

胡氏整脊术：市中医医院的绝技，脊柱病患者的福音

■本报记者 贺正香



2013年1月，某一天，55岁的李某在家里抬沙发，一不小心扭伤了腰部。刚开始李某还以为只是小伤，抹点跌打损伤的药膏就好了。没想到抹了几天药膏以后，腰部还是疼得厉害，并且连带着左腿痛，后来李某又去敷了中药、吃了止痛药，都没有效果，持续痛了二十多天以后，李某被家人搀扶着来到市中医医院就诊。

经过CT检查发现，李某的腰椎间盘突出左后突出，入院以后，在椎间盘病科一病区住院治疗。治疗期间，主任郭永红为其施行了胡氏整脊术中的定点按压旋转复位手法，治疗一次以后，李某的腰腿痛当即减轻。随后辅以针刺、艾灸、补肾壮筋汤和止痉散治疗15天，李某疼痛基本消失，可以活动自如了。出院后，椎间盘病科的医生还对其进行了一年的随访，李某的腰伤未曾复发。

治好李某的胡氏整脊术是何妙术呢？记者特地去市中医医院椎间盘科一病区采访了主任郭永红，了解这门神奇的治疗脊柱病的绝技。

三代人的努力，练就一门绝技

据郭永红介绍，市中医医院椎间盘病科的胡国华医生，根据现代医学上椎间盘突出三大病因学说：机械压迫学说、化学刺激学说、免疫学说，以及传统医学“骨错缝”和“筋出槽”理论，总结出了一套胡氏复位手法，能够正骨柔筋，活血止痛，专门治疗脊柱及脊柱相关疾病。

胡氏复位手法，通过手法对错缝椎体进行三维复位，矫正脊柱关节错缝，改变椎间盘与神经根的相对位置，恢复神经和软组织的正常位置，迅速减轻神经根的机械性压迫，推拿可调整阴阳，活血化瘀，松筋止痛。配以针刺通经活络镇痛，中药活血化瘀补肾，减轻化学性刺激和免疫反应。手法复位、针灸、中药三管齐下，多靶点，多方位，解除椎骨、椎间盘、肌肉、神经、血管等多种病变，快速减轻症状和体征，达到临床治愈的目的。

80多岁的唐奶奶腰椎向前滑脱，痛了半年多，看西医，西医建议她手术治疗。唐奶奶当时考虑到自己年纪大了，身体瘦弱，体重仅有80多斤，不愿手术，找了些其他的医生看了，效果也都不明显。后来经人介绍，到了市中医医院椎间盘科就诊，郭永红给予了唐奶奶胡氏整脊术中腰椎滑脱的复位手法，经过复位推拿、松解手法，

再配合针刺，服用补肝肾、强筋骨的中药祛风止痛。治疗了一个多月以后，症状基本上缓解。唐奶奶出院时十分感激郭主任。“多亏了你，才让我这把老骨头不用挨刀子就把病给治好了。”唐奶奶还要打红包给郭主任，郭主任告诉她，治病救人是医生本职，百般推辞之下，唐奶奶才收回了红包。

今年恰逢湖南省中医药管理局申报第三批专场绝技，以总结和发扬各个地方的中医医院的特色治疗手法。郭永红便特意整理了胡氏整脊术的相关资料，正式将这一治疗手法申报为市中医医院的特长绝技，让更多的百姓知晓，为脊柱病患者送去治疗的福音。

对症施法，每年为近2000名患者解除病痛

胡氏整脊术对颈椎病、腰椎错缝、腰椎间盘突出、腰椎滑脱几类脊柱疾病都有专门不同的对应治疗手法。对于不同的情况，采取不同的复位，推拿、针刺、艾灸、理疗、中药、膏药等中医治疗方法治疗。

市中医医院三代脊椎科人不断地对胡氏整脊术进行摸索、总结和完善，每年都要为近2000名脊椎病患者解除病痛，其中还不乏慕名而来的外地患者。

贵州天柱县，一位70多岁的黄奶奶，在家腰痛、腿痛，还时常麻木得厉害，半年多时间里，在当地四处求医问药也没能看好，听人介绍找到了市中医医院椎间盘科，当时黄奶奶已经基本上痛得走不了路了，来的时候还是家人推轮椅送她来的。

据了解，黄奶奶是腰椎管狭窄症，当地西医建议手术，但是黄奶奶还有高血压、糖尿病、冠心病，考虑之下，黄奶奶还是想找中医治疗，可是在当地看了好多医生都没效果。听说衡阳市中医医院这边能治好，就抱着试一试的心态过来了。

