

## 僵直性脊椎炎中藥補腎健骨

主講者：廖桂聲中西醫師

廖桂聲中醫診所 [www.lkscmc.com.tw](http://www.lkscmc.com.tw)

病人脊椎僵硬及運動範圍受限，在休息時更明顯，尤以晨間為最，嚴重時病人在半夜會因都因工作上肌肉過度疲勞所致，痠痛及僵硬感而醒來。疼痛是間歇性、持續性（通常長於一小時），尤以天氣寒冷和雨天潮濕時症狀更為顯著。

因發病時多為青壯之年，加上誤以為腰酸背痛，或是運動傷害所致，因而延誤就醫。病程末期脊柱光片顯示腰脊變直、脊椎黏合而造成「竹竿狀脊柱」、畸形而駝背，甚至無法直視前方。

臨床上的症狀若懷疑是僵直性脊椎炎時，再由驗血及 X 光檢查即可確定診斷。驗血主要是檢查 HLAB27 抗原及紅血球沈降速率。

X 光檢查主要是照骨盆、胸腰椎及頸椎。病人可能有臨床症狀，必須幾個月甚至幾年才有 X 光片表現。

中醫對本病的認識屬於「痺證」範疇。二千多年前成書的《黃帝內經》提出痺證之論，並有詳盡的討論。漢代張仲景所著《傷寒論·金匱要略》，將此病叫做歷節，並有治療方法及處方。本病的發生和患者的先天體質，以及生活地區的氣候條件、生活環境有關，《黃帝

內經素問·痺論》便說：「風、寒、濕三氣雜至，合而為痺。」說明從先天腎氣之不足和後天之風、寒、濕、熱之邪氣，合而為痺之論出發。

僵直性脊椎炎主要病位在脊椎，「脊椎骨」構造，中國人尊稱為「龍骨」，是由三十二至三十四個椎骨所堆砌而成，脊椎旁藉著韌帶和筋膜之間完美的牽引來協調，且各自都有連結腦和脊髓神經的通訊孔，就由密如網狀的氣血循環「導電般」負責傳達命令，如運動神經，讓肌肉收縮放鬆協調與反射作用。

脊柱乃一身之骨主，為經絡之督脈所貫串之地，脊椎屬腎，腎為先天之本，腎主骨生髓，因此本病之根本原因在腎，風、寒、濕三痺之外邪只是誘因、外因。現代醫學的臨床上證明，中醫的「腎」和人體的遺傳及免疫密切相關。因此，對於本病的脊椎骨和人體營衛氣血的五臟六腑有著環環相扣、交織得密不可分的互為因果關係，尤以脊椎骨為最。對僵直性脊椎炎對症下藥，常可取得很好療效。其治療大法是補腎強督、溫經散寒、活血化瘀兼有益精添髓，強筋健骨，佐以針灸、推拿、外治等法，做為一種輔佐性療法。即接受抗發炎及服用免疫調節劑治療，加上每天勤做伸展運動，可有效避免發生脊椎黏合、脊椎像竹竿似的悲慘情況發生。藥物以梔子、黃柏、黃連、大黃、甘草及苦參等為主，結合病人情況而予以加減。有骨質疏鬆者，上述

處方加川七、黃精、骨碎補、木瓜。有紅、腫、熱、痛. 重者，加大黃、黃連。伴有胸痛，加川棟子、元胡索、木香、乙金。遇寒較痛者，重加附子、桂、乾姜。

病人不可不動，否則會僵硬；不能運動太劇烈，否則發炎會加劇。因此主治醫師會建議病人雙手扶住牆角作擴胸運動，以免呼吸受到壓迫，也藉以訓練背肌以免駝背，鼓勵病人游泳或作柔軟體操，以保持脊椎骨的活動性。

中藥補腎藥加減可奏效藥物治療是用非類固醇抗發炎藥來減輕或消除病人的疼痛及僵硬，使病人可以過正常的生活，並且可以從事輕鬆的運動，避免脊椎骨的僵硬及變形。這種藥物通常需要長期服用，所以必須注意腸胃不適及對肝、腎的副作用。而中醫治療可以取代之如「腎主骨」、「補腎」即「補骨」，以補腎藥加減可以改善骨質纖維化及骨性關節融合，則病人通常可以過著與正常人無多大差異的生活，並可避免或減少將來脊椎骨的僵硬及駝背變形。

多僵直陸脊椎炎的病程通常是慢性的、反反覆覆的，因此，治療目標為：

- 一、減輕腰背疼痛。
- 二、保持脊椎活動範圍及功能。
- 三、預防併發症的發生。

僵直性脊椎炎 (Ankylosing Spondylitis ; A. S. )

