

引用:郭建军,陈辉,齐红梅. 磁圆针激痛点叩刺治疗足跟痛35例临床观察[J]. 湖南中医杂志,2022,38(5):65-67.

磁圆针激痛点叩刺治疗足跟痛35例临床观察

郭建军,陈辉,齐红梅

(湖南省中医药研究院附属医院,湖南长沙,410006)

[摘要] 目的:观察磁圆针激痛点叩刺治疗足跟痛的临床疗效。方法:将70例足跟痛患者随机分为治疗组和对照组,每组各35例。治疗组以磁圆针激痛点叩刺治疗,对照组口服布洛芬缓释胶囊治疗,连续治疗2周。观察2组患者的综合疗效及疼痛视觉模拟评分量表(VAS)积分和Maryland足功能积分。结果:总有效率治疗组为94.29%(33/35),对照组为71.43%(25/35),2组比较,差异有统计学意义($P<0.05$)。2组治疗后VAS积分和Maryland足功能积分均较治疗前改善,且治疗组改善程度优于对照组(均 $P<0.05$)。结论:磁圆针激痛点叩刺治疗足跟痛能有效减轻疼痛,改善足功能,疗效明显优于布洛芬缓释胶囊,值得临床推广应用。

[关键词] 足跟痛;磁圆针;激痛点;叩刺

[中图分类号] R246.9 **[文献标识码]** A **DOI:**10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2022.05.019

足跟痛亦称跟痛症,多由足跟部退变和慢性劳损等多种慢性疾病导致软组织无菌性炎症,从而出现急、慢性足跟部疼痛。其常见的病理变化包括跟骨骨刺、足底筋膜炎、跟骨下脂肪垫炎、跟腱滑膜炎等^[1],严重影响患者的工作和生活。目前,激痛点干预足跟痛是临床研究的热点,本研究采用磁圆针激痛点叩刺治疗足跟痛患者35例,获得理想疗效,现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 选取2019年8月至2021年8月于我院针推康复科门诊及住院治疗的足跟痛患者70例,将其按照随机数字表法随机分为2组,每组各35例。治疗组中,男20例,女15例;年龄42~68岁,平均 (52.63 ± 7.35) 岁;病程6~12个月,平均 (8.47 ± 0.87) 个月。对照组中,男18例,女17例;年龄44~70岁,平均 (54.36 ± 8.32) 岁;病程7~12个月,平均 (9.25 ± 0.62) 个月。2组性别、年龄、病程等比较,差异无统计学意义($P>0.05$),具有可比性。本研究已通过医院伦理委员会审核批准。

1.2 诊断标准

1.2.1 西医诊断标准 根据文献[2]中的相关诊断标准制定。1)足底内侧足跟痛:休息一段时间后

最初几步明显疼痛不适,长时间负重后疼痛加重;2)近期活动及负重增加促使足跟疼痛;3)触诊发现跖筋膜跟骨附着点处疼痛;4)绞盘试验呈阳性;5)踝管综合征试验呈阴性;6)主被动踝关节背屈活动度均受限;7)足部姿态指数评分(FPI)异常;8)非运动员的体质指数(BMI)较高。

1.2.2 中医诊断标准 符合《中医骨伤科辨病专方手册》^[3]中有关足跟痛的诊断标准。1)起病较缓慢,多单侧发病,有数月至数年病史;2)晨起踏地行走时觉足跟跖面刺痛,行走片刻后疼痛缓解,行走过多疼痛复又加重。病程长者呈持续性疼痛,行走时疼痛加剧,站立久或行走后疼痛加剧;3)查体可见足跟着力点软组织坚韧,足跟侧面或跖面压痛明显,以足跟跖面偏内侧为多见,局部无明显红肿;4)跟骨骨质有较大增生时能触到骨性隆起;5)X线片显示初期无明显改变,后期可见鹰嘴样骨刺形成。

1.3 纳入标准 1)符合上述中、西医诊断标准;2)年龄25~75岁;3)2周内未接受过其他任何相关治疗;4)愿意参与本研究并签署知情同意书。

1.4 排除标准 1)外伤致跟腱断裂;2)有跟骨囊肿、痛风性关节炎、骨折、结核、肿瘤、跖管综合征、

骨髓炎、强直性脊柱炎、类风湿性关节炎、软组织感染或感染倾向;3)合并严重心脑血管、肝、肾、造血系统疾病;4)有皮肤溃疡或过敏;5)患有糖尿病、多发性神经病、精神病或意识不清不能配合治疗;6)妊娠期妇女;7)治疗中使用其他治疗方法,或因其他疾病需服用非甾体消炎药和止痛药。

