腰椎间盘突出症的分型辨病辨证治疗

腰椎间盘突出症主要是因为腰椎间盘各部分（髓核、纤维环及软骨板），尤其是髓核，有不同程度的退行性改变后，在外力因素的作用下，椎间盘的纤维环破裂，髓核组织从破裂之处突出（或脱出）于后方或椎管内，导致相邻脊神经根遭受刺激或压迫，从而产生腰部疼痛，一侧下肢或双下肢麻木、疼痛等一系列临床症状。属中医“腰腿痛”、“痹症”范畴。《素问·刺腰痛篇》说：“衡络之脉令人腰痛，不可以俯仰，仰则恐仆，得之举重伤腰”，又云：“肉里之脉令人腰痛，不可以咳，咳则筋缩急。” 王师对腰椎间盘突出症有丰富诊治经验，认为该病需重视分型辨病辨证。其辩证治疗经验如下。

　 分型辨治

1、气滞血瘀型：有明显外伤史，伤后腰部疼痛不能活动脊柱侧弯，下腰部有明显压痛点，并向下肢放射，咳嗽加重，后期可见下肢麻木，肌肉萎缩，直腿抬高实验阳性，舌质紫暗，脉涩或弦数。伤后气滞血瘀，经络不通。治以活血化瘀，行气止痛。方用桃红四物汤加减。桃仁15g，红花12g，赤芍12g，川芎15g，生地15g，当归尾12g，地龙9g，黄芪30g。肾虚腰膝酸软加杜仲、续断、桑寄生，闪挫扭伤或体位不正而引起加青皮、香附。

2、风寒湿型：无明显外伤史及诱因出现腰部重着疼痛，活动不利，脊柱侧弯，有椎旁压痛及下肢放射痛，欲天气变化加重，舌苔白腻脉沉缓。属风寒湿。治以祛风散寒除湿。方用独活寄生汤加减。独活18g，桑寄生15g，杜仲15g，怀牛膝12g，细辛6g，秦艽15g，茯苓18g，肉桂心9g，防风12g，川芎12g，甘草6g，当归12g，赤芍9g。痹证疼痛较剧酌加制川乌、制草乌、白花蛇搜风通络、活血止痛，寒邪偏盛者酌加附子、干姜以温阳散寒，湿邪偏盛者去地黄酌加防己、薏苡仁、苍术以祛湿消肿，正虚不甚者可减地黄。

3、肾虚型：患者先天禀赋不足，肾精亏损，无以滋养经脉。除腰腿痛外伴有畏寒肢冷，面色白，头晕目眩，耳鸣耳聋，面部潮红，五心烦热。治以补肾阴，壮肾阳。方用左归丸或右归丸加减。熟地黄18g，制山茱萸12g，牡丹皮12g，山药18g，茯苓15g，泽泻12g，枸杞子

12g，杜仲15g，菟丝子12g，当归15g，怀牛膝12g，炙甘草6g。虚火甚者加龟板胶、黄柏、知母，脾气亏虚下陷者加党参、升麻、柴胡。

还应进行适当的腰背肌锻炼，如小燕飞式，五点支撑式等。避免寒湿、勿坐湿地，注意避免跌、仆、闪挫。加强腰背肌功能锻炼，注意持之以恒。防止腰腿受凉，防止过度劳累。站或坐姿势要正确。注意劳动姿势，避免长久弯腰和过度负重，以免加速椎间盘的病变。注意腰间保暖，尽量不要受寒。睡硬板床。睡硬板床可以减少椎间盘承受的压力。

蔡浩

2020年11月2日

指导老师评语：

本病多因外伤劳伤，损伤经脉，导致气滞血瘀，气血瘀滞，不通

则痛；或因外受风寒湿邪浸及，阻络筋骨脉，风湿痹阻，筋络失去濡养而痛；或先天脾肾不足，肾虚为本，致气血不足，经络失养而痛。《诸病源候论·腰脚疼痛候》云：“肾气不足，受风邪之所为也。劳伤则肾虚，虚则受于风冷，风冷与真气交争，腰脚痛。” 要根据病人的具体情况辩证辨病施治。对于病情严重，较长时间保守治疗无效，出现马尾综合征、或神经根麻痹等严重情况，应积极手术治疗。

指导老师：王凯波

2020年11月2日