

# 治疗腰腿痛案例三则

□郭维淮

## 案例一

孙某,男,48岁。

**初诊:**患者腰腿痛1天就诊。1天前,患者因久坐受凉后出现腰困腿痛,行走困难,坐卧不宁,不敢咳嗽、弯腰翘臀,行动迟缓。查体:腰椎L4~L5棘突间隙右侧压痛明显,并向下肢放射,腰部活动受限,直腿抬高试验阳性,10度~20度。CT检查显示:腰椎L4~L5椎间盘右后突出,腰椎L5~骶1中央突出。舌质淡红,舌苔白滑,脉弦沉。

**诊断:**腰腿痛。

**辨证:**久坐受凉,突受风寒,经脉痹阻,气血不通,督脉受阻。

**证属:**痹阻型。

**治法:**温经通络,祛风除湿。

**方药:**自拟肾着汤加减。黄芪30克,柴胡10克,苍术10克,桃仁6克,红花5克,桑寄生12克,独活12克,全蝎6克,升麻5克,枳壳10克,甘草3克。共3剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**腰部自由体操,避免风寒。

**二诊:**服药3剂后,腰痛减轻,腿较前有力,不敢咳嗽,受凉后加重。去枳壳,加防风以增强祛风除湿之力。

**处方:**黄芪30克,防风10克,柴胡10克,苍术10克,桃仁6克,红花5克,桑寄生12克,独活12克,全蝎6克,升麻5克,甘草3克。共3剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**腰部自由活动,忌久坐、久站,避免风寒。

**三诊:**服药7剂后,腰痛减轻,腿较前有力,腿麻木减轻,可行走100米,咳嗽消失。上方去红花,桃仁,加骨碎补,以补肾壮腰。

**处方:**黄芪30克,防风10克,柴胡10克,苍术10克,桑寄生12克,独活12克,全蝎6克,升麻5克,骨碎补10克,甘草3克。共3剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**腰部自由活动,忌久坐、久站,避免风寒。

**四诊:**腰腿痛基本消失,腰部活动正常,直腿抬高阴性,行走基本正常,麻木减轻,但是不能久站。效不更方,再服用10剂。水煎服,每天1剂。

随访患者6个月未复发。

**按语:**腰痛的病因病机较为复杂,笔者认为无论是外力致伤,还是风、寒、湿邪浸淫引起腰痛,均与肾气有关。《景岳全书》中记载:“凡腰痛者,多由真气不足。”在治疗腰痛时,除分型、辩证用药外,应注意益气补肾之品的运用,正气来复,邪祛病愈。笔者在临床治疗腰痛时辨证求因,同时配合适当的功能锻炼,使脊柱平衡恢复,经络调畅,肌肉、肌腱、韧带强健,以获得更快、更好、更巩固的疗效。笔者自拟肾着汤,方中黄芪利水退肿、补气升阳;苍术祛风湿、燥湿健脾,为君;红花、桃仁活血,祛瘀通经;桑寄生、独活祛风湿,强筋骨;柴胡、升麻行瘀血,升阳举陷,为臣;佐以全蝎祛风通络、解痉止痛,枳壳行气宽中;甘草调和诸药为使,共奏温经通络、祛风除湿之功效。

## 案例二

代某,女,57岁。

**初诊:**患者腰部疼痛伴起坐不利1个月就诊。患者1个月前因劳作后感觉腰部疼痛,起坐不利,未做治疗,休息后仍不减轻,并逐渐加重,现不能弯腰、久坐。查体:腰部发硬,腰部压痛明显,活动受限,直腿抬高试验阴性。X线片检查显示:腰椎前缘不同程度增生。舌质淡,舌苔白,脉弦数。

**诊断:**腰腿痛(腰肌劳损)。此乃久坐伤肾,劳则伤气,加之久病,气血运行不畅,瘀阻于腰脊,督脉受损,经络不通,则腰腿痛。

**辨证:**虚实夹杂证—气虚血瘀,肝肾不足。

**治法:**补气壮腰。

**方药:**黄芪30克,防风10克,柴胡10克,苍术10克,桃仁6克,红花5克,桑寄生12克,独活12克,全蝎6克,升麻5克,骨碎补10克,甘草3克。共3剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**腰部自由活动,忌久坐、久站,避免风寒。

**二诊:**服药7剂后,腰痛减轻,腿较前有力,腿麻木减轻,可行走100米,咳嗽消失。上方去红花,桃仁,加骨碎补,以补肾壮腰。

**处方:**黄芪30克,防风10克,柴胡10克,苍术10克,桑寄生12克,独活12克,全蝎6克,升麻5克,骨碎补10克,甘草3克。共3剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**腰部自由活动,忌久坐、久站,避免风寒。