2 治疗方法

2.1 治疗组 采用磁圆针激痛点叩刺治疗。嘱患者取俯卧位,根据足跟痛的位置确定肌筋膜触发点(激痛点,MT_rP)^[4],足跟痛的激痛点在比目鱼肌下方3~5 cm处,为条索状结节,按压有酸痛感。足跟痛在内侧,MT_rP在小腿内侧,足跟痛在外侧,MT_rP在小腿外侧,根据病情选择治疗点。术者采用师氏磁圆针(中国发明专利,专利号:CN85107161)治疗。治疗部位皮肤常规消毒后,以触摸到的肌筋膜结节、条索、压痛点等为叩刺部位。施术者以拇、食指握持针柄中部,中指、无名指轻握针柄后部,小指轻托针柄末端,使虎口向内,针头垂直。操作者手臂悬空,肘关节屈曲90°,用中指、无名指、小指的撬力配合腕部的叩击。从病变局部外围向中心灵活弹刺,运用中等力度,叩刺至皮肤潮红、第二天皮肤黄青色斑点为宜,并以患者能耐受为度。每天治疗1次。

2.2 对照组 采用布洛芬缓释胶囊治疗。布洛芬缓释胶囊(葛兰素史克公司,批准文号:国药准字H10900089,规格:0.3 g/粒)口服,1粒/次,2次/d。

2组均连续治疗2周。

3 疗效观察

3.1 观察指标

3.1.1 疼痛程度 采用视觉模拟评分量表(VAS)评估疼痛程度。让患者在两端分别标有“不痛”和“剧痛”的10 cm尺子上标出疼痛的相应位置,用尺子测量出疼痛强度的数值。轻度疼痛:<4 cm;中度疼痛:≥4 cm、但<7 cm;重度疼痛:≥7 cm^[1]。

3.1.2 Maryland足功能评分 参照《骨科常用诊断分类方法和功能结果评定标准》^[5],分别以功能和疼痛程度作为评分标准,该两部分的满分值分别为55分和45分。优:总分≥90分;良:≥75分、但<90分;中:≥50分、但<75分;差:<50分。

3.2 疗效标准 参照《中医病证诊断疗效标准》^[6]制定。治愈:足跟痛消失,行走自如,局部压痛消失;显效:足跟痛不明显,行走自如,过劳后稍觉不

适,局部压痛基本消失;有效:足跟痛较前有所缓解,行走稍痛,过劳则疼痛加重,局部有轻微压痛;无效:足跟痛无缓解,行走疼痛。

3.3 统计学方法 采用SPSS 20.0统计软件对数据进行分析。计量资料以均数±标准差($\bar{x} \pm s$)表示,采用 t 检验;计数资料以率(%)表示,采用 χ^2 检验, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

3.4 治疗结果

3.4.1 2组综合疗效比较 总有效率治疗组为94.29%,对照组为71.43%,2组比较,差异有统计学意义($P<0.05$)。(见表1)

表1 2组综合疗效比较[例(%)]

组别	例数	治愈	显效	有效	无效	总有效
治疗组	35	15(42.86)	12(34.29)	6(17.14)	2(5.71)	33(94.29) ^a
对照组	35	8(22.86)	3(8.57)	14(40.00)	10(28.57)	25(71.43)

注:与对照组比较,^a $P<0.05$ 。

3.4.2 2组治疗前后VAS积分比较 2组VAS积分治疗前后组内比较及治疗后组间比较,差异均有统计学意义($P<0.05$)。(见表2)

表2 2组治疗前后VAS积分比较($\bar{x} \pm s$,分)

组别	例数	治疗前	治疗后
治疗组	35	7.31±1.53	1.29±0.42 ^{ab}
对照组	35	7.25±1.47	3.18±0.38 ^a

注:与本组治疗前比较,^a $P<0.05$;与对照组治疗后比较,^b $P<0.05$ 。

3.4.3 2组治疗前后Maryland足功能积分比较 2组Maryland足功能积分治疗前后组内比较及治疗后组间比较,差异均有统计学意义($P<0.05$)。(见表3)

表3 2组治疗前后Maryland足功能积分比较($\bar{x} \pm s$,分)

组别	例数	治疗前	治疗后
治疗组	35	62.73±7.21	88.16±7.06 ^{ab}
对照组	35	63.45±8.59	76.92±8.62 ^a

注:与本组治疗前比较,^a $P<0.05$;与对照组治疗后比较,^b $P<0.05$ 。

4 讨论

足跟痛属中医学“痹证”范畴,其临床症状首见于《诸病源候论》之“脚跟颓”。中医学认为该病多因肝肾不足,或久病体虚,气血失和,筋脉失养,复因风、寒、湿邪侵袭及外伤、劳损、肥胖等致使气血阻滞而成^[7],病性属本虚标实,治宜补肝益肾、除湿散寒、行气活血止痛^[8]。

“以痛为腧”是针刺治疗在选穴方面的一个重要原则,即以疼痛局部或压痛点作为穴位治疗疾病。现代研究用激痛点原理治疗足跟痛^[9],与“以痛为腧”理论相似。激痛点学说认为:肌筋膜触发点是大量的骨骼肌内结节高度异常的敏感点和肌紧张带,刺激后会引发疼痛和远处的牵涉痛^[10]。激痛点的位置通常位于肌筋膜起止点、肌腹肌腱相交处、神经肌筋膜出口处及神经肌纤维通过的骨凹陷处,可经触诊寻及。流行病学调查发现,足跟痛的发生与激痛点的活化有关^[11]。足部长期承受大负荷会导致肌肉过度收缩而形成肌紧张带,收缩的肌肉压迫周围血管神经,降低其氧含量,并阻碍血液循环,在缺血、缺氧状态下,神经受刺激将疼痛信号传到疼痛中枢,释放出致痛、致敏物质,作用于伤害感受器,引起传入神经过敏,从而进一步破坏局部循环,使痛觉信号传输至脊髓及相邻节段,导致局部和远端出现牵掣痛,最终造成足跟痛^[12]。由此可见,灭活激痛点就是治疗足跟痛的关键。

