

关于平衡针灸针刺 肩痛穴

The background features a traditional Chinese landscape painting, likely a 'Shan Shui' style, rendered in a light, monochromatic tone. The painting is presented as if it were a fan, with the top edge curved and the bottom edge tapering to a point. The scene depicts a mountainous landscape with trees, a body of water, and a small structure, all rendered in a classic ink-wash style. The overall aesthetic is serene and traditional, complementing the medical theme of the text.

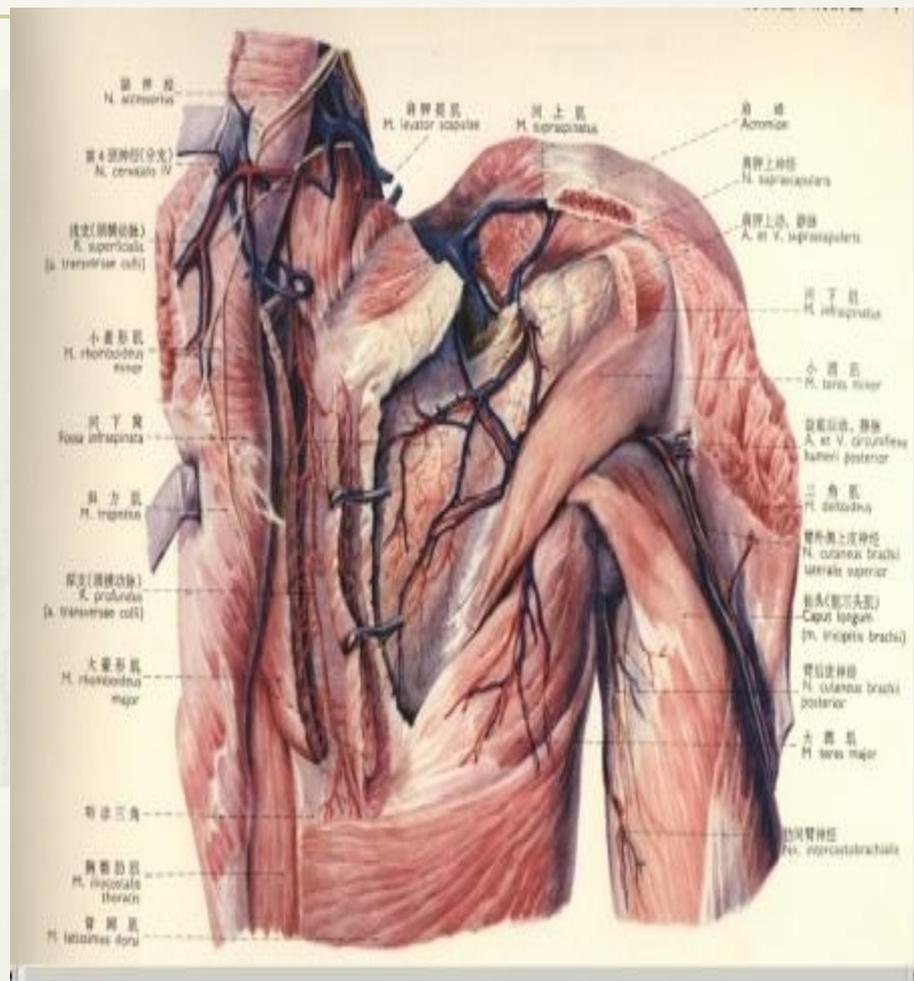
概述

1. 肩痛：是肩周围肌肉、肌腱、滑囊、关节囊的慢性损伤性、无菌性炎症引起的临床症状之一，以疼痛、功能受限为主要临床特点，为中、老年人的常见病、多发病。
2. 颈肩痛：是指颈部疾病引起的头痛、颈痛、肩痛、上背部痛、上肢放射性痛及脊髓受压后产生的四肢症状。

