

## MASTER'S THESIS

### 踝關節扭傷的針灸治療文獻研究

郝東方

*Date of Award:*  
2010

[Link to publication](#)

#### **General rights**

Copyright and intellectual property rights for the publications made accessible in HKBU Scholars are retained by the authors and/or other copyright owners. In addition to the restrictions prescribed by the Copyright Ordinance of Hong Kong, all users and readers must also observe the following terms of use:

- Users may download and print one copy of any publication from HKBU Scholars for the purpose of private study or research
- Users cannot further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- To share publications in HKBU Scholars with others, users are welcome to freely distribute the permanent URL assigned to the publication

# 踝關節扭傷的針灸治療文獻研究

郝東方

08426813

中醫學碩士學位課程

指導老師：塗豐博士

香港浸會大學

二零一零年六月

## 摘 要

目的：通過對近年針灸治療踝關節扭傷文獻的整理分析，總結常用針灸治療方法和穴位，並根據踝關節扭傷的部位、病程、損傷程度因素進行討論，以找出針灸治療的介入時間和介入模式，探討未來的臨床研究方向。

方法：通過電子資料庫，全面檢索中國知網之中文期刊全文數據庫（1995～2010年1月）和Medline(OVID)（1948～2010年1月）有關針灸治療踝關節扭傷的全文文獻。

結果：納入49篇全文文獻，按照治療方法和穴位選取兩方面進行整理總結。治療方法包括傳統針刺、電針、耳針、特殊針法、單穴治療、腕踝針和皮內針、特殊灸法、電療、運動針療法、針刺配合外用藥、針灸綜合療法，結合相關臨床研究資料，具體分析研究文獻內容結構。穴位選取按照經穴、阿是穴、特殊穴進行整理。

結論：

- ◆ 針刺仍然是針灸治療踝關節扭傷採用的主要治療手段，多同時結合間動電、電療、拔罐、放血、運動等其他方法綜合應用。
- ◆ 靠近損傷部位的經穴以及損傷局部疼痛、壓痛的阿是穴，是針灸治療經常選取的穴位；十四正經經脈中，以足少陽膽經的穴位最為常用。
- ◆ 特殊穴區、遠道取穴以及特殊針法，常用於急性期踝關節扭傷，止痛效果顯著，且避免增加損傷局部的腫脹和疼痛；運動針療法，在減少疼痛的同時，及早進行關節活動，有助於損傷關節的康復。為針灸治療的介入時間和介入模式提供

了參考依據。

- ◆ 各種針刺方法雖然都具備治療效果，但缺乏對照比較，應具體對應病症或病程等因素進行試驗，將治療方式標準化，更好地應用於臨床指導。
- ◆ 隨機對照試驗是針灸治療踝關節扭傷未來研究的主要目標，如何真正達到完全隨機對照要求，仍需要逐步解決。
- ◆ 根據踝關節扭傷損傷病程、部位、程度而選擇適合的針灸治療方法，針對整個損傷病程而非症狀選擇最佳介入時間和介入模式，是今後針灸治療踝關節扭傷研究的方向。

關鍵詞：踝關節扭傷；針灸治療；文獻

# 目 錄

一. 研究背景.....	2
二. 研究方法.....	3
(一) 檢索資源.....	3
(二) 檢索策略.....	3
1. 中文期刊全文數據庫.....	3
2. Medline(OVID).....	3
3. 納入和排除標準.....	4
三. 結果.....	5
(一) 治療方法綜述與研究進展.....	5
1. 傳統針刺法.....	6
2. 電針.....	8
3. 耳針.....	8
4. 特殊針法.....	9
5. 單穴治療.....	12
6. 腕踝針和皮內針.....	17
7. 特殊灸法.....	18
8. 電療.....	19
9. 運動針療法(動氣針法).....	21
10. 針刺配合外用藥.....	21
11. 針灸綜合療法.....	23
(二) 穴位選取.....	25
1. 經穴.....	25
2. 阿是穴.....	28
3. 特殊穴.....	28
四. 討論.....	29
(一) 文獻質量.....	29
(二) 病例基本情况.....	29
(三) 標準因素.....	30
(四) 治療方法.....	31
(五) 穴位應用.....	32
(六) 療效.....	33
五. 結論.....	33