郭永红给予黄奶奶胡氏整脊术中的手法松解术为其治疗，并且开了扩血管和补肾活血的中成药，治疗一个多月以后，黄奶奶可以下地走路了，不仅免除了手术的痛苦，还为黄奶奶节省了治疗费用。

别做“久坐族”，远离脊椎病

20岁出头的小金是一名大学生，学的是测绘相关的专业，经常要用电脑画图，在电脑跟前一坐就是四、五个小时，长此以往，小金就时常觉得自己腰部胀痛，伴

随着右下肢放射痛，休息一会，锻炼锻炼以后，疼痛症状会减轻，但是只要久坐或者劳累，疼痛症状就会明显加重。今年6月，小金感觉自己腰部实在疼得厉害，就去医院就诊，被诊断为“腰椎间盘突出症”。

毕业后，小金的症状一直也未曾缓解，回到衡阳后，就到了市中医医院椎间盘科住院，经过胡氏整脊术推拿、复位治疗，并且服用了活血通络的中药以后，现在小金腰部疼痛症状已经明显有了缓解，再过一段时间就能出院了。

“来我们科看脊椎病的，通常都有一大共同点，就是久坐。长时间坐着上班、长时间坐着上网、长时间坐着打麻将，而且一坐就是好几个小时，脖子肩膀痛，腰痛腿痛了，过来一查，就是颈椎或者腰椎出了问题。”郭永红说道。

去年，椎间盘科收治了一位51岁的王阿姨，她平时喜欢打麻将，基本上每天有空的话，都要打一场麻将。前不久，王阿姨觉得自己只要低头久坐，就会感到头晕并且颈部胀痛，到医院一检查，被诊断为椎间盘突出。

郭永红解释，长期打麻将的人，颈部肌肉容易紧张，左右两边肌肉力量不平衡，就会引起脊椎变形。经过中西医结合的治疗方法，王阿姨的疼痛症状有了明显改善。

“平时正确的坐姿应当是：自然端坐位，臀部和背部充分接触椅面，脊柱正直，脚面接地，膝关节屈曲90°；抬头挺胸，两眼平视电脑屏幕，两肩放松。坐下最多一个小时，就要起身活动一下，千万不能一坐下就四五个小时不动弹。尤其是脊椎病患者治疗恢复以后，除了久坐，还要注意不要让脊椎受凉，以免病情反复。”郭永红建议道。

除了久坐，搬重物也容易导致脊椎损伤。在东莞一家物流公司上班的小陈，才18岁，在公司搬约八十斤的重物以后就觉得腰痛、右侧腿痛，迈步都困难，在东莞那边的医院CT检查后，发现腰椎间盘突出严重，压迫神经，已经达到了手术指征。

意识到病情严重性后，小陈的父母便立即从东莞带小陈到衡阳市中医医院住院，经过一段时间的治疗，小陈可以行走自如，腰腿痛消失了。

郭永红表示，平常生活中，要避免直接搬重物。如果使用错误的姿势容易使腰椎受伤，需要搬物品时，应该要挺胸直腰，利用脚弯下去把重物提起；不是直接弯腰下去搬重物。

相关链接：

郭永红，男，主任医师，湖南省针灸学会临床分会副主任委员，整脊分会副主任委员，省中医药学会推拿专业委员会常务委员，衡阳市中医医院椎间盘病科一病区主任。名中医经验传承人，2009年曾被评为衡阳市“医德标兵”、“明星医生”。2017年被评为湖南省雷锋式健康卫士。主持省级科研课题：“针灸推拿治疗腰椎管狭窄症”、“定点复位结合筋骨舒胶囊治疗腰椎间盘突出症临床观察”，“筋骨舒丸治疗腰椎间盘突出症临床观察”。参加课题“针灸治疗面瘫”、“背腧功能带捏脊拔罐治疗慢性疲劳综合征临床研究”，公开发表学术论文8篇。

擅长：脊柱疾病，关节病，风湿类疾病诊治。主要开展了以下治疗方法：1.三通针法治疗痛症，各种灸法治疗风湿病、皮肤病、疼痛。2.手法复位治疗。牵拉定点旋转复位法治颈椎病，定点旋转复位法治腰椎间盘突出症，垫枕按压治疗腰椎滑脱，按揉推拨复式手法治疗软组织损伤。3.中药经方辨证治疗脊椎病、痹症。