认识你的肩

β

肩是人体一个很特殊的部位，肩部的肌肉都是“跨界”的，一端附着在肩部，另一端附着在胸、颈、上臂等部位。除了肩关节周围软组织因外伤或慢性劳损引起的慢性炎症（即肩周炎）会导致疼痛外，上述胸、颈、上臂等部位出现病变，也会“殃及”肩部。因此，对于肩部发出的信号如反复酸痛等，千万不可掉以轻心。



肩后区和肩胛区局解(三)

肩痛病因

--中医病因(1)

《针灸甲乙经》卷十：此病安生，因何有名？曰：风寒湿气客于分肉之间，迫切而为沫，沫得寒则聚，聚则排分肉而分裂，分裂则痛，痛则神归之，神归之则热，热则痛解，痛解则厥，厥则他痹发，发则如是。因外感风湿、肺受风热、强力负重，跌仆损伤等因，伤及手三阳所致。



皇甫謐

肩痛病因

— 中医病因(2)

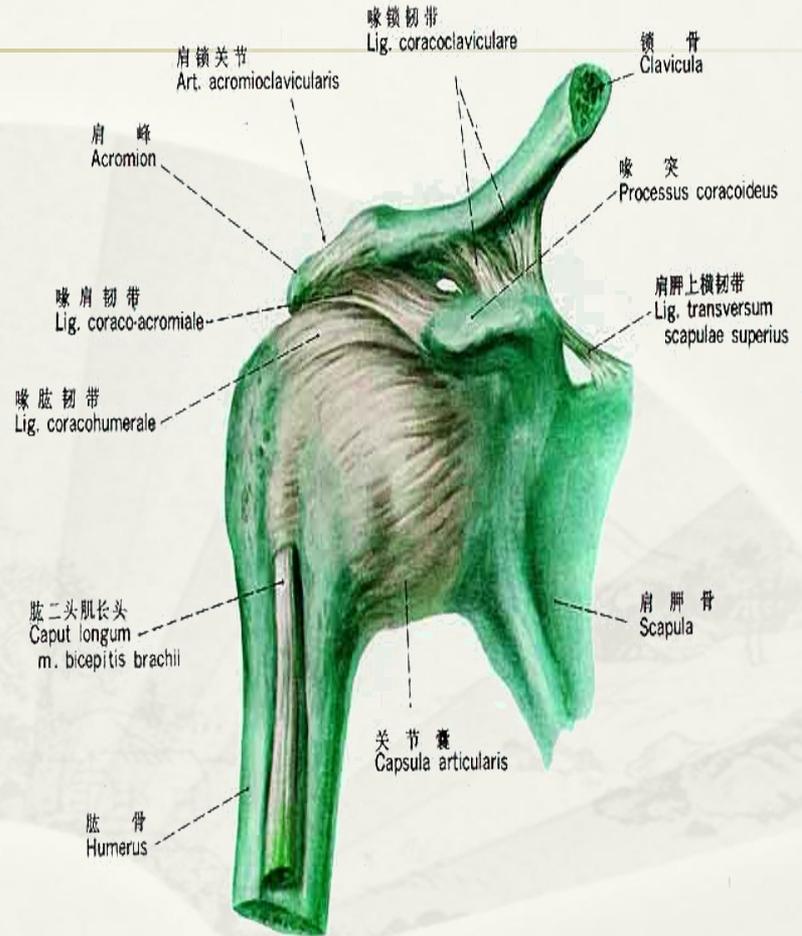
β 肩为手三阳经交会处，又属肺脏分域。由外感风湿所致者，肩痛偏后，常与背痛并见；因肺受风热者，证见肩痛偏前，痛连手臂。因强力负重或跌仆损伤者，痛有定处，伸屈不利，或痛引颈项等，可结合伤科、推拿、针灸治疗。本证见于西医的风湿性关节炎、肩关节周围炎、肩胛肌劳损等疾患。



肩痛病因

--现代医学病因(1)