**三诊:**服药3剂后,腰痛减轻,腿较前有力,腿麻木减轻,可行走100米,咳嗽消失。上方去红花,桃仁,加骨碎补,以补肾壮腰。

**处方:**黄芪30克,防风10克,柴胡10克,苍术10克,桑寄生12克,独活12克,全蝎6克,升麻5克,骨碎补10克,甘草3克。共3剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**腰部自由活动,忌久坐、久站,避免风寒。

**四诊:**腰痛明显减轻,左下肢久后酸困不适。上方去防风,加全蝎6克,杜仲10克,以加强活血通络壮腰之力。

**处方:**黄芪30克,续断12克,当归10克,生白术15克,升麻5克,香附12克,桑寄生10克,全蝎6克,杜仲10克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

连续随访患者6个月未复发。

**按语:**《景岳全书》中记载:“凡腰痛者,多由真气不足。”说明气虚是腰痛发病的基础。劳作过度可导致气的耗损而气虚,气虚无以化血则血虚,气虚运化无力则血瘀,气血不能濡养筋骨而腰痛。该患者辨为气虚血瘀、肝肾不足证,治为补气壮腰,应用补气壮腰汤加减和外用舒筋活血祛瘀膏。方中黄芪、党参、当归为君,以益气补血;生白术、升麻、枳壳、香附、乌药为臣,以理气止痛;续断为

**方药:**补气壮腰汤加减。黄芪30克,党参15克,续断12克,当归10克,生白术15克,升麻5克,枳壳10克,香附12克,乌药6克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**外用舒筋活血祛瘀膏(内部制剂)外敷。嘱咐患者忌久坐、久弯腰、久卧。腰部自由活动。

**二诊:**服药后患者腰痛消失。后因劳累又出现腰痛,但较上次轻,活动较前灵活,晨起腰硬,活动后减轻。舌质淡,舌苔薄白,脉数弦。该病因劳作引起,延误治疗,则经络痹阻不通,给予温中补气壮腰药物治疗好转,上方去党参、枳壳,加防风10克,桑寄生10克,以通络壮腰。

**处方:**黄芪30克,防风10克,续断12克,当归10克,生白术15克,升麻5克,香附12克,乌药6克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**忌劳作,做腰部自由活动。

**三诊:**腰痛明显减轻,左下肢久后酸困不适。上方去防风,加全蝎6克,杜仲10克,以加强活血通络壮腰之力。

**处方:**黄芪30克,续断12克,当归10克,生白术15克,升麻5克,香附12克,桑寄生10克,全蝎6克,杜仲10克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

连续随访患者6个月未复发。

**按语:**《景岳全书》中记载:“凡腰痛者,多由真气不足。”说明气虚是腰痛发病的基础。劳作过度可导致气的耗损而气虚,气虚无以化血则血虚,气虚运化无力则血瘀,气血不能濡养筋骨而腰痛。该患者辨为气虚血瘀、肝肾不足证,治为补气壮腰,应用补气壮腰汤加减和外用舒筋活血祛瘀膏。方中黄芪、党参、当归为君,以益气补血;生白术、升麻、枳壳、香附、乌药为臣,以理气止痛;续断为

佐,补肾壮腰;甘草为使,调和诸药。诸药合用,共奏补气壮腰、活血通络之功效。

## 案例三

白某,女,50岁。

**初诊:**患者劳作后腰痛,腿困,逐渐加重12天。患者12天前因为劳作后出现腰痛、腿困,逐渐加重,腰部活动受限,行走困难,不能翻身。查体:腰椎L3~L5局部压痛并向右下肢放射,活动受限,直腿抬高试验右侧阳性。脉数弦,舌质紫暗,舌苔白滑。

**诊断:**腰腿痛(腰椎间盘脱出)。

**辨证:**因劳作后督脉受阻,气血瘀滞于腰脊。此为年老体弱,因劳累伤及气血,气滞血瘀,不能濡养筋骨而逐渐加重。为气滞血瘀之症候。

**治法:**活血祛瘀,益气通经。

**方药:**益气活血通经汤加减。黄芪30克,防风10克,红花5克,桃仁6克,升麻5克,全蝎6克,木瓜10克,香附15克,乌药6克,细辛3克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**避免劳作,加强腰背肌锻炼。

