



12-1-1980

腰背肌肉疼痛徵狀群，針療、西醫傳統療法，效果之比較：兼論中醫經絡學說存在之可信性

志凌 沈

Follow this and additional works at: <https://rps.researchcommons.org/journal>



Part of the [Rehabilitation and Therapy Commons](#)

Recommended Citation

沈, 志凌 (1980) "腰背肌肉疼痛徵狀群，針療、西醫傳統療法，效果之比較：兼論中醫經絡學說存在之可信性," *Rehabilitation Practice and Science*: Vol. 8: Iss. 1, Article 2.

DOI: <https://doi.org/10.6315/3005-3846.1572>

Available at: <https://rps.researchcommons.org/journal/vol8/iss1/2>

This Research Article is brought to you for free and open access by Rehabilitation Practice and Science. It has been accepted for inclusion in Rehabilitation Practice and Science by an authorized editor of Rehabilitation Practice and Science. For more information, please contact twpmrsc@gmail.com.

腰背肌肉疼痛徵狀群，針療、西醫傳統療法，效果之比較——兼論中醫經絡學說存在之可信性

基隆海軍醫院 復健科 沈志凌

一、前言

腰背肌肉疼痛徵狀群（單純的脊椎旁肌肉群疼痛），是有人類即存在之疾病。多數人都有過這一種的經驗，其症狀是腰部無法隨意移動，稍一活動即痛苦難忍。臨床上，病患主訴是程度或性質不一的疼痛，輕者可能只是有點不舒服的感覺，而嚴重的則是很厲害的酸、痛感。其病態生理上，為一種「疼痛—肌肉痙攣—疼痛」的惡性循環結果，終而使病患不敢隨意亂動。西醫的治療原則為絕對臥床休息、藥物治療（止痛劑、肌肉鬆弛劑等），物理治療，以使受損的肌肉得以徹底的休息，逐漸恢復正常功能，其療程多為5至10天。中醫的治療根據，是基於其經絡學說（系統），中醫的理論是氣在體內沿經絡循行不止；經絡共有十四條，相互連接而佈滿全身；穴道即在經絡的重要部位，在解剖學上，這些穴道都位於骨骼、肌肉、肌腱間的空隙處。中醫學認為此一空隙中停留並儲積著豐富的血和氣；當經絡上某處受到創傷，引起經絡的不通暢，因而出現徵狀，如腰部肌肉因扭傷而引起該經絡（膀胱經）之不通暢。中醫學即利用這個原理，用針刺療法，刺激該經絡上重要穴道（如委中穴），而使經絡上血氣得以疏通，而達治療的效果。同時，古籍曾記載四肢的穴道能治療身體遠端部位的肌病，而且會有立竿見影的神效。本研究即為應用「腰背委中求」此一名言，為治療的根據，再加上近代針灸學者所發現之手針腰痛點等配合治療，以其療效與西醫療效加以分析比較。

二、研究對象及方法

全部病患都經本人親自以物理檢查、放射綫診斷，確定其腰痛為單純的肌肉群疼痛。

病患為基隆海軍醫院復健科，台北公保門診中心理療科、軍春門診中心理療科的病患為對象。

時間為自民國 68年元月至69年9月止。

病患共45名，分為A、B兩組，A組為試驗組共29名，B組為控制組共16名。

治療方法如下：A組以針刺治療，以不銹鋼針或高濃度葡萄糖液（20%）2西西，直接刺入委中，手背腰痛點，合谷等穴。B組以臥床休息、藥物治療（止痛劑，肌肉鬆弛劑），物理治療等。

三、結果

因為針刺療效，至目前為止，仍無一種極科學和客觀，以及可信賴的衡量評估標準，其療效我們只能以病患自身的感覺及醫師的觀察來決定，故我們分為三個等級，以作為評估的標準。

- ①良好—即疼痛的症狀完全消失，但或留有少許的酸及不適，但已完全無活動限制。
- ②進步—即疼痛已有顯著的消失，但在活動時仍有少許的疼痛，但已可以活動自如。
- ③無效—即症狀無顯著的進步，或只是暫時性的覺得較鬆弛。

