

· 短篇论著 ·

脑卒中后肩痛的综合康复治疗

周蕾 汪土松

肩痛是脑卒中患者常见的并发症之一,不仅延缓了上肢运动功能的康复,而且还阻碍了患者整体康复的进展,故对脑卒中后肩痛的治疗显得尤为重要。我科采用针灸结合理疗、康复训练等治疗脑卒中后肩痛患者 20 例,取得了满意疗效。现报道如下。

一、资料与方法

选取 1999 年 8 月~2002 年 5 月间我院收治的脑卒中后肩痛患者 20 例,男 11 例,女 9 例;年龄 43~78 岁,平均 58 岁;病程在 1 月内的 7 例,1~3 月的 10 例,3 月以上的 3 例;脑出血 12 例,脑梗死 7 例,脑动脉瘤破裂、蛛网膜下腔出血 1 例。20 例患者就诊前均未进行系统的康复治疗,我们根据患者具体情况,采用红外线、针灸、康复训练等综合措施治疗,红外线辐射头对准患侧肩关节,距离 20 cm,每次治疗 30 min;红外线治疗结束后,取患者健侧阳陵泉、足三里,用 28 号 2.5 寸毫针斜向下刺 1.5 寸,进行提插、捻转,待患者感到局部酸胀明显或医者感觉针下沉紧后,留针 30 min;留针的同时,医者对患者进行抗痉挛、上肢助力运动等康复训练,纠正肩胛骨的下沉、后缩以及肱骨的内旋,使胸肌和其它内收肌松弛,以避免其长期剧烈牵张。以上治疗每日进行 1 次,30 d 后评测疗效。

疗效评定标准:根据 Fugl-Meyer 评估方法^[1],分别对该组患者治疗前、后其患肩关节屈曲、外旋、外展、内旋运动时的关节活动评分及疼痛评分进行比较,同时根据简式 Fugl-Meyer 运动量表^[2]对患侧上肢运动功能进行评定。

二、结果

该组患者经过 30 d 综合康复治疗,其患肩屈曲、外旋、外展、内旋运动的关节活动评分和疼痛评分,以及患侧上肢运动功能评分较治疗前均有明显提高(表 1、2),经 Wilcoxon 配对法检验, $P < 0.05$,治疗前、后各项评分差异均有显著性意义。

表 1 治疗前、后患侧肩关节活动评分和疼痛评分(例)

项 目	n	治疗前			治疗后			P 值
		0 分	1 分	2 分	0 分	1 分	2 分	
活动评分								
屈曲	20	7	13	0	0	8	12	<0.005
外展	20	8	12	0	6	10	4	<0.05
外旋	20	14	6	0	9	9	2	<0.05
内旋	20	4	16	0	0	16	4	<0.01
疼痛评分								
屈曲	20	12	8	0	1	14	5	<0.005
外展	20	13	7	0	9	9	2	<0.005
外旋	20	15	5	0	11	7	2	<0.05
内旋	20	10	10	0	0	14	6	<0.005

表 2 治疗前、后患侧上肢运动功能评分(例)

项 目	n	评分情况		
		≤10 分	11~14 分	≥15 分
治疗前	20	5	15	0
治疗后*	20	2	11	7

注: * 与治疗前比较, $P < 0.01$

三、讨论

肩关节的正常活动有赖于运动中肩胛骨旋转、肱骨外旋等诸多因素^[3]。一般认为,脑卒中后肩痛与肩关节周围肌肉松弛或痉挛状态、肩关节半脱位、处置不当、软组织损伤及肩手综合征等密切相关^[4]。古人曰:“血之与气,并走于上,则为大厥,厥则暴,气复反则生,不反则死”,说明“气血逆乱”是脑卒中的重要病机;中医理论认为,偏瘫肩痛的病机要点在于风寒之邪袭留肌肤,经络气血为之凝涩而致脉络瘀阻,不通则痛,肩痛日久,营血壅遏,可致肌肉失荣而枯萎,经筋挛缩而缩短,最终成失用手。本组患者采用红外线照射患肩,其温热作用可改善局部组织血液循环,降低肌张力,并有一定的镇痛作用。阳陵泉为筋之会穴,足少阳为胆经之合穴,而手足少阳经皆循行过肩,故主治肩之筋病;足三里为足阳明胃经之合穴,益气补血常用穴。针刺阳陵泉配足三里可活血祛瘀,通络止痛,达到“通则不痛”的目的。取健侧阳陵泉、足三里是巨刺针法,根据经脉左、右相交相会原理,采取左病取右,右病取左,调节气血,疏通经络的针刺方法。临床上,常见脑卒中后肩痛患者在健侧阳陵泉附近可触及阳性反应物,按之肩痛可即刻缓解,而患侧较少触及阳性反应物。留针于阳陵泉及足三里,患肩疼痛可得到缓解,肌肉痉挛也有一定程度改善,此时再配合康复训练,可进一步改善肩内收肌痉挛,促使肩胛骨与肱骨同步运动,并使肩关节内旋、内收的痉挛状态得以缓解。在这些综合治疗作用下,脑卒中后肩痛患者疼痛得以缓解、肩关节活动度增加,随之整个患侧上肢的运动功能也大大增强。因此,我们认为红外线照射、针刺健侧阳陵泉、足三里并配合患肩康复训练,既能减轻患者身心痛苦,又有利于其功能康复,是一种治疗脑卒中后肩痛的较好方法,值得临床推广应用。

参 考 文 献

- 1 燕铁斌,主编. 现代康复治疗技术. 合肥:安徽科学技术出版社, 1994. 309.
- 2 缪鸿石,朱镛连,主编. 脑卒中的康复评定和治疗. 北京:华夏出版社, 1999. 10.
- 3 刘钦刚,倪朝民,李鹏虹,等,译. 循序渐进. 合肥:中国科学技术大学出版社, 1996. 160.
- 4 中华人民共和国卫生部医政司,主编. 中国康复医学治疗规范. 北京:华夏出版社, 1999. 178.

(收稿日期:2002-08-17)

(本文编辑:文 焰 易 浩)