**二诊:**服药7剂后,患者腰痛明显减轻,右髋痛,行走时加重。此为瘀血未尽之象。上方去防风,加续断12克,当归10克,以活血利湿,强壮腰脊。

**处方:**黄芪30克,红花5克,桃仁6克,升麻5克,全蝎6克,木瓜10克,香附15克,乌药6克,细辛3克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

连续随访患者6个月未复发。

**按语:**《黄帝内经》中记载:“血实宜决之,气虚宜掣引之。”《伤寒论》中记载:“是跌打损伤之证,恶血留内,则不分何经,皆以肝为主。盖肝主血也,败血必归于肝。”结合几十年的临床经验,笔者悟出“气病多虚,血病多瘀”的理念。强调血液循环运行不息,环流全身,周而复始,为全身各脏腑组织器官提供必要的营养,以维持人体的正常生理功能,一刻也不能停滞,血贵在流动流畅,同时根据血病多瘀的病理见解,提出“血以活为贵”的认识。该患者12天前因劳作后腰痛,腿困,逐渐加重,腰部活动受限,行走困难,不能翻身。方中黄芪、红花、桃仁为君,以活血益气;防风祛风;木瓜舒筋活络化湿;香附、乌药、全蝎为臣以理气通络止痛;细辛温经通络;升麻为佐,升举中气;甘草为使,调和诸药。共奏活血祛瘀、益气通经之功效。

克,续断12克,当归10克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**腰部进行适量活动,避免劳作,忌久坐、弯腰。

**三诊:**腰腿痛基本消除,腰部酸困。给予患者益气活血、健脾补肾中成药,巩固疗效。服用筋骨痛消丸、加味益气丸(内部制剂)各6克,40剂,每天2次。注意腰部进行适量活动,避免劳作,忌久坐、弯腰,忌饮酒,加强腰背肌锻炼。

连续随访患者6个月未复发。

**按语:**《黄帝内经》中记载:“血实宜决之,气虚宜掣引之。”

**辨证:**因劳作后督脉受阻,气血瘀滞于腰脊。此为年老体弱,因劳累伤及气血,气滞血瘀,不能濡养筋骨而逐渐加重。为气滞血瘀之症候。

**治法:**活血祛瘀,益气通经。

**方药:**益气活血通经汤加减。黄芪30克,防风10克,红花5克,桃仁6克,升麻5克,全蝎6克,木瓜10克,香附15克,乌药6克,细辛3克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**避免劳作,加强腰背肌锻炼。

**二诊:**服药7剂后,患者腰痛明显减轻,右髋痛,行走时加重。此为瘀血未尽之象。上方去防风,加续断12克,当归10克,以活血利湿,强壮腰脊。

**处方:**黄芪30克,红花5克,桃仁6克,升麻5克,全蝎6克,木瓜10克,香附15克,乌药6克,细辛3克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

连续随访患者6个月未复发。

**按语:**《黄帝内经》中记载:“血实宜决之,气虚宜掣引之。”

**辨证:**因劳作后督脉受阻,气血瘀滞于腰脊。此为年老体弱,因劳累伤及气血,气滞血瘀,不能濡养筋骨而逐渐加重。为气滞血瘀之症候。

**治法:**活血祛瘀,益气通经。

**方药:**益气活血通经汤加减。黄芪30克,防风10克,红花5克,桃仁6克,升麻5克,全蝎6克,木瓜10克,香附15克,乌药6克,细辛3克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**避免劳作,加强腰背肌锻炼。

**三诊:**腰痛明显减轻,右髋痛,行走时加重。此为瘀血未尽之象。上方去防风,加续断12克,当归10克,以活血利湿,强壮腰脊。

**处方:**黄芪30克,红花5克,桃仁6克,升麻5克,全蝎6克,木瓜10克,香附15克,乌药6克,细辛3克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

连续随访患者6个月未复发。

**按语:**《黄帝内经》中记载:“血实宜决之,气虚宜掣引之。”

**辨证:**因劳作后督脉受阻,气血瘀滞于腰脊。此为年老体弱,因劳累伤及气血,气滞血瘀,不能濡养筋骨而逐渐加重。为气滞血瘀之症候。

**治法:**活血祛瘀,益气通经。

**方药:**益气活血通经汤加减。黄芪30克,防风10克,红花5克,桃仁6克,升麻5克,全蝎6克,木瓜10克,香附15克,乌药6克,细辛3克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

**医嘱:**避免劳作,加强腰背肌锻炼。

**三诊:**腰痛明显减轻,右髋痛,行走时加重。此为瘀血未尽之象。上方去防风,加续断12克,当归10克,以活血利湿,强壮腰脊。

**处方:**黄芪30克,红花5克,桃仁6克,升麻5克,全蝎6克,木瓜10克,香附15克,乌药6克,细辛3克,甘草3克。共7剂。水煎服,每天1剂。

连续随访患者6个月未复发。

**按语:**《黄帝内经》中记载:“血实宜决之,气虚宜掣引之。”

**辨证:**因劳作后督脉受阻,气血瘀滞于腰脊。此为年老体弱,因劳累伤及气血,气滞血瘀,不能濡养筋骨而逐渐加重。为气滞血瘀之症候。

**治法:**活血祛瘀,益气通经。

**方药:**益气活血通经汤