A組—試驗組的基本資料、療程、療效的

統計(表一、二)。

病患共 29 名。男:女=16:13, 年齡 20 歲至 68 歲, 平均 42.4 歲, 發病時間自 1 天至 3 個月, 平均 16 日。病患的基本資料如表一。療程及療效如表二。

療效的統計—良好: $\frac{19}{29} = 65.5\%$

進步: $\frac{5}{29} = 17.2\%$

無效: $\frac{5}{29} = 17.2\%$

療程平均為 1.82 天。

B 組—控制組的基本資料、療程、療效的統計(表三、四)。

病患共 16 名。男:女 10:6, 年齡 21 歲至 75 歲。平均 44.9 歲, 發病時間自 3 天至 10 天, 平均 4.3 天。

病患的基本資料如表三。療程及療效如表四。

療效的統計—良好: $\frac{10}{16} = 62.5\%$

進步: $\frac{6}{16} = 37.5\%$

療程平均為 7.8 天(第二例除外)。如包括第二例, 則平均療程為 8.68 天。

由此結果顯示, 兩種治療方式均有相同的療效。但以療程言, 則針刺療法效果較快。根據觀察, 針療的病患於出針後, 立刻有顯著的效果, 病患除了穴道部位有酸、沉重及輕微疲乏外, 經追蹤並無不良的副作用存在(有一名病患有暈針現象)。西醫傳統療法, 特別於治療初期, 治療後只有暫時的止痛效果。

四、討 論

針療是利用不銹鋼針刺激體內某一特定部位, 治療疾病的一種操作手法, 為我國數千年傳統的醫道, 因有其特定的療效, 故而引起近代國內外之注意與研究。

中醫的理論與作用離不開“調氣”, 古籍上有“諸病皆生于氣, 諸痛皆因于氣”。因在

解剖學上, 至今無法證明氣之存在, 故我們只能假設其存在於活體內。當氣循經絡而行, 如經絡經過肌肉因傷害而引起經絡的壅滯, 痛因而生, 針療則因刺激穴道而使該經絡氣行通暢, 使其壅滯消失, 而病得以痊癒。

我們所取的主穴道, 一是足太陽膀胱經的委中穴, 位於膝窩正中點, 而膀胱經的循行於背部的路徑, 正好經過背部的闊背肌, 腰方肌, 腰肌。古籍中都記載著腰背的疼痛, 以針刺委中穴, 俱奇效。合谷穴, 位於食指拇指叉骨間陷中, 又名虎口, 為手陽明大腸經主穴之一, 古籍中記載著此穴俱調和全身經絡, 兼俱鎮痛, 鎮定的大穴; 且近代科學亦證明刺激合谷穴可增加痛閾點(Pain Threshold)。手針之腰痛點是近代針灸學家所發現的, 位於手小指、無名指叉骨間陷中, 治療腰痛俱奇效。

至目前為止, 中、西醫界對針療存在著各種學說與理論, 但無一令人可信服的證據, 但其治療效果的存在事實, 且縮短療程的特殊效果, 以及節省醫療費用亦有其值得重視的理由。

五、結 論

1. 西醫的傳統療法與中醫的針刺療法對腰痛皆有效果。

2. 以療程言, 則針療較佳, 亦可增加經絡系統存在的可信性, 其可能與血液, 神經、內分泌、淋巴系統等並存於『活體』內。

3. 針刺可以增加痛閾點(Pain Threshold)。

4. 針刺對功能性疾病(Functional Disease)療效良好, 如頭痛, 腰背肌肉痛, 但對器官性疾病(Organic Disease)則效果不佳, 如椎間盤突出症等, 只能得到暫時之效果。

5. 針刺治療為一種安全、簡便、效速、經濟的療法, 吾人應利用科學的方法分析其理論, 確定其療效, 並進一步從事針刺機轉的研究, 提煉針刺學的精華, 以豐富的現代醫學知識, 為中西醫學合流開闢道路, 並進而創立新

的醫學，俾使達到迅速治癒的目的。

參考書籍

- ① Krusen: Handbook of Physical Medicine and Rehabilitation,
- ② Rene Cailliet: Low Back Pain Syndrome.
- ③ James E. Hansen: Acupuncture in Otolaryngology.
- ④ Philip M. Joyoma: The Physiological Basis of Acupuncture Therapy, J. of the National Medical Association, Vol.64 No.5, Sept. 1972.

