

膝關節筋緊疼痛的對應針法

膝關節附近筋緊或筋痛的患者相當的多，有的是因扭挫傷後遺症所致，有的則是因腓骨移位肌束牽扯的筋結所造成，至於因久站、久蹲肌腱勞傷積勞成疾的亦佔相當大的比例，有的連自己本身也不知道是什麼原因引起的也大有人在。年紀大的也許是前膝退化性關節炎牽引致後膝關節筋緊疼，這是日久氣滯血瘀所形成的痠痛，對於這種解釋，應合乎邏輯，因雙膝支撐全身重力過久，由於人體垂直力學的關係，易於產生血液無法回流的現象，因營養無法適時供給，軟組織損傷於是形成，此症亦會發生在二、三十歲的年輕小夥子身上，究其原因乃與文明病、工作壓力大、運動時間過少有重要關係。我曾在某中醫醫院同一個晚上一連碰到三個同樣疾病的患者，都是以膝關節疼痛筋緊為主訴，膝關節筋緊會常令患者蹲下不能，或蹲不到底，影響作息非常，一般來講，這是個很棘手的問題，連該中醫醫院的院長也說過這是他所碰過最頭痛的問題，問我有沒有比較更好的方法解決。我義不容辭勇於試之，第一個年輕的小夥子，是膝關節靠外側的地方筋痛，令他腳不能自然的彎起，我檢查他對側上臂的肱二頭肌按壓有明顯的壓痛，因為一般說來，人體的結構非常奧妙是有對稱性的，一旦疾病產生，往往都能反應在某個特定部位上，而膝關節筋緊疼的反射點是在對側上臂的肱二頭肌靠近手肘的地方，這是我多次臨床經驗所發現，為什麼會在對側的肱二頭肌產生痛點？想是人體因走路向前邁進所發生的平衡關係，因此可想而知，要治膝關節筋緊疼痛的病，就要尋找對側上臂肱二頭肌的壓痛痛點扎針，於是，我把針扎在該患者肱二頭肌的痛點上，真的，立時腳就能彎下，他自是高興非常，旁邊的患者看了亦引以為奇，第二位患者原本趴在診療床上，他是一名搬運工人，他也有腳不能蹲下的毛病，看到我扎該名年輕人能立即得效，也不敢相信的說：「有這麼好用嗎？」，心裏也頗想試試，因為他也被此病纏綿許久，我徵詢他的意見，問他想不想試試？他立即回答說：當然好啊！這位工人，四、五十歲的樣子，我也依樣劃葫蘆，在他膝痛點的對側上臂肱二頭肌上扎上幾針，隨後，令他下床試試，他很聽話的也下床試了幾次，然後點點頭說：「嗯，真的有差」，第三位患者是一位五、六十歲的歐巴桑，他的膝蓋也蹲不下去，為了此病也醫了好一陣子，一直沒有進展，她請求我替她治療，我答應了她，我也把兩手上臂的肱二頭肌壓痛點都給各扎三針，針下後再寸其蹲下試試，她試後也說，「真的有差」，不祇這些例子，以往碰到類似情狀的患者，我也都如是處理，大抵都能效如桴鼓，如果能在扎後，又能從後膝關節筋緊疼痛處施予針刺按摩並推拿，把氣滯血瘀的地方令其加速消散，或用十二經筋手法將膝關節上下的緊張處給予舒緩，讓其上下的血液流暢，定能使病情加速恢復，這是我多年願用此法治此病的經驗，如果針對側肱二頭肌後效果還不明顯，則應在膝關節筋緊僵硬處下針，多針幾次後氣滯漸散經絡漸通，很快的膝蓋又漸漸的恢復，又能如意的蹲下去了。不過針刺膝關節附近，深淺度要拿捏剛好，不可過深，若扎到血管隨即腫脹不能走路，病情會比原來更嚴重，此時急救的方法就是趕快冰敷，直至裏面的血管不出血了方能停止，否則容易產生醫療糾紛。

茲舉一例說明：

對於膝關節處飽滿筋緊導致蹲下起立受限，除了可用阿是針刺之外，用對應針也是一個很好的選擇法，圖下這位陸先生右膝關節筋緊能蹲下去但不容易站起，我連三次都是用對應左手上臂針之，每次都進步可見還是有其效果。

