

腰痛是指以腰部疼痛 爲主要症狀的一類病證。腰痛可表現在腰部一側，或兩側，或腰脊當中，也可能與背、腿、膝、腹、脅部疼痛交叉合併出現，稱"腰背痛"、"腰腿痛"等。

現代醫學的看法腰痛的原因

腰痛可分爲急性腰痛和慢性腰痛。

急性腰痛的主要原因：

有腎結石、輸尿管結石、腰部肌肉急性扭傷、腰部椎間盤突出等。腎或腎腫瘤自發性破裂出血、輸尿管血塊阻塞，但不多見。疼痛性質屬陣發性疼痛並會向陰部及大腿內側放射，則見於腎、輸尿管結石或血塊阻塞。另外常出現血尿、疼痛持續、體位改變時加重疼痛，則見於腰肌扭傷、椎間盤突出。

慢性腰痛的原因：

常見的有腎感染、腎腫瘤、腰肌慢性勞損、椎間盤退行性病變及骨腫瘤等。當然腰痛還要注意可能是膽結石、腹肌炎、卵巢腫瘤等其他疾病所造成。

腰痛病因的診斷

腰痛的原因很多，多數是單一種疾病引起的，少數由多種疾病聯合作用引起的。有的是良性疾病引起的，也有是惡性疾病引起的。因此，腰部出現疼痛，應該及時到醫院徹底檢查，避免延誤病情，失去治癒的機會。以下是幾種常見的檢查方式：

尿液常規顯微鏡檢查：

該項檢查結果，可以初步判斷腰痛是否由腎臟疾病引起。尿液中出現紅血球，可能是腎臟、輸尿管結石，少數可能是因爲腫瘤；尿液中以白血球爲主，最可能是腎臟感染；尿液中以蛋白質爲主，可能是腎病症候群或腎小球腎炎。

超音波掃描：

可以鑑別以下幾種與腰痛有關的疾病：

- (1)腎臟有否積水、積水的程度及原因。
- (2)腎臟輸尿管結石。小到2毫米的結石，就能被檢測出來。
- (3)腎臟腫瘤，約1釐米大小的腫瘤就能被發現。
- (4)還可以判斷有否腎結核、腎破裂、腎膿瘍等疾病。

放射線照影：

幫助判斷是否有腰椎疾病。

電腦斷層(CT)掃描：

除能幫助鑑別上述疾病外，主要用於判斷有否腰椎疾病，如椎間盤突出症、腰椎結核、腫瘤等。

磁共振照影(MRI)：

可以幫助判斷上述疾病，但對結石診斷效果不如超音波，它主要用於腎腫瘤、腰椎腫瘤、椎間盤突出及脊髓疾病的診斷。

中醫治療

一、證型簡分

(一) 寒濕腰痛

多因久居濕地，涉水冒寒，或因衣著濕冷，當風受寒等因素，而致寒濕之邪客於經絡，氣血阻滯不通而成腰痛。症見腰痛而冷，漸漸加重，多於天氣寒冷和陰雨而發作，重著麻木，苔白膩，脈沉。

（二）勞損腰痛

多因跌仆閃挫，或負重彎腰勞累過度等，致使經絡受損，氣滯血瘀，氣血運行受阻而腰痛。症見腰部強直痠痛，疼處固定不移，轉側不利，勞累加重，舌苔薄白，脈緩。

（三）腎虛腰痛

常見於久病、年老腎虧，或縱慾過度，精血不足，筋脈失養而作痛。症見疼痛綿綿，隱隱作痛，伴神疲肢冷，舌淡，脈細；如屬腎陰虛多兼見虛煩，失眠，腰膝酸軟，手足心熱，舌紅，脈弦細數。

二、治療

治則：通經活絡。

偏於寒者，溫經通絡。

屬勞損者，舒筋活絡。

屬於腎虛者，滋補肝腎。

取穴：腎俞、委中、志室、腰陽關。

配穴：濕勝者加取陰陵泉、三陰交。

勞損者可取局部阿是穴。

腎陽虛加取命門、關元；腎陰虛加取太谿。

灸法：每日施灸1-2次，每次5-10壯，可艾條懸灸5-10分鐘。

腰痛是臨床常見的疾病，取腎俞、志室健腎強腰，通經活絡；腰陽關壯腰祛寒，疏筋利節。委中為膀胱經之會穴，是治療腰背痛的主穴，故取之。濕勝者加陰陵泉、三陰交散寒祛濕；勞損者加阿是穴止痛；腎陽虛加命門、關元，溫陽補腎；腎陰虛加太谿補腎強腰。