《2009-2013年針灸治療肩周炎的文獻研究

— 附臨床觀察治療體會》

王錦超
13444611

中醫學碩士學位課程

指導老師： 涂豐 博士

香港浸會大學

二零一四年四月
＜摘要＞

背景：
肩關節周圍炎，又稱肩周炎，是一種具有自限性的骨關節疾病，常見於年約 50 岁左右的中年人，故又稱五十肩。本病的特點是肩部起初疼痛，逐漸出現肩關節僵硬、粘連、活動受限，形成「凍結肩」，直至最後疼痛消失，肩關節功能逐漸恢復。到目前為止，肩周炎的癥療機理仍未完全明瞭，普遍認為本病是肩關節軟組織的退行性病變，關節囊與關節周圍軟組織發生範圍較廣的慢性無菌性炎症反應，而引起軟組織的廣泛性粘連。西醫治療本病主要為對症療法和手術治療。一般來說，對症治療已足以滿足多數患者的要求。一旦遇上對症療法無效，或者功能障礙已嚴重影響工作及生活，仍能使用手術作為終極手段，是西醫的最大優勢。而中醫治療肩周炎已有上千年經驗，應用技術包括針灸、推拿、中藥內服或外用等，現代中醫又演化出小針刀療法。其中針灸治療由於療效佳、痛楚少、操作簡單、費用低廉而且無副作用，被多數中醫採用，亦是筆者推崇的首選療法。

目的：
本篇以「針灸治療肩周炎」為研究主題，目的是透過文獻整理和數據收集，綜合調查近年各家治療肩周炎的現狀，揭示干擾療效的各種因素，並在眾多針灸治療肩周炎的相關文獻當中，分析、歸納、總結出最為簡單、高效的治療方案，並親自進行實踐觀察。

方法：
檢索 2003 年至 2014 年間，在中國期刊全文數據庫中主題與「肩周炎」相關的文獻，主要閱讀針灸治療肩周炎為題的相關文獻，進行統計和數據分析，總結出在針灸治療肩周炎方面一些鮮為人知的規律，包括發現治療次數與痊癒率呈正相關，並親身實踐相關的報導內容，總結、提高臨床水平。
結果：
在文獻數據庫檢索到關於針灸治療肩周炎的文獻有 1165 篇，最常用穴位為：肩髃、肩髎、肩髎。在療效方面：治療 16-25 次以上痊癒率趨向平穩，有大約 10% 的病人對針灸治療始終無效；早期介人治療比中期才介人明顯取得更優越的效果；針灸的刺激量愈大，療效愈好。以研究結果作為依據，歸納出一套試驗性治療方案，並在真實的臨床病例中得到驗證，效果良好。

結論：
從整體看來，針灸和推拿手法是中醫治療肩周炎的主流方法，而且大部份相關的臨床研究都是圍繞針灸和推拿手法進行的。①肩周炎是自限性疾病，但並非絕對完全康復；②早期診斷和及早治療是痊癒的關鍵；③針刺穴位貴精不貴多，手法宜重，並重視針對局部；④刺治療次數須足夠，但治療 30 次以上仍然無效，則不需徒增療程。總之，針灸療法有著簡便、易操作、痛楚少、價格廉的優點，如果用以對付肩周炎也有良好功效的話，將會是一種首選的療法。

關鍵詞：肩周炎，針灸，文獻，臨床
目錄

一・前言 .................................................................................................................. 8
二・研究目的 .......................................................................................................... 9
三・研究背景 ......................................................................................................... 10
    (一) 關於肩周炎 ................................................................................................. 10
        1. 概述 .......................................................................................................... 10
        2. 病程分期 ................................................................................................. 11
        3. 西醫病理 .................................................................................................. 11
        4. 中醫病因病機 ......................................................................................... 12
        5. 診斷 .......................................................................................................... 12
        6. 治療 .......................................................................................................... 15
        7. 預後 .......................................................................................................... 17
    (二) 前期調查 .................................................................................................... 18
四・研究方法 ....................................................................................................... 19
    (一) 資料來源 .................................................................................................... 19
    (二) 研究方法 .................................................................................................. 19
五・研究結果 ....................................................................................................... 21
    (一) 穴位使用的頻率 ...................................................................................... 21
    (二) 常規治療方案的效率 ............................................................................... 22
    (三) 治療次數與痊癒率的關係 ...................................................................... 24
    (四) 療效優良的治療方案 ............................................................................... 25
    (五) 刺灸法／輔助措施與痊癒率的關係 .......................................................... 26
    (六) 早期介入治療的影響 ............................................................................... 28
六・討論 .................................................................................................................. 29
（一）結果分析 ....................................................................................................... 29
（二）設立試験性方案 .......................................................................................... 33

七・典型病例 ......................................................................................................... 34

八・総結 .................................................................................................................... 37

-参考文献- .............................................................................................................. 39

-附表- ...................................................................................................................... 一至十