

Record of therapeutic effect of manual traction on neck and arm pain

Li Ning

College of acupuncture and massage, Shaanxi University of traditional Chinese
medicine, Xianyang

Abstract: Neck and arm pain is a common and frequently occurring disease in orthopedic clinic. It has many pathogenic factors and complicated mechanism. Traditional Chinese medicine believes that wind, cold, warm and evil wind invade, block the meridians and collaterals, but if not, it will hurt. In this paper, combined with clinical cases, the use of manipulation to treat neck and arm pain has achieved good results.

Key words: neck and arm pain; manual treatment; curative effect observation

Received: 2019-11-02; Accepted: 2019-11-30; Published: 2019-12-15

手法牵引防治颈臂痛的疗效记录

黎 宁

陕西中医药大学针灸推拿学院，咸阳

邮箱: ningli16387@163.com

摘 要: 颈臂痛是骨伤科临床中的常见病和多发病，发病因素多，机理复杂，中医认为风寒湿邪风侵，闭阻经络，不通则痛。本文结合临床案例，运用手法治疗颈臂痛，取得了较好的疗效。

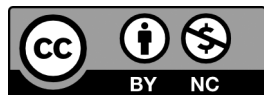
关键词: 颈臂痛；手法治疗；疗效观察

收稿日期：2019-11-02；录用日期：2019-11-30；发表日期：2019-12-15

Copyright © 2019 by author(s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 临床资料

1.1 一般资料: 本组 50 例，其中女性 21 例，男性 29 例，年龄在 21—47 岁左右；病程长者 6 年，短者 1 周；颈臂痛及上肢麻木 20 例，单纯臂痛 8 例，颈部活动

受限 10 例；肩部活动受限 10 例，有急性扭伤者，亦有明显诱因而发此病者，触诊时颈部有压痛，颈肌紧张，椎旁压痛，伴有痛性硬结，棘上韧带钝厚，x 线检查应除外颈椎结核、肿瘤、骨折等病变。

1.2 临床表现：颈臂疼痛，上肢麻木，肩部活动受限，有的可见头昏、失眠、胃肠功能紊乱。

2 治疗方法

2.1 颈部牵引：用坐式牵引机，牵引 10—20 分钟，重量依患者年龄、病情而定。

2.2 手法治疗：患者俯卧，低枕，头偏向一侧，上肢放在身体两侧，先施滚法于患者背部，然后一指禅法施于颈部，大小菱形肌、大小圆肌处，遇硬结或劳损点重点施以指揉法。整复手法：颈椎偏歪者，施以旋转复位法整复，背部压痛明显伴胸椎偏歪者，施以俯卧位背部按法整复。

3 疗效观察

3.1 疗效标准：治愈：颈臂痛消失，背及颈部轻松自如，颈椎活动正常；好转：颈臂痛改善，颈椎活动基本正常；无效：症状、体征无明显改善。

3.2 治疗结果：本组 50 例中，23 例治愈，20 例明显好转，4 例好转，3 例无明显改善。

4 讨论

日常生活及工作中积累性操作导致颈部肌肉、筋膜韧带、颈部关节劳损性病变引起各种临床症状。颈臂痛的病因复杂，这个部位的软组织是牵拉力集中的地方，在治疗上要针对病因尤其是消除病变软组织的以及颈椎脊柱的异常牵拉，最大限度改变颈椎的正常曲线，舒缓因慢性炎症及牵拉所致的软组织、关节、韧带出现的炎性反应，治疗上根据病情施用颈部牵引，改善颈椎位置不良造成牵拉和压迫，以轻柔舒缓的手法施于背部的肌肉，改善因胸椎关节及异常肌肉牵拉造成的背部、肩部的疼痛，特别是斜方肌、大小菱形肌、大小圆肌等处，这些部位由于长期的炎性反应难以消除，日久天长又可反作用于颈、胸部

的关节而造成新的不适感。通过以上病例，本人体会到，治疗上要因病施治，适宜牵引的，应以牵引为主，辅以手法治疗，慢性炎症及劳损所致的，应以轻柔舒缓的手法，在痛点处配合弹拨为主，因胸椎所致的，治疗重点要取俯卧位，重点治疗斜方肌、大小菱形肌，灵活掌握治疗方法，诊断明确，疗效一定很乐观。

参考文献

- [1] 杨军显. 推拿治疗颈臂痛综合征 126 例小结 [J]. 内蒙古中医药 (3): 36.
- [2] 何炎桂, 郑学峰. 三种理疗法对颈臂痛的疗效 [J]. 东南国防医药, 1999(3): 47-48.