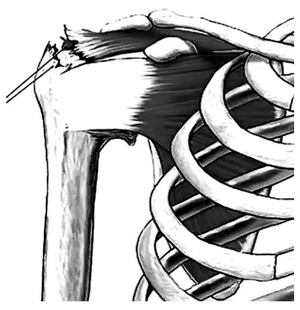
经验之谈

是肩袖损伤，还是肩周炎？快速鉴别法

□王学昌

在临床中，有些医生每次遇到因肩膀酸痛或肩膀活动受限的患者，往往马上会想到是肩周炎。但是，有些患者的肩膀疼痛实际是由肩袖损伤引起的，并不是肩周炎。那么，什么是肩袖损伤？如何准确、快速地判定患者是肩袖损伤？笔者总结如下：

什么是肩袖损伤



肩袖损伤

肩袖由覆盖于肩关节前、上、后方之肩胛下肌、冈上肌、冈下肌、小圆肌的肌腱部分组成。肩袖损伤是指这些组织发生炎症、水肿、撕裂或断裂等。临床常表现为肩袖局部炎症、水肿、疼痛、肩关节功能障碍等。肩袖损伤不仅会引起肩部疼痛，重则还会影响肩关节活动度，致使肩部活动受限，影响正常活动，给生活和工作造成不便。

怎样诊断肩袖损伤

一、外伤史不重要。很多学术文献报道一般多有外伤史，但临床很多患者，自述没有外伤史。

二、肩关节疼痛，并且伴有不同程度活动受限。

三、在肱骨大结节和肱骨小结节处，也就是肩胛下肌、冈上肌、冈下肌、小圆肌的肌腱止点，可以找到压痛。

三、X线、CT、超声波、MRI（核磁共振成像）、红外热成像检查有助于鉴别诊断。

四、排除三角肌损伤、肩周炎、骨折、脱位、软组织损伤、肿瘤、结核病等。

肩袖损伤的辅助检查：

1.X线检查、CT检查，确诊意义不大，但可排除骨折。

2.临床上，患者往往需要进行超声波检查和MRI检查。

3.红外热成像技术近些年越来越多应用在临床上。

笔者在鉴别肩袖损伤与肩周炎时，总结的11条心得

1.患者年龄很重要。肩周炎多发生于50岁左右；45~47岁以下、53~55岁以上者，大部分为肩袖损伤。

2.压痛点的位置。肩袖损伤都是在肩袖的灶点上，如果不是，就不是肩袖损伤，可能是肩周炎。

3.急性肩袖损伤者。主动活动多受限，被动活动一般不受限，但也有少部分特殊患者除外。

4.活动受限程度。患了肩周炎，主动和被动活动皆受限明显。很多慢性肩袖损伤，主动、被动活动则受限不明显。

5.病程。慢性肩关节疼痛轻度患者，如果病程超过1年，疼痛又不明显，一般为慢性肩袖损伤。

6.无明显原因突然急性疼痛者，一般为肩袖损伤。

7.慢性肩袖损伤患者，往往伴有不同程度的肩周炎。

8.重度肩周炎患者。此类患者多为肩袖损伤，或者合并有肩袖损伤。

9.双侧肩周炎患者较为少见，一般都合并有肩袖损伤，或者是肩关节滑膜炎。

10.临床上，肩周炎患者较少，肩袖损伤患者较多。

11.有些患者肩关节疼痛，既不是肩袖损伤，也不是肩周炎，有可能是三角肌损伤，或肩锁关节损伤等。

肩袖损伤分类

肩袖损伤分为：■ 肩袖肌腱炎 ■ 肩袖撕裂 ■ 肩袖断裂

案 例

孟某，40岁，家住河南省商丘市，1个月前，无诱因出现右肩膀疼痛，稍有活动，则疼痛加重，夜间无疼痛，不动则不痛。患者在当地某医院被诊断为肩周炎，经治疗后，效果欠佳；为寻求更好的治疗效果，到笔者所在医院就诊。

诊断：患者肱骨大结节前部、中部压痛明显，外展、上举疼痛明显，前屈、后伸无不适。笔者详细问诊后告诉患者，她其实得的是肩袖损伤，而非肩周炎。

不同肩袖损伤的治疗建议

一、大多数肩袖损伤为肩袖肌腱炎，可应用兼具针灸针、针刀、注射针、手术刀4种功能的弧刃针进行治疗。

二、急性肩袖损伤、撕裂一般需要制动休息，后期再行弧刃针治疗。

三、肩袖断裂，则需要进行手术治疗。

四、早期炎症水肿明显者，以药物和理疗为主。

五、两三周以上的慢性患者，可以用弧刃针松解疗法进行治疗。

治疗肩袖肌腱炎，需要遵循“四定原则”（定位、定点、定性、定法），关键是定灶点和制定合适的治疗方案。

特别强调，治疗肩袖损伤，一般不需要进行激素注射。

（作者供职于河南省中医院）

巧治乳腺癌方

□王彦权

2019年6月12日接诊一名患者。李老太太，68岁，原先因严重胸闷疼（冠心病）曾来笔者所在门诊就诊。患者复诊时说，左乳外侧有一结块，直径5厘米左右，边缘不整齐，硬如石头，推不动，且左侧腋下淋巴结肿大，在当地某医院诊断为乳腺癌。诊见患者舌红、苔薄白，脉弦数，平素有帕金森病，手颤，习惯性大便干结数年。

