

## 电热砭石温通疗法结合耳穴治疗腰椎间盘突出症的疗效观察

钱艳飞, 杨建萍, 杨亚苹, 冯宝珍

曲靖市中医医院 云南曲靖

**【摘要】目的** 观察腰椎间盘突出症患者中电热砭石温通疗法结合耳穴的治疗效果, 探讨其应用前景。方法 本次研究选取 104 例腰突症患者, 随机分为对照组和观察组, 每组 52 例患者。对照组患者采用电热砭石疗法, 观察组在对照组的基础上, 结合运用耳穴疗法。**结果** 治疗结束后观察组的 VAS 和 ODI 评分均低于对照组 ( $P<0.05$ ), 观察组的腰椎间盘突出症患者临床疗效和生活质量各维度评分均高于对照组 ( $P<0.05$ )。**结论** 电热砭石温通疗法配合耳穴对腰椎间盘突出症患者的腰椎功能和疼痛情况改善明显, 能显著提高腰椎间盘突出症患者生活质量, 应用前景广泛。

**【关键词】** 腰突症; 电热砭石; 温通疗法; 耳穴治疗

**【收稿日期】** 2024 年 10 月 15 日

**【出刊日期】** 2024 年 11 月 18 日

**【DOI】** 10.12208/j.cn.20240559

### The efficacy of combining electrical heat lithotherapy with auricular acupoint therapy in the treatment of lumbar intervertebral disc herniation

Yanfei Qian, Jianping Yang, Yaping Yang, Baozhen Feng

Qujing Traditional Chinese Medicine Hospital, Qujing, Yunnan

**【Abstract】 Objective** To observe the therapeutic effect of electrothermal Bianstone warming therapy combined with auricular acupuncture in patients with lumbar disc herniation, and explore its application prospects. **Methods** This study selected 104 patients with lumbar protrusion and randomly divided them into a control group and an observation group, with 52 patients in each group. The patients in the control group received electrothermal stone therapy, while the observation group received auricular acupuncture therapy on the basis of the control group. **Results** After treatment, the VAS and ODI scores of the observation group were lower than those of the control group ( $P<0.05$ ). The clinical efficacy and quality of life scores of patients with lumbar disc herniation in the observation group were higher than those of the control group ( $P<0.05$ ). **Conclusion** The electrothermal Bianstone warming therapy combined with auricular acupuncture can significantly improve the lumbar function and pain of patients with lumbar disc herniation. It can significantly improve the quality of life of patients with lumbar disc herniation and has broad application prospects.

**【Keywords】** Lumbar protrusion; Electric heated meteorite; Warm therapy; Auricular point therapy

腰椎间盘突出症简称腰突症, 近年来发病率持续攀升, 而且患者群体正逐渐年轻化。面对这一健康难题, 医学界目前主要采用中医治疗和外科手术等方法应对<sup>[1]</sup>。中医治疗包含拔罐、服用中药、针刺等多种传统治疗手段。然而, 实践证明, 仅依赖单一治疗手段, 其效果并不尽如人意<sup>[2]</sup>。随着研究的深入, 电热砭石温通疗法因其在消肿止痛方面的独特效果而备受瞩目。与此同时, 耳穴能够有效调节身体内脏功能, 对腰突症治疗也具有积极意义<sup>[3-4]</sup>。鉴于此, 在这样的背景下, 本研究将电热砭石温通疗法与耳穴治疗相结合, 旨在探索这一综合疗法的实际应用效果, 以期腰突症患者

带来新的治疗选择, 同时也希望能为医学同行提供有益的治疗参考。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

本次研究选取的 104 例腰突症患者均与我院 2021 年 4 月—2022 年 7 月收治的住院患者, 随机分为对照组和观察组, 对照组患者 52 例, 女 23 人, 男 29 人, 年龄 24~66 岁, 平均  $(39.52\pm 4.63)$  岁, 病程 3~10 年, 平均  $(6.52\pm 1.63)$  年。观察组患者 52 例, 女 25 人, 男 27 人, 年龄 25~68 岁, 平均  $(39.74\pm 4.48)$  岁, 病程 3~10 年, 平均  $(6.27\pm 1.64)$  年。两组腰突

症患者各项基本资料, 经 SPSS26.0 软件分析对比, 均无统计学意义 ( $P>0.05$ )。

## 1.2 方法

对照组: 对照组患者采用电热砭石疗法。首先实施局部温法, 指导患者取坐位或卧位, 将砭石通电调节至适宜温度 (30 至 60 摄氏度) 后敷于疼痛点, 随后运用电热砭石进行手法治疗, 沿疼痛点上下进行疼痛部位刮擦治疗, 于疼痛最剧烈处实施揉法和点法, 使疼痛周围皮肤呈现红润, 治疗过程共计 20 分钟。每日治疗 1 次, 每个疗程 5 日。

