

综合治疗颈肩腰腿痛43例临床观察

李君一

(河南省开封市祥符区第一人民医院,河南 开封,475100)

[摘要] 目的:观察综合治疗颈肩腰腿痛的临床疗效。方法:将颈肩腰腿痛患者86例随机分为2组各43例。对照组采用中药熏洗结合功能锻炼治疗,治疗组在对照组治疗基础上加针刺结合药酒外敷治疗。结果:总有效率治疗组为88.37%,对照组为69.77%,2组比较,差异有统计学意义($P < 0.05$);2组VAS评分及Barthel指数治疗前后组内比较及治疗后组间比较,差异均有统计学意义($P < 0.05$)。结论:综合治疗颈肩腰腿痛有较好的临床疗效。

[关键词] 颈肩腰腿痛;中药熏洗;药酒外敷;针刺疗法;功能锻炼

[中图分类号] R274.9 **[文献标识码]** A **DOI:** 10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2018.09.040

颈肩腰腿痛多由慢性劳损或无菌性炎症导致的病患处肿胀、疼痛,肩周炎、颈椎病、腰椎间盘突出症、腰肌劳损、骨质增生等是其常见疾病类型^[1]。该种综合征的临床表现为患处疼痛、肿胀或功能受限,严重影响患者生活质量及身心健康^[2]。相关研究结果认为,单纯行中药熏洗治疗颈肩腰腿痛效果欠佳,而针刺则可有效弥补中药熏洗治疗的不足,提升治疗效果^[3-4]。笔者采用中药熏洗外敷结合针刺和功能锻炼治疗颈肩腰腿痛43例,收到较好效果,现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 选取本院2015年2月至2016年3月就诊的颈肩腰腿痛患者86例,按随机数字表法分为2组各43例。治疗组中,男23例,女20例;年龄32~80岁,平均 (55.73 ± 12.44) 岁;病程1个月至15年,平均 (7.54 ± 2.53) 年。对照组中,男25例,女18例;年龄30~80岁,平均 (55.61 ± 12.32) 岁;病程2个月至14年,平均 $(7.08 \pm$

2.84)年。2组一般资料比较,差异无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。

1.2 诊断标准 符合《中医病证诊断疗效标准》^[5]中的相关诊断标准。临床症状均表现为患处疼痛、肿胀、活动受限等。

1.3 纳入标准 (1)符合诊断标准;(2)知情并签署同意书。

1.4 排除标准 (1)合并精神疾病史;(2)合并心、肺等重要脏器功能障碍;(3)合并全身性疾病。

2 治疗方法

2.1 对照组 采用中药熏洗结合功能锻炼治疗。(1)中药熏洗。处方:杜仲10g,芍药10g,牛膝15g,独活10g,细辛10g,防风10g,桑寄生10g,当归10g,川芎25g,甘草10g,黄酒200mL,陈醋200mL,砂锅煮沸20min,待药温至35~40℃时对患部进行熏洗,20~30min/次,1~2次/d。(2)功能锻炼。颈部锻炼:取坐位,上身直立,颈部做前、后、左、右伸屈活动,同时旋转颈关节,2min/次,2次/d,同时也可进

作为反牵引力,颈椎部位直接受力,使得颈椎进入休息状态,消除发病危险因素,减轻颈部对头部的支撑力,让颈部交感神经处于正常状态,从而症状缓解^[6]。在针灸理疗的基础上配合枕颌布托牵引疗法,可减轻颈椎缺血、缺氧状态,增快血液流速,利于肌肉功能恢复。

参考文献

- [1] 崔永奇. 针灸配合推拿和牵引治疗神经根型颈椎病临床效果观察[J]. 河南医学研究,2015(4):89-90.
- [2] 蔡成美,贾红玲,张永臣. 针灸疗法治疗椎动脉型颈椎病机制

的研究进展[J]. 湖南中医杂志,2015,31(11):198-200.

- [3] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准[S]. 南京:南京大学出版社,1994:189.
- [4] 李星. 分期针刺推拿治疗颈椎病50例疗效观察[J]. 湖南中医杂志,2017,33(3):87.
- [5] 李娟,郑海燕. 针灸、理疗配合牵引治疗颈椎病的临床疗效分析[J]. 世界临床医学,2017,11(4):170.
- [6] Fariborz Samini, Hosein Mashhadinejad, Mohammadreza Ehsaei, et al. Comparison of Surgical and Medical Treatments for Cervical Spondylosis: A Prospective Study [J]. Neurosurgery quarterly, 2014,24(1):18-21.

