



# 落枕中医治疗

汇报人：xxx

20xx-03-20

# 目录

CONTENTS

- 病症概述
- 中医理论对落枕认识
- 辨证施治原则及方法论述
- 常用中草药治疗落枕
- 针灸推拿等非药物治疗手段
- 预防措施与生活习惯调整建议



01

病症概述

# 落枕定义与特点



## 定义

落枕，又称“失枕”，是一种急性单纯性颈项强痛、活动受限的病症。

## 特点

多于晨起后出现症状，颈部一侧或两侧胸锁乳突肌与斜方肌上端及肩胛提肌等处发生痉挛、僵硬、疼痛，头向一侧倾斜，颈部活动明显受限，严重的疼痛可牵涉到头部、上背部及上肢。



# 发病原因及危险因素

## 发病原因

多因睡眠姿势不良或枕头高度不适，致使颈部一侧肌肉、关节和韧带长时间过度牵拉而发生静力性损伤，局部气血失和、经络不畅而发病。

## 危险因素

包括颈部受凉、长时间低头工作、颈部肌肉疲劳等，这些因素都可能导致颈部肌肉、韧带等组织的损伤和炎症，从而增加落枕的发病风险。



## 临床表现与诊断依据



### 临床表现

晨起后颈部一侧或两侧出现疼痛、僵硬、活动受限，头常向一侧倾斜，胸锁乳突肌、斜方肌及肩胛提肌等处压痛明显。



### 诊断依据

根据病史、临床表现和体格检查，一般可作出诊断。如需进一步确诊，可进行X线、CT等影像学检查，以排除颈部其他病变。



02

# 中医理论对落枕认识

# 中医经络学说与落枕关系

## 经络阻塞

中医认为落枕是由于颈部经络阻塞、气血不畅所致。颈部是经络交汇之处，若经络受阻，则气血不能正常运行，导致颈部肌肉拘挛疼痛。

## 经络与脏腑联系

中医经络学说认为，经络与脏腑之间有着密切的联系。颈部经络阻塞可能影响到相应脏腑的功能，进一步加重落枕症状。





# 脏腑功能失调导致颈部肌肉紧张

## 肝肾亏虚

中医认为肝肾亏虚是导致落枕的内在原因之一。肝肾不足可导致筋骨失养，颈部肌肉易于紧张、拘挛。

## 脾胃不和

脾胃不和也可能导致落枕。脾胃为后天之本，气血生化之源，若脾胃功能失调，则气血生成不足，颈部肌肉失于濡养而紧张疼痛。





# 风寒湿邪侵袭诱发颈部疼痛



## 风寒湿邪入侵

中医认为风寒湿邪是诱发落枕的重要外因。当颈部受到风寒湿邪侵袭时，经络受阻、气血凝滞，导致颈部肌肉拘挛疼痛。

## 居住环境影响

居住环境潮湿、寒冷或气候变化剧烈等因素均可导致风寒湿邪入侵颈部，诱发落枕症状。因此，保持居住环境干燥、温暖对预防落枕具有重要意义。



# 03

## 辨证施治原则及方法论述



# 辨证分型标准介绍



## 风寒阻络型

颈项强直，活动受限，伴有恶寒、发热、无汗等表证。舌质淡红，苔薄白，脉浮紧。



## 气血瘀滞型

颈项部刺痛，固定不移，夜间为甚。舌质紫暗，或有瘀斑，脉涩。



## 肝肾亏虚型

颈项部酸痛，劳累后加重，休息后减轻。伴有头晕、耳鸣、腰膝酸软等症状。舌质红，少苔或薄黄苔，脉沉细或细数。

# 针对不同证型选用方剂和手法

1

## 风寒阻络型

治宜祛风散寒、通络止痛。方选桂枝加葛根汤或葛根汤加减，手法以舒筋活络、温经止痛为主，如拿法、揉法、擦法等。

2

## 气血瘀滞型

治宜活血化瘀、通络止痛。方选身痛逐瘀汤或桃红四物汤加减，手法以活血化瘀、消肿止痛为主，如点按、弹拨、滚法等。

3

## 肝肾亏虚型

治宜滋补肝肾、强筋壮骨。方选六味地黄丸或左归丸加减，手法以补肾益气、濡养筋骨为主，如摩腹、揉腰、擦肾俞等。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：  
<https://d.book118.com/958065047072006076>