观察组: 观察组在对照组的基础上, 结合运用耳穴疗法。

①选穴: 根据 GBT 13734-2008《耳穴名称与定位》的标准, 选定以下主穴进行治疗: 坐骨神经、腰骶椎、内分泌、交感、神门、肾和肝。

②探查敏感点: 使用专业的耳穴探棒, 在各选定穴位区域进行仔细的按压探查。目的是找出每个穴位压痛最为明显的敏感点。③消毒与准备: 使用含有 75% 乙醇的棉球对所有选定的穴位区域进行彻底的消毒处理。等待乙醇完全挥发, 以确保贴敷效果及患者舒适感。④贴敷磁珠: 采用镊子夹取耳穴磁珠, 逐一精确地贴敷在之前探查到的敏感点上。⑤按压操作: 贴敷完成后, 医师需用拇指和食指对磁珠进行有力的按压。按压力度应逐渐增强, 直至患者感到酸、麻、胀、痛的感觉, 并观察到耳郭出现发红、发热的现象。⑥日常护理与更换: 每日需进行三轮按压操作, 确保磁珠持续刺激穴位。每两天更换一次磁珠, 以保持其刺激效果。实行双耳交替贴压的治疗方式, 以平衡刺激并减轻单耳负担。⑦个性化治疗: 如果患者出现下肢后侧疼痛的症状, 治疗时会增加内生生殖器穴和与膀胱相关的穴位。若患者表现为下肢外侧疼痛, 则需要增加胆穴和胃相关的穴位进行针对性治疗。

## 1.3 疗效标准

### 1.3.1 ODI 评分和 VAS 评分

采用 ODI (Oswestry disability index, 功能障碍指数量表) 对患者的腰椎功能进行评估, 评分标准包括社

会生活、疼痛强度、自理能力和整体睡眠质量等 10 个维度, 总分 50 分, 每个维度 0~5 分, 分数越高, 腰椎功能障碍程度越重。同时, 采用 VAS (visual analogue scale, 视觉模拟评分法) 对患者的疼痛程度进行评估, 最高分为 10 分, 分数越高, 代表腰突症患者疼痛程度越重。

### 1.3.1 腰突症患者生活质量

参考 SF-36 (Short Form 36-item Health Survey, 健康调查简表) 进行评价, 涵盖精神健康、社会功能、生活活力、躯体疼痛、情感功能等多个方面。总分 100 分, 分数越高, 代表腰突症患者生活质量越高。

### 1.3.2 腰突症患者临床疗效情况

经治疗后, 对腰突症患者临床疗效情况评价 (《参照中医病症诊断疗效标准》2018 版)。显效: 腰突症患者临床症状完全消失且腰痛基本消失。有效: 腰突症患者临床症状显著改善, 但偶有轻微腰痛发生。无效: 腰突症患者临床症状无明显改善或持续恶化。

## 1.4 统计学方法

采用 SPSS26.0 进行腰突症患者试验结果统计分析, 以 [n, (%)] 展示计数资料, 并进行  $\chi^2$  检验; 以 ( $\bar{x} \pm s$ ) 展示计量资料, 并进行  $t$  检验,  $P<0.05$  表示对照组和观察组的差异具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 组间 ODI 评分和 VAS 评分对比

治疗结束后, 对照组的 VAS 和 ODI 评分均高于于观察组, 观察组腰椎功能障碍和疼痛程度较对照组有明显改善。统计学 ( $P<0.05$ ), 结果有显著差异, 详情见表 1。

### 2.2 组间腰突症患者生活质量对比

治疗结束后, 对照组的 VAS 和 ODI 评分均高于于观察组, 观察组患者身心健康各方面情况较观察组有明显改善。统计学 ( $P<0.05$ ), 结果有显著差异, 详情见表 2。

### 2.3 组间腰突症患者临床疗效对比

观察组的腰突症患者临床疗效优于对照组, 差异有统计学意义 ( $P<0.05$ )。详情见表 3。

表 1 组间 ODI 评分和 VAS 评分对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	ODI 评分	VAS 评分
对照组	52	4.53±0.63	0.74±0.96
观察组	52	3.64±0.63	0.52±0.35
<i>t</i>	-	7.203	2.964
<i>P</i>	-	<0.001	0.004