(收稿日期:2017-10-23)

行太极、健身、气功等锻炼;腰椎锻炼:采取双手叉腰,倒退行走的方式进行锻炼,25min/次,2次/d;肩部锻炼:肩周炎患者采用手指爬墙法进行关节训练,30遍/次,3~5次/d。

2.2 治疗组 在对照组治疗基础上加针刺和药酒外敷治疗。(1)药酒外敷。药物:三七 15g,川牛膝 20g,威灵仙 15g。制成药酒,加热外敷患者。(2)针刺疗法。腰椎间盘突出症取穴委中、承扶、环跳、肾俞等,采用提插捻转泻法,1次/d。颈椎病者针灸穴位,取肩外俞、大椎、太渊、沙海、肩井、天柱、天井等,1次/3d;肩周炎患者针灸穴位,取外关、天宗、秉风、肩外俞、肩中俞、阳谷、肩井、曲池等;腿痛者针灸穴位,取太溪、承山、阴市、巨虚、环跳、阳辅等。针灸后进行中药熏洗。

2组患者均治疗10d后统计疗效。

3 疗效观察

3.1 观察指标 观察比较2组综合疗效、VAS评分及Barthel指数。

3.2 疗效标准 参照相关文献^[6]拟定。治愈:临床症状消失,各项功能恢复正常;显效:临床症状明显改善,各项功能基本恢复正常;有效:临床症状好转,各项功能明显好转;无效:临床症状和各功能无改善。

3.3 统计学方法 采用SPSS 20.0软件进行数据处理,计量资料以($\bar{x} \pm s$)表示,采用 t 检验;计数资料用百分比表示,采用 χ^2 检验,以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

3.4 治疗结果

3.4.1 2组综合疗效比较 总有效率治疗组为88.37%,对照组为69.77%,2组比较,差异有统计学意义。(见表1)

表1 2组综合疗效比较[n(%)]					
组别	n	治愈	显效	有效	无效
治疗组	43	19(44.19)	13(30.23)	6(13.95)	5(11.63)
对照组	43	12(27.91)	9(20.93)	9(20.93)	13(30.23)

注:与对照组比较,^a $P < 0.05$ 。

3.4.2 2组治疗前后VAS评分及Barthel指数比较 2组各项指标治疗前后组内比较及治疗后组间比较,差异均有统计学意义。(见表2)

4 讨论

近年来由于生活方式的转变,颈肩腰腿痛的发病人群逐渐年轻化。由于长时间保持一种姿势,使肌肉、韧带产生慢性劳损,导致颈部酸胀痛、肩膀和

表2 2组治疗前后VAS评分及Barthe指数比较($\bar{x} \pm s$)

组别	n	时间	VAS评分(分)	Barthel指数
治疗组	43	治疗前	5.34 ± 1.40	37.94 ± 7.11
		治疗后	2.02 ± 0.23 ^{ab}	57.53 ± 8.24 ^{ab}
对照组	43	治疗前	5.22 ± 1.31	38.12 ± 6.73
		治疗后	3.64 ± 0.91 ^a	44.71 ± 7.76 ^a

注:与本组治疗前比较,^a $P < 0.05$;与对照组治疗后比较,^b $P < 0.05$ 。

腰背疼痛等,日积月累,就发展成为颈椎病、腰椎间盘突出症、肩周炎等病。且随着年龄的增长,骨关节的退行性变会使疼痛加重。颈肩腰腿痛属于中医学“骨痹”“痛痹”“伤筋”等范畴,其内因主要是由年老体虚、肝肾亏损所致,外因则多由风寒湿邪入侵所致,其治疗应以行气活血、温经止痛、温通经络、祛瘀散寒为主^[7]。

本观察结果显示,综合治疗颈肩腰腿痛有较好的止痛效果,使患者日常生活能力得到明显改善。王红斌等^[8]研究认为,临床采用汤剂熏蒸联合针灸可明显缓解颈肩腰腿痛患者的疼痛,提高患处功能及肢体运动能力,可有效改善患者生活质量,疗效确切,这与本研究结果一致。中药熏洗方功能行气活血、消肿止痛,功能锻炼能促进患处功能恢复,增强患者的机体免疫力,促进患者机体恢复。药酒外敷及针刺治疗,可促进患者血液循环,消除静脉不畅导致的瘀血积压,缓解患者患处疼痛,提升其临床治疗效果^[9]。

参考文献

[1] 刘芳,吕客,宋一平. 放散式冲击波循经取穴治疗颈肩腰腿痛的临床疗效观察[J]. 颈腰痛杂志,2015,36(3):233-235.

[2] 高庆霞,刘春山,管宏钟,等. 双针、长圆针、毫针刺法治疗膝关节骨关节炎疗效对比观察[J]. 山东医药,2015,55(48):53-54.

[3] 王利洪. 除痹通络汤熏蒸联合针灸辨治颈肩腰腿痛51例[J]. 河南中医,2016,36(7):1272-1274.

[4] 何南. 活络消痹熏蒸方联合针灸治疗颈肩腰腿痛临床研究[J]. 河南中医,2015,35(5):1023-1025.

[5] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准[S]. 南京:南京大学出版社,1994:201-204.

[6] 宋宇锋,张昱. 中药穴位贴敷辅助治疗颈肩腰腿痛的疗效分析[J]. 中国药物与临床,2016,16(2):271-272.

[7] 段圣德. 平衡针灸联合康复训练治疗颈肩腰腿痛72例[J]. 河南中医,2016,36(9):1649-1651.

[8] 王红斌,彭小平,徐健,等. 除痹通络汤熏蒸联合针灸辨治颈肩腰腿痛的临床观察[J]. 陕西中医,2015,36(3):330-332.

[9] 王平,李永春. 针灸联合中药熏蒸辨治颈肩腰腿痛的临床观察[J]. 辽宁中医杂志,2016,43(9):1968-1971.