<p>1. 濕熱絡阻</p>	<p>腰骶、脊背、髖部痠痛、僵硬、重著，活動不利，合併有膝、踝等關節紅腫疼痛。或症見煩熱、口苦、胸脘痞悶，溲黃赤，大便不暢，舌紅、苔黃膩，脈濡或滑。</p>	<p>清熱解毒 利溼通絡</p>	<p>三妙龍膽肝湯 宣痺當歸痛湯</p>
<p>2. 寒濕痺阻</p>	<p>腰骶、脊背痠楚疼痛，痛連頸項，合併僵硬和沉重感，轉側屈伸不利，陰雨潮濕及遇冷受風易加重，得溫則痛減或併雙側冷痛、惡寒，舌質淡，苔白或膩，脈沉遲。</p>	<p>散寒除濕 溫經通絡</p>	<p>桂芍母湯</p>
<p>3. 腎虛空</p>	<p>骶、脊背、髖關節、頸項痠痛、冷痛，痛熱隱隱，喜暖喜按，勞累或遇寒加重，或見關節強直，屈伸不利，或伴膝腿痠軟無力或肌肉萎縮，或畏寒肢冷，大便稀溏，小便清長，舌淡、苔薄白、脈沉弱</p>	<p>溫腎補督 祛痺通絡</p>	<p>三痺獨活生湯</p>
<p>4. 肝腎陰虛</p>	<p>腰骶部、脊背、頸項、髖部痠或疼痛勢緩，喜按喜揉，或見關節強直變形，屈伸不利，或有四肢痠軟乏力，肌肉萎縮，或目乾澀疼痛，併咽乾、口渴、消瘦、頭暈心悸，耳鳴，心煩失眠，</p>	<p>補益肝腎 通絡</p>	<p>知柏黃丸</p>

	面色潮紅，手足心熱，舌質紅，苔少或剝，脈弦細數無力	止痛	
5. 瘀血阻絡	腰背疼痛劇烈，固定不移，轉側不能，夜間尤甚，需下床走動才能重新入睡，晨起肢體僵硬明顯，或有關節屈曲變形，舌質黯或有瘀點或瘀斑，苔薄白，脈弦澀	活血祛瘀通絡止痛	大黃虫丸身痛瘀湯

☆☆☆痹 證

		症狀	病機	治則	主方
關節肌肉疼痛	行痺	遊走疼痛，時而上肢，時而下肢，苔白脈浮	風寒濕	祛風通絡散寒除濕	防風湯
	痛痺	痛有定處，疼痛較劇，得熱痛減，苔白，脈浮緊	邪留注經	溫經散寒祛風除濕	烏頭湯
	著痺	肌膚麻木，肢體關節重著，苔白膩，脈濡緩	絡關節	除濕通絡祛風散寒	薏苡仁湯

		關節灼熱紅腫，發熱、 口渴、舌紅、苔黃燥脈 滑數	風濕熱邪留 注經絡關節 熱邪偏勝	清熱 通絡 祛風 除濕	白虎 桂枝 湯 宣痹 湯
久 痺	痰瘀 阻絡	久痺不癒，關節腫大甚 至強直畸形，舌瘀點瘀 斑，苔膩、脈澀	邪留不去，血 脈瘀阻 痰濁凝聚	化痰 祛瘀 搜風 通絡	桃紅 飲 身痛 逐瘀 湯
	氣血 虧虛	久痺不癒，肢體倦怠， 腰脊冷痛，舌淡，苔 白、脈細	邪留不去，氣 血虧虛 肝腎不足	祛風 除濕 散寒 補益 氣血 肝腎	獨活 寄生 湯

痿 證 （與痺證比較）

	症狀	病機	治法	方
肺熱 陰傷 津失 濡布	熱病中病發肢痿，皮毛枯燥，心煩口渴，溲短便燥，咽乾、咳噎	熱灼肺陰，津不濡布	清熱 滋肺 潤燥 生津	清燥救肺湯
濕熱 濡漬 氣血 不運	四肢痿軟，身體困重，或兼麻木頑痺，微腫、下肢為重、足脛熱氣上蒸，小便短赤痛，或見身熱不暢，胸痞脘悶	濕熱濡漬，氣血不運	清熱 利濕 通利 經脈	二妙散
陽明 脈虛 宗筋 弛縱	肢體痿軟，逐漸加重，食少便溏腹脹，氣短，面浮神疲乏力，面色無華脈細	陽明虧虛，宗筋弛縱	健脾 助運 以裕 化源	參苓白朮散
肝腎 虧損 髓枯 筋痿	痿證漸成，下肢為重，腰脊痿軟，不能久立，目眩，髮落暈乾耳鳴、遺精或遺尿，甚至腿脛大肉消脫，痿廢不起。	肝腎精髓虧虛 筋骨失養	滋養 肝腎 添精 補髓	虎潛丸