磁圆针是山西省针灸研究所师怀堂教授根据《黄帝内经》所记载的古九针及近代梅花针,并参照现代磁疗原理而研制创立的新型针具,其集圆针、梅花针、磁疗于一身,可刺激局部经络、腧穴,使气血运行通畅,通则不痛。研究显示,磁圆针可促使细胞膜通透性增加,血管扩张,促进血液循环^[13]。大量研究表明,磁圆针在治疗骨关节及软组织疾病方面颇具疗效^[14]。本研究结果显示,总有效率治疗组为94.29%,对照组为71.43%,2组比较,差异有统计学意义($P<0.05$);2组VAS积分、Maryland足功能积分与治疗前比较均有改善,且治疗组改善更明显($P<0.05$),表明磁圆针激痛点叩刺与口服布洛芬缓释胶囊治疗足跟痛均有效,但磁圆针叩刺的临床疗效优于布洛芬缓释胶囊。磁圆针叩刺激痛点后,肌纤维得到伸展,缓解了受压的毛细血管,使局部血流量得到了改善^[15],稀释了致敏物质,放松了挛缩的骨骼肌,调节了骨骼肌内部循环,从而缓解了足跟疼痛。且该疗法具有易于操作、安全性高的特点,易于被患者接受,值得临床推广应用。

参考文献

- [1] 张亮. 小针刀结合水针疗法治疗足跟痛患者的疗效探讨[J]. 临床医药文献电子杂志, 2018, 5(2): 61-62.
- [2] 美国物理治疗协会骨科分会, 韩云峰(译), 敬艳芸(译), 等.

《国际功能残疾和健康分类足跟痛/足痛筋膜炎: 2014 修订版》临床实践指南[J]. 康复学报, 2019, 29(1): 19.

- [3] 刘献祥, 林木南, 刘建华. 中医骨伤科辨病专方手册[M]. 北京: 人民军医出版社, 2002: 142.
- [4] NEWMAN, DANIEL I. Myofascial pain and dysfunction: The trigger point manual; the lower extremities[J]. Computer-Aided Design, 1992, 19(9): 519.
- [5] 刘志雄. 骨科常用诊断分类方法和功能结果评定标准[M]. 北京: 北京科学技术出版社, 2005: 331-332.
- [6] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准[M]. 南京: 南京大学出版社, 1994: 186.
- [7] 王启才. 针灸治疗学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2007: 219-220.
- [8] 邓晶晶. 电针结合火针烙刺治疗足跟痛的临床研究[J]. 针灸临床杂志, 2018, 34(7): 55-58.
- [9] 谭树生, 庄小强. 应用触发点疼痛原理诊治足跟痛31例[J]. 右江民族医学院学报, 2018, 30(5): 880-881.
- [10] 张琦, 彭增福. 激痛点针灸法的作用机制研究进展[J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(24): 87-89.
- [11] RICARDO ORTEGA-SANTIAGO, MARTA RÍOS-LEÓN, PATRICIA MARTÍN-CASAS, et al. Activemuscle trigger points are associated with pain and related disability in patients with plantar heel pain: A case-control study[J]. Pain Med, 2020, 21(5): 1032-1038.
- [12] 马彦韬, 赵佳敏, 黄强民, 等. 针刺肌筋膜疼痛激痛点治疗骶股疼痛综合征的疗效: 随机对照试验[J]. 中国疼痛医学杂志, 2019, 25(12): 919-923.
- [13] KEITARO KUBO, YOJIRO IIZUKA, HIROYOSHI YAJIMA, et al. Acupuncture and intermittent compression-induced changes in blood circulation of tendon[J]. The Journal of Alternative and Complementary Medicine (New York, N. Y.), 2020, 26(3): 231-238.
- [14] 程艳婷, 张天生, 孟立强, 等. 磁圆针学术源流探析及规范化操作[J]. 中国针灸, 2016, 34(7): 705-709.
- [15] 李为成, 张卫东, 程艳婷, 等. 磁圆针临床优势病种的文献研究[J]. 上海针灸杂志, 2016, 35(3): 363-366.

(收稿日期: 2021-09-07)

茶的功效(二)

玉米须茶

原料: 玉米须 50g, 绿茶适量。

做法: 将玉米须与适量的沸水一起放入锅中, 用小火煮 5min。将绿茶放入杯中, 用玉米须水冲泡, 频饮即可。

功效: 此茶具有降血压、利尿、消肿的功效。(杜琳, <http://www.entcm.com.cn/news.html?aid=194097>)