⑤ Chao-San Teng: Hypothesis of the Functional Physiology of Acupuncture.

- ⑥ 洪祖培，張楊全：肌、肌膜疼痛症候群之臨床。當代醫學 Vol.3, No.3, P.8-17。
- ⑦ 鍾傑：針刺應用在航空醫學之可能性，針灸文摘 No.2。
- ⑧ 袁吉：談針灸穴道。
- ⑨ 宋福亭：大漢醫學秘笈。
- ⑩ 楊岑福：下背疼痛；第三醫學 No.2。
- ⑪ 郭文宗：談針灸；第三醫學 No.8。

(表一之1)

病例	性別	年齡	發病時間	治療方法	治療次數	每次時間	效果	備考
1	男	35	2 星期 (已PT)	委中，合谷，天應	2	20分鐘	良好	
2	男	31	1 天	委中，合谷	1	"	良好	
3	女	35	1 月 (已PT)	委中，合谷，崑崙	3	"	進步	
4	男	52	2 天	委中，合谷，太溪	1	"	良好	
5	男	50	2 天 (已PT)	委中，合谷	1	"	良好	
6	男	46	2 天	委中，合谷	1	"	良好	
7	女	40	3 月 (已PT)	委中，合谷，志室	3	"	良好	
8	男	35	3 天	委中，合谷	1	"	良好	
9	男	32	2 月 (已PT)	委中，合谷，天應	3	"	進步	
10	女	61	1 月 (已PT)	委中，合谷	4	"	無效	
11	男	48	2 星期	委中，合谷	1	"	良好	
12	男	48	2 月	委中，合谷，天應	2	"	無效	
13	女	40	2 天	委中，合谷	1	"	良好	

(表一之2)

14.	男	50	3 星期	委中，合谷	1	20分鐘	良好	
15.	女	35	2 天	委中，合谷	1		無效	暈針 未繼續來
16.	男	24	2 月	委中，合谷，天應	2		進步	水針
17.	女	35	10 天	委中，合谷，天應	1		良好	水針
18.	男	40	1 星期	委中，合谷，天應	1		良好	水針
19.	女	35	7 天	委中，合谷，腰痛點	2	20分鐘	良好	
20.	女	48	4 星期	" " "	3	"	無效	
21.	男	32	5 天	" " "	1	"	進步	
22.	女	40	1 天	" " "	2	"	良好	
23.	女	20	3 天	" " "	2	"	良好	
24.	男	52	3 天	" " "	3	"	良好	
25.	女	49	10 天	" " "	3	"	無效	
26.	女	51	1 天	" " "	2	"	良好	
27.	男	60	6 天	" " "	2	"	進步	
28.	男	68	2 天	" " "	1	"	良好	
29.	女	39	1 天	" " "	2	"	良好	

表二 針療療效療程統計

療效 次數	良 好	進 步	無 效
1	11	1	1
2	6	2	1
3	2	2	2
4	0	0	1

(表三)

病例	性別	年齡	發病時間	治 療 方 法	治療次數	效 果	備 考
1	男	54	3 天	Bed rest, Medical S.W.+U.S.	7	良好	
2	男	49	2 星期	H.C.+U.S.	22	進步	
3	男	21	4 天	H.C.+U.S.	10	良好	
4	男	75	5 天	Bed rest, Medical S.W.	6	良好	
5	女	52	3 天	Bed rest, Medical S.W.+U.S.	11	進步	
6	女	48	2 天	Medical, S.W.+U.S.	5	進步	
7	男	30	2 天	H.C.+U.S.	7	良好	
8	男	24	3 天	Medical, S.W.+U.S.	5	良好	
9	女	36	1 天	Bed rest, Medical S.W.+U.S.	10	良好	
10	女	42	2 天	H.C.+U.S.	8	良好	
11	女	25	9 天		8	進步	
12	男	40	4 天		7	良好	
13	男	48	10 天		12	進步	
14	女	52	3 天		5	進步	
15	男	60	3 天		6	良好	
16	男	62	2 天		10	良好	

表四 西醫療法療效療程統計

療 效 次 數	良 好	進 步	無 效
1—7天	6	2	0
8—14天	4	3	0
大於14天	0	1	0