方药：柴胡12克，黄芩10克，半夏18克，大黄8克（后下），白芍18克，甘草10克，干姜2克，枳实10克，瓜蒌20克，牡蛎20克，生石膏30克，大枣5枚。

患者用药15天后，结块变软、变小，疗效较好。

思辨：患者乳房结块，肝经郁滞，口干便干，脉弦数，少阳、阳明合证，大柴胡加石膏汤为首选；加瓜蒌可润肠通便，配伍牡蛎又可化痰、软坚散结。全方疏肝和胃，清热化痰，软坚散结。因方、证、机对应，故现佳效。

（作者供职于偃师市高龙镇石牛村集体卫生室）

河南省中医药研究院附属医院
疼痛风湿科主治医师王权亮：
突然腰痛别担心
可能是这些原因引起的

扫码看视频

专家简介：

王权亮，硕士研究生，河南省中医药研究院附属医院疼痛风湿科主治医师；任河南省软组织病研究会理事，河南省中医药学会中医外治专业委员会委员，河南省中西医结合学会疼痛专业委员会委员等；获省级科技成果一等奖2项，发表专业学术论文10余篇，出版医学专著2部。

他擅长应用中医药、针灸、穴位埋线、针刀臭氧疗法以及微创疗法等特色疗法治疗颈椎间盘突出症、腰椎间盘突出症、膝关节滑膜炎、髋关节滑膜炎、骨性膝关节炎、类风湿关节炎。

单方验方

治晨泻方

取3~5个核桃的果仁，炒熟食用，或生食，每天服用两三次，数日后，晨间腹鸣、腹痛及泄泻会逐渐好转。此方对体质虚弱及营养不良者尤为适宜。

治皮肤痒方

取鲜韭菜、淘米水，按1∶10重量配好，先用淘米水浸泡鲜韭菜两小时，之后烧开。取出鲜韭菜后，洗痒处，洗后勿用清水冲洗，每天1次，连洗3天。

（以上验方由郑玉平提供）

本版药方需要在专业医生指导下使用

产后出血食疗方

□赵瑞娜

产妇分娩胎儿时，1天内出血量达400毫升者，为产后出血，是妇产科危症之一。河南省中医院健康体检中心妇产科医生高海燕说：“治疗时要及时止血，输血，输液抗休克、抗感染，必要时可进行手术治疗。有些患者可以尝试药膳治疗，效果更为理想。”

方药一：黄酒200毫升，生地黄6克，益母草10克。将上药同放瓷杯中，隔水蒸20分钟后服用药汤。每次温服50毫升，连服数天。

方药二：大米50克，人参末、姜汁各10克。大米煮粥，加入人参末、姜汁搅拌均匀，每天早、晚服食。

（作者供职于河南省中医院健康体检中心）

四诊合参

辨治营养不良性水肿

□王 付

案 例

周某，女，41岁，患有多年营养不良性水肿病史，经朋友介绍，到笔者处就诊。

刻诊：患者眼睑处、下肢手臂、腰部以及阴部水肿，肌肉松弛，消瘦，面色不荣，全身怕冷，倦怠乏力，手指颤动，急躁易怒，经常汗出，舌质淡、苔白腻，脉沉弱。

辨证：太阳风水，阳虚风痰，肝气郁滞证。

治则：益气制水，温阳散寒，熄风化痰，疏肝理气。

方药：防己黄芪汤、理中丸、四逆散与藜芦甘草汤合方。防己3克，黄芪4克，白术12克，生姜15克，大枣1枚，红参10克，干姜10克，柴胡12克，枳实12克，白芍12克，藜芦1.5克，炙甘草12克。共6剂。取水800~1000毫升，浸泡上药30分钟，先用大火烧开后，再用小火煎煮40分钟，每次服用150毫升；第2次煎煮15分钟；第3次煎煮若水少可酌情加水，煎煮15分钟，每天1剂，分3次服用。

