

序

台北市中醫師公會在林展弘理事長大力推動臨床實務，聘請中醫界各科專業醫師開帶狀課程，希望中醫同道有更進一步的學習機會。而主要目的在創造健保給付外，能再加創10%的自費能力。筆者所負責的是運動與急性傷害徒手治療，兩年的帶狀課程講義內容；本書將之集結成冊。因為講義只是大綱，重點在於課堂上的實務操作，因此要將之升級為書籍，必須加入大量的文字說明。

筆者是臨床醫師，平日工作時段很長，看診忙碌之餘，利用有限的休息時間及萬籟俱寂的夜裏，一點一滴集結成籍。本書不同於一般的教科用書有系統規律地講述內容，而是以單元主題方式、談話式探討。內容探討損傷與非損傷型的疼痛區別：疼痛症的病因病機鑑別、診斷與觸診重於手法運用、損傷與非損傷推拿的方式區別、推拿的程序步驟、推拿基本手法、推拿運用在創傷骨關節的手法，與軟組織損傷、非創傷的痠痛痹症的手法混合應用，還有推拿矯正的禁忌。注意到哪些人不適合做推拿；做脊椎矯正的注意事項。

本書編輯原則重點仍放在大家比較生疏的中醫傷科裡屬於骨關節與軟組織創傷處理上。不過都偏於常見的單純簡



易的創傷症治。本書的後段找一些骨傷醫案來述說病因機制、可能合併症，以及治療原則與方法。幫助想深入了解骨傷推拿的中醫同道，能多一點思考空間；也讓民眾了解傳統推拿的廣度與深度不要畏懼推拿，祈望也能讓骨科與復健科醫師瞭解推拿治療的深度，並非什麼症狀都不能找中醫做推拿治療。

因時間緊迫篇幅不夠完備，加上才疏學淺可能言不及義，但願有慧根的讀者能心領神會，俗話說「一理通萬理徹」。只希望拋磚引玉能給同道多一些中醫骨傷診治的思考與啟發，上肢以如此方式診斷處方治療，則下肢依舊以如此的原則下處方治療。

育源堂中醫診所

盧文瑞

2018/10/03



前言

中醫傳統的骨傷醫學源遠流長，翻開中國歷史自戰國以來到明清、民國初年抗日戰爭的時代爭戰不斷；直到台灣義民姓氏村莊的衛護戰，常常都會造成意外死傷的情形。因此傳統醫傷接骨的技術非常普及，當一個急性傷害發生時，傳統骨傷大夫以俐落的技巧輕快地就把錯位骨折整復歸位，患者也很快就能痊癒。除了接骨入骹技術外，對於運動傷害或意外傷害急性損傷、筋骨酸痛痹症。也有非常有效的推拿正骨、用藥處方的治療方式。在急性傷害時受傷部位以巧技正骨後，在患側外包覆冷敷吊粉藥膏 (Ice) 以及小夾板加壓包固定 (Compression)、並抬高 (Elevation) 傷肢體位，得到安全的保護 (Protection) 並且使患肢得到休息 (Rest)。這是傳統的意外傷害治則流程，與現代急性傷害的處理原則 PRICE 的流程幾乎等同。我常常在想這到底是現代治療沿襲傳統的觀念，還是古今運作模式不謀而合？竟然在幾千年前的中醫骨傷技術與保健治療上早已做到了。

107 年夏天，台北中醫師公會在林展弘理事長的帶領與努力下讓中醫師團隊進入世大運的醫療服務群中，為中醫界打出響亮的名聲；但是在運動醫學以現代醫學為主軸下，大



家都已經習慣以運動傷害物理治療的觀念做賽前防護；賽後傷害處理（例如冰敷、貼、伸展、PNF）等。而當中醫加入醫療團隊治療，又要如何與西醫、運動傷害防護員、物理治療師他們來做治療特色上的區隔呢？

我也曾經在一篇報導上，看到我們中醫全聯會大家長陳旺全理事長，正極力計劃爭取中醫治療進入急診室參與中西會診治療，這是可喜可賀的中醫界大事件。我們大力讚嘆陳理事長對中醫不遺餘力付出的努力；不過，也不免讓人聯想到急診室的疾病非急即重，咱中醫要以哪一科能進入急診室與西醫會診呢？我個人認為最有信效度；能進入急診室參與治療的，應該是傳統骨傷科徒手技巧的急性創傷救護能力。唯有中醫骨傷技術能立竿見影地呈現在 X 光檢查下，看到術前術後的治療成效。但可惜的是目前臺灣中醫急性創傷骨傷技術仍青黃不接；尚未發展成熟。

民國 83 年的某一天，我去陽明山文化大學參觀國術系舉辦的華崗論劍武術觀摩會，與會中有一個傳統北拳對練的項目，兩人拳腳相向你來我往，有攻有防；好熱鬧；好精彩。當他們表演完之後其中一位選手的肘關節變形脫位了，當場痛到臉色蒼白冷汗直流，場內的醫護人員因為流程上的處理方式無法幫患員止痛或減輕痛苦，當時也慌了手腳不知所措，我自告奮勇地上前去幫他以關節入骺法很輕快的將肘脫臼復位回去，很多人都聽到關節歸位的聲音，剎那間那位選手馬上減輕痛楚，面色立即紅潤好了起來。幫他做了簡易的



固定包紮後，學校派車接患者前往醫院做進一步的檢查（雖說這處置有稍違反運動傷害防護處理程序，但如果沒有先抉擇做脫臼入骹手法，病人根本無法減輕痛苦，如果再拖延下去等救護車上陽明山再送到醫院，時間拖越久則傷肢的關節傷害會更加重）。

107年台北市中醫師公會有一個社會服務項目，是台北市體育總會羽球協會舉辦的台北市青年盃羽球錦標賽，也邀請了台北市中醫公會去當他們的醫護團隊。我認養5/29時段的早上，賽場上有一位小朋友急性扭傷了腳踝，坐在地板上站不起來，一位裁判人員急著跑過來醫護站向我求救，告訴我說他如果沒有辦法立刻站起來比賽的話就要棄權了，當時我急忙地帶著紗布繃帶過去看他的情況，我安撫了他的情緒做了一個快速的腳踝處理；並做踝關節的綁固定，他立即可以站起來，並且繼續完成他的比賽。

中醫的骨傷治癒能力若能普及提升，就可以與西醫方面的運動醫學方式處理；做一些特色上的區別。並可以極力去爭取例如角力、跆拳道、空手道、搏擊散打的醫療服務。這些都是容易造成骨傷方面的問題，中醫的治療技術比較有發揮能力的舞台。當然中醫界必須做到對臨床骨傷、運動傷害治療的興趣培養，人才的教育栽培；臨症的勇氣信心增強，才有辦法達到目標，進一步的發展。想進入急診室中西會診，骨傷與針灸鎮痛處置能力應該也是對中醫醫療科別是最有信效能力的。

盧文瑞 2019/02/28

