸配合桑枝棒棒击法治疗, 组予口服双氯芬酸钠缓释片, 局部外用麝香镇痛膏治疗。治疗 1 个疗程后, 观察两组视觉模拟量表 (visual analogue scale, VAS) 疼痛评分变化, 并进行临床疗效评定。**结果:** 治疗组 VAS 疼痛评分改善情况优于对照组, 组间比较差异有统计学意义 ($P<0.01$)。治疗后, 治疗组总有效率显著高于对照组, 组间差异有统计学意义 ($P<0.01$)。**结论:** 中药熏蒸配合桑枝棒棒击法治疗足跟痛的临床疗效优于口服双氯芬酸钠缓释片。

【关键词】 药物, 中药; 熏蒸; 拍击疗法; 推拿; 按摩; 穴, 阿是; 足跟痛

足跟痛是中老年人的常见病、多发病, 临床表现为单侧或双侧足跟或脚底部酸胀或针刺样疼痛, 以致步履艰难, 严重影响患者的生活和工作^[1-3]。自 2009 年至 2012 年, 笔者采用中药熏蒸配合桑枝棒棒击法治疗足跟痛, 现报道如下。

1 临床资料

1.1 诊断标准^[1]

单侧或双侧足跟部跖侧疼痛, 站立或行走可加重, 休息可缓解; 足跟负重区或跟骨负重点的稍前方有压痛点; X 线摄片检查有或无跟骨骨刺。

1.2 纳入标准

符合上述诊断标准; 性别不限; 年龄 45-80 岁; 自愿参加本临床研究并签署知情同意书。

1.3 排除标准

跟骨骨折、跟骨骨髓炎、跟骨骨结核、跟骨骨肿瘤等引起的足跟痛者; 局部有红、肿、热等炎症反应者。

1.4 统计方法

采用 SPSS 13.0 版软件进行统计分析。计量资料以均数±标准差异 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 组间比较用 t 检验, 组内治疗前后比较用配对 t 检验。率的比较用卡方检验。 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

1.5 一般资料

来自本院推拿科门诊的 60 例足跟痛患者, 按就诊先后顺序随机分为治疗组与对照组, 每组 30 例。治疗组病程最短 7 天, 最长 62 天; 年龄最小 50 岁, 最大 78 岁。对照组病程最短 2 天, 最长 80 天; 年龄最小 48 岁, 最大 72 岁。两组

患者一般资料差异均无统计学意义 ($P>0.05$), 说明两组具有可比性 (表 1)。

表 1. 两组患者一般资料比较

组别	n	性别 (例数)		平均年龄 ($\bar{x} \pm s$, 岁)	平均病程 ($\bar{x} \pm s$, 天)
		男	女		
治疗组	30	18	12	58.2±2.2	11.3±1.3
对照组	30	15	15	61.3±2.7	15.3±1.2

2 治疗方法

2.1 治疗组

2.1.1 中药熏蒸^[2]

组成: 川乌 9 g, 草乌 9 g, 红花 10 g, 细辛 10 g, 牛膝 20 g, 路路通 10 g, 透骨草 20 g, 威灵仙 20 g, 海桐皮 20 g, 丹参 10 g, 鸡血藤 10 g, 伸筋草 10 g。

熏蒸方法: 患者采取卧位。采用常州峥嵘医疗器械有限公司生产的 XZQ-V 中药熏蒸器, 温度设置为 42 °C, 时间设置为 30 min, 待加温结束, 蒸汽平稳后, 将蒸汽喷头对准患者足跟部进行熏蒸, 喷头距足跟 20-30 cm, 治疗过程中经常询问患者感受, 必要时可对温度及距离进行适当调整 (图 1)。每日治疗 1 次。



图 1. 熏蒸

2.1.2 桑枝棒棒击法^[3-4]

熏蒸结束后，患者取俯卧位，患肢屈膝 90°，足跟向上。

医者在患处施以滚法，按揉法，使患者心理和躯体充分放松，同时探查压痛点所在。然后，医者手握桑枝棒的一端，用棒体的前 2/3 部分着力进行拍击治疗。首先在痛点周围击打，然后重点对痛点进行击打，以 3 轻 1 重的节律进行击打，力量由轻到重，再由重到轻，速度由慢到快，频率约 160 次/分，每次治疗 5-8 min，每日治疗 1 次。

2.2 对照组

口服双氯芬酸钠缓释片（北京诺华制药有限公司生产），每次 75 mg，每日 1 次；局部外用麝香镇痛膏（湖北康源药业有限公司生产），每次 1 帖，每日 1 次。

两组均连续治疗 10 次为 1 个疗程，治疗 1 个疗程后进行疗效评价。

3 疗效观察

3.1 疗效标准

治愈：足跟疼痛消失，局部无压痛，行走及慢跑无疼痛。

显效：足跟疼痛明显减轻或消失，局部有轻微压痛，行走、慢跑时可有轻微疼痛。

好转：足跟疼痛减轻，局部有压痛，行走时有疼痛。

无效：症状、体征无明显缓解。

3.2 治疗结果

3.2.1 两组VAS疼痛评分比较

治疗前，两组患者 VAS 疼痛评分差异无统计学意义 ($P>0.05$)。治疗 1 个疗程后，两组患者的 VAS 疼痛评分均较本组治疗前有显著下降

（均 $P<0.01$ ），且治疗组 VAS 疼痛评分的改善情况优于对照组，组间差异有统计学意义 ($P<0.01$)，（表 2）。

表 2. 两组患者治疗前后 VAS 疼痛评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	治疗前	治疗后
治疗组	30	7.28±0.84	1.23±1.10 ¹⁾²⁾
对照组	30	6.98±0.74	2.46±1.82 ¹⁾

