足跟痛外治法

http://www.firstlight.cn 2010-11-05

足跟痛是中老年人以足跟部疼痛为特点的常见病证，多由肾虚、气滞血瘀、经络受阻或足跟底部骨质退变、增生引起。采用中药外治可获良效，以下验方可供患者选用：

1．米醋1000克，适当加热后浸泡患足，每次一小时，每日一次，15~20次为一疗程。

2．透骨草、寻骨风、老鹳草各30克，黄花蒿20克，独活15克，乳香、没药、血竭各10克。水煎，趁热洗足，每日两次，每次10~15分钟，7~10天为一疗程。

3．白芷、白芥子、川芎，以3：1：1的比例研末配好。取适量与醋调成稠膏状，敷于洗净的足跟患处，外以伤湿止痛膏覆盖。3天换药一次，一般用药1~2次即可见效。此方对由骨质增生引起的足跟肿胀疼痛，有明显的消肿止痛效果。

存档文本

北京雷速科技有限公司 版权所有 2003-2008 Email: leisun@firstlight.cn