二诊：眼睑处水肿减轻，按前方继续服用6剂。

三诊：水肿较前又有减轻，汗出。前方黄芪改为12克，继续服用6剂。

四诊：水肿较前又有减轻，汗出较前减少，按前方继续服用6剂。

五诊：水肿较前又有减轻，手指颤动消失，按前方继续服用6剂。

六诊：水肿基本消失，按前方继续服用6剂。

七诊：水肿未再出现，汗出止，按前方继续服用30余剂，巩固疗效。

随访患者，一切尚好。

用药体会

患者眼睑处水肿、汗出等，辨为太阳表虚风水；再依据倦怠乏力、全身怕冷辨为阳虚；因急躁易怒辨为肝郁；又因手指颤动、苔腻，辨为风痰。以此辨为太阳风水，阳虚风痰，肝气郁滞证。用防己黄芪汤，益气、利水、散水；用理中丸，温阳健脾制水；用四逆散，疏肝解郁，调理气机；用藜芦甘草汤，熄风化痰。方药相互为用，以取其效。

（作者供职于河南经方医药研究所）

2019年郑州国际唇腭裂救助公益行动报名启动

2019年郑州国际唇腭裂救助公益行动报名启动，贫困家庭的唇腭裂患儿可向郑州市第一人民医院申请免费手术。

2019年7月25日~31日，来自世界各地的30多位整形外科专家、麻醉专家、儿科专家、五官科专家，为全国贫困家庭的先天性唇腭裂患儿进行免费手术治疗。

郑州市第一人民医院作为该项目定点医院，已经是第14次承办此类活动。目前，医院已经为2364名唇腭裂患儿进行了免费手术。

服务对象：年龄在18周岁以下的唇腭裂患者。

报名截止时间：2019年7月24日下午5时。

免费就医程序：报名后进行信息登记（患者家属可以通过电话、邮件等方式进行报名）。

特别提醒：术前筛查（患儿于2019年7月26日早上8时前，到医院门诊楼参加筛查）。符合手术指征的患者留院后，于7月27日~31日实施手术。筛查未通过者，可参加郑州市第一人民医院长年开展的唇腭裂免费整形手术。

报名方式：

1.患儿家长可拨打电话报名：0371（66326632、56580116、56580439）。

2.通过邮件以及官方网站(www.zzsdyrmyy.com)进行报名。通信地址：郑州市东大街56号郑州市第一人民医院医务科。

3.详情请关注郑州市第一人民医院微信公众平台。

广告

肝病消化不良的中药治疗与药膳调理

□张运海

肝病患者消化不良的主要表现：胁肋胀痛，胸闷太息，精神抑郁，性情急躁，纳食减少，口淡乏味，脘闷腹胀，午后为甚，少气懒言，四肢倦怠，面色萎黄，大便溏泻或食谷不化，每因进食生冷油腻及不易消化的食物而加重。舌质淡、有齿痕，苔白，脉沉弦。

中药治疗

治疗：疏肝解郁，健脾和中。

方药：逍遥散或柴芍六君子汤化裁。柴胡10克，黄芪15克，茯苓20克，白芍15克，当归12克，瓜蒌30克，焦白术10克，鸡内金15克。

如果患者合并大便溏泻或食谷不化，加炒薏苡仁30克，焦三仙（焦麦芽、焦山楂、焦神曲）30克；小腹下坠者，加川芎10克，升麻6克；中焦虚寒较甚、胃脘凉而恶食生冷油腻者，加高良姜9克，生山楂15~20克。

药膳调理

大麦茶：大麦茶30克，水煎服，可消食化积。该方适用于米食积滞。

胡萝卜茶：胡萝卜50克，茶叶10克。胡萝卜与茶叶同煎服用，可理气消食。

鸡内金汤：鸡内金100克，晒干后研成粉末，过筛，取3克，用米汤冲服，每天2次。该方可治疗消化不良、食积等。

佛手姜汤：佛手10克，姜6克，白糖适量。先将姜、佛手放入砂锅中，加水煎煮，去渣后，加入白糖即可。代茶饮用。该方可理气宽胸，和胃止呕。

消宣散：谷芽、山楂、槟榔、枳壳各等份，将上药共研成粉末。每次服用三五克，每天3次。该方可理气消食，健脾开胃，适用于食积气滞，消化不良，脘腹胀满，腹泻便溏等。

三鲜消滞饮：鲜山楂20克，鲜萝卜30克，鲜青橘皮6克，冰糖适量。将鲜山楂、鲜萝卜、鲜青橘皮洗净、切丝，放入锅中加水适量，用大火烧开后，用文火煎30分钟，然后用纱布过滤，弃渣取药液后，加入冰糖继续煮沸即成。每次服用20~30毫升，每天3次，3天为1个疗程。该方适用于积滞伤脾型疳积证。

（作者供职于方城县赵河镇老君庄村卫生所）

本版未署名图片为资料图片

稿 约

本版是以中医药为主要内容的“医生园地”，内设《中西合璧》《针推治验》《四诊合参》《临证心语》《中药用法》《名医堂》《验案举隅》《经验之谈》等栏目。

稿件要求：尽量原创，言之有物，具体可行；1000字以内；可以用小故事开头，以增加趣味性。

联系人：朱忱飞

电话：（0371）85966391

投稿邮箱：5615865@qq.com

邮政编码：450000

地址：郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社编辑部。