表2 组间腰突症患者生活质量对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	精神健康	社会功能	生活活力	躯体疼痛	情感功能
对照组	52	85.5±13.1	81.5±24.6	86.2±16.7	81.9±11.0	87.2±8.7
观察组	52	72.6±11.2	75.5±21.7	75.2±14.7	62.4±6.6	56.2±9.7
<i>t</i>	-	5.397	2.080	3.565	10.962	17.156
<i>P</i>	-	<0.001	0.040	<0.001	<0.001	<0.001

表3 组间腰突症临床疗效对比[n, (%) ]

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
对照组	52	20 (38%)	19 (37%)	13 (25%)	39 (75%)
观察组	52	33 (63%)	27 (52%)	2 (4%)	50 (96%)
$\chi^2$	-				9.426
<i>P</i>	-				0.002

### 3 讨论

腰突症,通常由外伤、久劳、感受风寒湿邪气等因素引起,其主要症状包括腰腿麻和腰腿痛<sup>[5]</sup>。临床治疗上腰突症治疗分为保守治疗及手术治疗,中医在保守治疗方面方法众多,简便廉验,疗效远远由于西医治疗。

有关研究显示,砭石治疗利用其独特的能量场,通过作用于患者皮肤表面产生红外辐射,可以温经止痛、疏通经络和祛风除湿<sup>[7-8]</sup>。其作用机制在于红外辐射可以渗透到人体深处,促进血液循环,缓解肌肉紧张和疼痛。同时,砭石的热效应可以帮助扩张血管,促进新陈代谢,消除局部炎症。电热砭石温通疗法结合了传统和现代技术,通过微电脑控制保持恒温,集热疗、远红外辐射理疗和砭石疗法于一体,在临床上取得了良好的治疗效果。

同时,中医理论认为耳朵与经络、脏腑紧密相连,耳穴疗法通过刺激耳部特定反应点,可以调理相应的脏腑和经络<sup>[8]</sup>。作为一种安全、无药物的治疗方法,耳穴疗法备受推崇。

本次研究结果表明电热砭石疗法结合耳穴疗法治疗腰突症,显著减轻患者的疼痛感,改善腰部功能,其患者的VAS和ODI评分均低于单项治疗的患者( $P<0.05$ )。并且促进患者的康复进程,相关临床疗效和生活质量各维度评分均高于单项治疗的患者( $P<0.05$ )。这种综合疗法的优势在于其综合性和个体化治疗方案。电热砭石疗法通过砭石的温热刺激,促进血液循环,缓解肌肉紧张和疼痛,对于腰椎间盘突出症患者具有显著疗效。而耳穴疗法则通过刺激耳廓上的

反应点,调节身体内脏器官和躯干四肢的功能,进一步促进疾病的恢复。两者结合,能够针对患者的具体情况,制定个体化的治疗方案,提高治疗效果,缩短康复时间,减少不良反应,为患者带来更好的生活质量。

综合来看,将电热砭石温通疗法与耳穴治疗相结合,对于腰痛症患者来说,能够显著缓解症状,提高生活质量,其临床应用前景广泛,值得推广。

### 参考文献

- [1] 佟黎. 分期功能锻炼在腰椎间盘突出症针灸推拿治疗中的临床效果研究 [J]. 中医临床研究,2022,12(3):14-16.
- [2] 胡江红,李培伦. 电针治疗联合腰背肌锻炼治疗腰椎间盘突出症患者的效果[J]. 河南医学研究,2021, 30(21): 3982-3984.
- [3] 唐李莹,罗明,张垣,等. 夹脊穴温针灸联合 Proxomed Tergumed 系统康复训练对腰椎间盘突出症患者术后康复的效果 [J]. 广东医学,2022,43(11): 1432-1436.
- [4] 李美琪. 中医传统疗法联合康复理疗对腰椎间盘突出症的临床疗效观察[J]. 反射疗法与康复医学,2021,2(18): 39-41.
- [5] 马晓花,姜昕伶. 针灸理疗结合康复护理对于腰椎间盘突出突出的应用 [J]. 养生大世界,2021,17(14):43-45.
- [6] 瞿亿明,王刚,谭彩玲,等. 臭氧侧隐窝注射联合内热针对腰椎间盘突出症患者疼痛症状与生活质量的影响 [J]. 临床和 实验医学杂志,2022,39(14):37-39.

- [7] 高瑶娟,蔡敏,周红蔚,曹程飞,张明洁.基于子午流注纳子法的耳穴贴压对腰椎间盘突出症的疗效观察[J].上海护理,2022,22(7):10-14.
- [8] 王奕娜,卢晓波,巫添丽.中药熏蒸联合耳穴压豆对腰椎间盘突出症患者的疼痛与腰椎功能的影响及护理分析

[J].现代医学与健康研究(电子版),2022,6(8):123-127.

**版权声明:** ©2024 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



**OPEN ACCESS**