注：与本组治疗前比较，1) $P<0.01$ ；与对照组治疗后比较，2) $P<0.01$

3.2.2 两组疗效比较

治疗组总有效率为 96.7%，对照组为 80.0%，两组总有效率差异有统计学意义 ($P<0.01$)，（表 3）。

表 3. 两组患者临床疗效比较（例数）

组别	n	痊愈	显效	好转	无效	总有效率 (%)
治疗组	30	14	11	4	1	96.7 ¹⁾
对照组	30	6	10	8	6	80.0

注：与对照组比较，1) $P<0.01$

4 讨论

传统中医学认为足跟痛属中医“痹症”范畴，以肝肾亏虚为本，外邪侵袭、气血凝滞为标。老年人素体虚弱，筋骨失于濡养，又因久立久行，损伤筋骨，复感外邪，致使脉络瘀滞，气血运行不畅，不通则痛。西医学认为本病多与跟骨骨刺、跟骨高压及跟骨周围的肌肉、韧带、筋膜、神经等组织的劳损病变有关^[5]。

桑枝棒棒击法是中医推拿的传统治疗方法，具有祛风湿、通经络、消痹痛、舒筋利关节的作用^[6]。现代研究表明棒击法能够加快局部微循环，改善局部肌肉、韧带、骨骼的血供，松弛肌肉，松解粘连，加速炎症介质及致痛因子的稀释和分解，缓解疼痛症状^[7-8]。并能通过神经传导使中枢神经产生反射性调节作用。同时棒击能对骨刺造成微骨折，微骨折的吸收可使骨刺变的圆钝，进而减轻对周围软组织的不良刺激，缓解持续疼痛症状^[9]。

中药熏蒸文中的川乌“主大风顽痹”，与草乌相须为用，能祛风除湿，散寒止痛，共为君药。威灵仙，具有祛风湿、通经络、止痹痛的作用，

能宣通十二经络,主治骨节疼痛,或肿,或麻木。配以伸筋草、透骨草、路路通、海桐皮、祛风除湿,舒筋活络,活血止痛,并能通达四肢阳气,共为臣药。红花、丹参、鸡血藤均为活血之品,活血养血,舒筋活络;细辛能祛风散寒,止痛,共为佐药。牛膝主入肝肾,长于活血、利关节,具有活血通经,补肝肾,强筋骨,同时具有引药下行的功效,是为使药。诸药相合,祛风除湿,散寒止痛,活血养血,舒筋活络,标本兼顾。中药熏蒸通过药物及热疗的综合作用,一方面使药物直达病所,发挥药效作用,另一方面能有效改善局部微循环,促进新陈代谢,加速炎症因子的稀释和分解,减轻跖筋膜等软组织的痉挛,降低足跟内压力,解除疼痛症状^[10]。

本研究结果表明中药熏蒸配合桑枝棒棒击疗法治疗足跟痛疗效可靠,操作方便,无毒副作用,值得临床推广应用。

参考文献

- [1] 毛宾尧. 足外科学. 北京: 人民卫生出版社, 1992: 198-200.
- [2] 王晓良. 中药熏洗治疗足跟痛 72 例. 中国医药指南, 2011, 9(30): 345-346.
- [3] 罗才贵. 推拿治疗学. 北京: 人民卫生出版社, 2001: 156-158.
- [4] 王成民, 丛林盛, 王友仁. 中国按摩全书. 北京: 华夏出版社, 1994: 250-251.
- [5] 林松青. 电针配合温针灸治疗足跟痛的临床观察. 光明中医, 2012, 27(12): 2497-2498.
- [6] 密琳, 包洁, 董娴蔚, 范炳华. 推拿传统桑枝棒的制作及其应用价值. 浙江中医药大学学报, 2010, 34(4): 577.
- [7] 黄昌盛. 锤击治疗足跟痛 100 例. 四川中医, 2008, 26(1): 120.
- [8] Fang CY. Treatment on 72 cases of lumbar disc herniation by bludgeon-hit therapy. Anmo Yu Kangfu Yixue, 2013, 4(1): 56-57.
- [9] 谢亮喜. 叩击法配合微波治疗跟痛证疗效观察. 华夏医学, 2005, 18(3): 401-403.
- [10] Li SN, Qiu JM. Treating 50 cases of heel pain by TCM fumigation plus hammering method. CJCM, 2011, 3(20): 45-47.

作者简介: 沈清河, 本科, 中医师。

E-mail: shenqh2014@163.com

收稿日期: 2014-8-15