

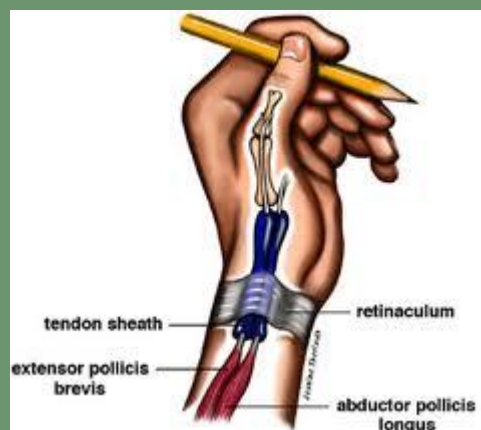
三重穴治療橈骨莖突狹窄性腱鞘炎(媽媽手，大拇指近手腕處腫大)

網頁轉載自：

<http://blog.sina.com.tw/adolphliu/article.php?pbid=96339&entryid=602854>

作者：劉志賢 中醫師

橈骨莖突狹窄性腱鞘炎(媽媽手)



女性患者，年紀 37 左右，約 160 公分，身材纖瘦。從高中開始即在自家的便當店打工，她家是豐原地區的名店，平日午餐和晚餐時間，生意都忙到不行。因長年撐著便當，上橡皮筋，包入塑膠袋，找零錢等這些動作，讓她的**右手腕近大拇指這一側的隆起處，比正常人更凸出且疼痛不已。**

病理上則是橈骨莖突的地方，因大拇指反覆做伸直及外展動作，使得肌腱與外層保護肌腱的腱鞘經常地互相磨擦，肌腱和滑膜產生發炎和增厚的現象，肌腱通過腱鞘越來越不順暢。日久的發炎腫脹，逐漸讓肌腱、滑膜和腱鞘演變成慢性發炎，嚴重時可能會鈣化。因常見於長期抱小孩的媽媽身上，這就是所謂的媽媽手，學名是**橈骨莖突狹窄性腱鞘炎(De Quervian's Tensyvitis)**，但不一定是只有媽媽會得到，**只要經常使用大拇指的人有可能會遇到這個問題。**

女患者看過很多地方的中西醫，豐原地區較有名的醫生都逛過。西醫的處理就是局部打類固醇消炎，當下會比較好，但過一陣子就會發作，所以治療的效果不算好。她手腕的表徵很誇張，她的橈骨莖突處凸出一大塊，比正常的高 0.5cm 以上，

再加上她人瘦瘦的，**手腕上那一大丸就是很突兀**。她的橈骨莖突雖無紅熱發炎的現象，但右手已嚴重到不用力不拿物時都會痛。做病理檢查是要病人將拇指包住握拳，再將手腕往下壓，但她握拳尚未握實就已痛到不行，更別提將手腕下壓了。據她自己所知的病發時期約有 2~3 年，其實這病是起病緩慢，逐漸加重，應是早早就種下病根了。

她來看病時就挑白地說，**已在同一個體系的醫生看過都沒效，而且局部扎針很痛**。劉醫師告訴她說：以前醫生的治療方式是正確的，局部扎針一定就是會痛，如果想好就一定得針灸。劉醫師剛開始是先用扁針，局部播開橈骨莖突的一些結節；再加上局部取穴，和傳統針灸的循經取穴，去鬆懈一些肌肉；以及針上灸、燒針，效果是非常好，恢復地滿快。1 個星期來看 2 次病，約 2 個星期後，她平日只要不用力就不會痛了，使力還是會痛。

治療快滿 1 個月，疼痛又更減輕了，她也很滿意，但劉醫師還是覺得這治療速度太慢，**經過再三的沉思，就用董氏奇穴的三重穴治療**。因患者本身很怕針灸，所以就儘量下針的針數精簡，**就只取一個三重穴，僅扎一根針**。再加上局部的扁針、毫針處理，意外地發現進步速度更加快。一般疾病的治療，是初期的進展較快，但劉醫師將她如此治療後，她反而進步的較早期更好。**約滿 1 個半月時，她手腕上一丸就已消了一半，她就信心大增，加強她一定要治好的信念。約治到 3 個月時，她手腕上的隆起就幾乎都平掉了。**

這個病例是較棘手的，**一般病人都是橈骨莖突微微腫大增生，不會腫到這麼誇張，她曾以為自己是長出一塊骨頭。其實一般媽媽手的治療速度不會太慢，不嚴重的病人，再加上衛教，工作姿勢有調整修正，套上護具，不用一個月就可以解決了。**這女患者用到 3 個月的治癒期，真的是少見的嚴重。治了約一個半月，她又提到有個老毛病，咳嗽咳得很厲害，也是劉醫師治癒的。