多因肩关节周围组织，如肌肉、肌腱、滑囊等因冷冻、外伤、感染所致。



肩关节 (前面观)
The shoulder joint. Anterior aspect

www.bioon.com

肩痛病因

--现代医学病因(2)

1. 不少患者是由风湿病引起的。
2. 其主要症状为颈肩持续疼痛，患侧上肢抬高、旋转、前后摆动受限，遇风遇冷感觉有沉重隐痛。
3. 如不及时治疗，拖延日久可使关节粘连，患侧上肢变细，无力甚至形成废用性萎缩。

肩痛病因

--现代医学病因(3)

40%~50%

的肩痛是由颈椎疾病引起。除了肩周炎可引起肩痛以外，还有许多其他疾病也可引起。如：心绞痛、心肌梗塞、肺癌、胆囊炎、胆石症



胆囊炎、胆石症可引发肩痛

炎症或胆石牵涉引起右肩痛，患者常有反复发作的病史可询，B超可以确诊，经抗感染、解痉止痛治疗可缓解肩痛。

心绞痛、心肌梗塞可引发肩痛

疼痛因心肌缺血放射至左肩引起。心绞痛常因劳累或兴奋诱发，休息后疼痛可缓解。这两者常危及生命，有冠心病史者尤应小心。

肺癌可引发肩痛

肩痛是肺癌转移压迫臂丛神经引起，可出现在咳嗽、咯血、胸痛等呼吸道症状之前。

疾病不同肩痛症状有异

- β 专家指出，虽然导致肩痛的疾病很多，但如果仔细分辨的话，还是会有差异的。
- β 1. 风湿性关节炎、肩胛肌劳损、肩周炎等引起的疼痛只局限于肩部。
- β 2. 颈椎病引起的肩痛则往往同时伴随下颈部的不适，有些同时合并头晕、颈痛，手臂麻木等。
- β 3. 冠心病病人除了肩痛外，还会有胸骨后或心前区压榨样不适。
- β 4. 肺尖癌引起的疼痛则通常是以腋下为主，向上肢内侧放射的烧灼样疼痛，在夜间尤甚，如果肩部严重受压，还会影响肩部和上肢的活动。

疼痛特点

- β 主要**痛点**在肩关节周围，亦可连及颈背。动则痛，不动不痛或疼痛，梳头、穿衣、提物、举高都有困难。发作严重时疼痛难忍，坐立不安，彻夜难眠。



肩痛诊断标准

一、西医标准

- ≥ 40 岁，缓慢起病，多有受凉或外伤史。
- 肩部疼痛逐渐加重，肩关节功能活动受限。
- 体征检查：肩局部压痛，活动受限，肌肉萎缩。
- X线检查阴性

二、中医标准

- 风寒阻络：肩部疼痛，微恶风寒，手指麻木
- 气虚血瘀：肩部疼痛且活动不便，气短乏力
- 寒湿凝络：肩部疼痛，遇寒加重，得热痛减

平衡针灸针刺肩痛穴

β 适应证：肩痛（包括肩周炎，颈椎综合征，胸廓出口综合征，肩袖损伤，颈肩肌筋膜炎，肱二头肌、肱三头肌软组织损伤，冈上肌、冈下肌软组织损伤等引起的疼痛）。

β 禁忌证——孕妇禁用

操作方法

一、器械准备

29号3寸0.35mm×75mm无菌性针灸针，碘伏，无菌性橡皮手套，中式镊子一把，84消毒液一杯。

二、操作步骤

病人取仰卧位，暴露膝关节及以下。

取穴：肩痛穴（腓骨小头与外踝连线的上1/3处）

操作方法

- 取穴原则：**交叉取穴。来源于古典刺法的巨繆刺法，是平衡针法的特点之一。
- 针刺特点：**以针刺腓浅神经或腓深神经出现的针感为宜。
- 针 感：**以触电式针感向足面，足趾和踝关节传导，出现麻胀感为宜。
- 手 法：**上下提插针刺手法。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/128074103111006062>