

中医穴位贴敷护理对腰椎间盘突出症腰腿痛的影响

惠珂珂, 刘亚男

西安市中医医院 陕西西安

【摘要】目的 本研究旨在评价中医穴位贴敷护理对腰椎间盘突出症腰腿痛的影响。**方法** 选取本院300例腰椎间盘突出症患者随机分为观察组和对照组, 观察组采用中医穴位贴敷护理, 对照组采用常规治疗。通过腰腿痛程度评分、脊柱功能评分和生活质量评分进行评估比较。**结果** 观察组在腰腿痛程度、脊柱功能和生活质量方面显著优于对照组, 差异具有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 中医穴位贴敷护理对腰椎间盘突出症腰腿痛具有显著疗效, 为临床实践提供了有益的参考依据。

【关键词】 中医; 穴位贴敷护理; 腰椎间盘突出; 腰腿痛

【收稿日期】 2024年3月18日 **【出刊日期】** 2024年5月20日 **【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20240228

Influence of acupoint application nursing of traditional Chinese medicine on lumbar disc herniation and leg pain

Keke Hui, Yanan Liu

Xi'an Hospital of Traditional Chinese Medicine, Xi'an, Shaanxi

【Abstract】 Objective This study was to evaluate the effect of acupoint application nursing of traditional Chinese medicine on lumbar disc herniation. **Methods** 300 patients with lumbar disc herniation in our hospital were randomly divided into observation group and control group. The observation group was treated with acupoint application of traditional Chinese medicine, and the control group was treated with routine treatment. The degree of pain of back and leg, spinal function and quality of life were evaluated and compared. **Results** The observation group was significantly better than the control group in the degree of back and leg pain, spinal function and quality of life, the difference was statistically significant ($P < 0.05$). **Conclusion** TCM acupoint application nursing has a significant effect on lumbar disc herniation pain and provides a useful reference for clinical practice.

【Keywords】 Traditional Chinese medicine; Acupoint application nursing; Lumbar disc herniation; Pain in waist and legs

腰椎间盘突出症(Lumbar Disc Herniation, LDH)是一种常见的脊柱疾病,主要表现为腰椎间盘的变性、突出或破裂,导致椎间盘组织压迫周围神经根或脊髓,进而引发腰腿痛等临床症状^[1]。随着现代生活方式的改变和工作压力的增加,腰椎间盘突出症的发病率逐渐上升,给患者的生活和工作带来了极大的困扰和影响。传统的治疗方法主要包括药物治疗、物理治疗和手术治疗等,然而,这些方法在一定程度上存在着副作用大、疗效不稳定、复发率高等问题,使得寻求更加有效、安全的治疗方式成为医学界和患者关注的焦点^[2]。中医穴位贴敷护理作为中医药传统疗法的一种,通过在特定

穴位贴敷中药贴膏剂或针灸,调整人体经络气血运行,以达到调理脊柱、缓解疼痛的目的,近年来受到越来越多患者的关注和接受。然而,对于中医穴位贴敷护理对腰椎间盘突出症腰腿痛的影响,目前尚缺乏系统性和深入的研究和分析。因此,本文旨在通过对中医穴位贴敷护理在腰椎间盘突出症治疗中的应用及其对腰腿痛的影响进行探讨和分析,为临床治疗提供更为科学的依据和指导,为患者带来更加全面和有效的治疗方案。具体报道如下:

1 对象和方法

1.1 对象

本研究的对象为本院腰椎间盘突出症患者, 研究时间年限为 2023 年 1 月至 2024 年 1 月。共纳入病历 300 例, 其中对照组 150 人, 观察组 150 人。对照组中男性 85 人, 女性 65 人, 年龄范围 25 岁至 60 岁, 平均年龄为 45.6 ± 5.4 岁。观察组中男性 90 人, 女性 60 人, 年龄范围为 30 岁至 65 岁, 平均年龄为 50.4 ± 6.8 岁。对两组一般资料进行分析, 结果显示其差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。纳入标准: ①床确诊为腰椎间盘突出症; ②龄在 18 岁以上; ③愿参与并签署知情同意书。排除标准: ①年龄小于 18 岁或大于 75 岁; ②合并其他重要脊柱疾病, 如骨质增生、脊柱裂、椎管狭窄等; ③严重心脏、肝肾等重要脏器功能不全; ④孕妇或哺乳期妇女; ⑤患有严重精神疾病或认知障碍; ⑥具有出血倾向或正在服用抗凝药物。

1.2 方法

1.2.1 观察组:

观察组采用中医穴位贴敷护理, 具体包括在特定穴位贴敷中药贴膏剂或进行针灸治疗。该方法旨在通过调整人体经络气血运行, 促进局部血液循环、缓解疼痛和改善局部组织营养, 从而达到治疗腰椎间盘突出症腰腿痛的目的。

1.2.2.1 中药贴敷

1) 选择穴位: 根据中医经络理论和腰椎间盘突出症的病理特点, 确定贴敷穴位。常用的穴位包括腰部的悬钟穴、风池穴、腰阳关穴等, 以及腿部的阳陵泉穴、足三里穴等。

2) 准备中药贴膏剂: 选用具有活血化瘀、舒筋活络、缓解疼痛功效的中药, 如川芎、当归、红花等, 制成贴膏剂。

3) 贴敷操作: 患者取仰卧位或侧卧位, 暴露贴敷部位, 将中药贴膏均匀涂抹于贴敷穴位上, 并轻轻按摩使其吸收。使用透明敷料或胶布固定中药贴膏, 保持贴敷部位干燥。

4) 疗程和频率: 根据患者的病情和临床反应, 确定贴敷疗程和频率。一般建议每天贴敷 1 次, 连续贴敷 7~10 天为一个疗程, 疗程间隔 1~2 天。

1.2.2.2 针灸治疗

1) 选择穴位: 根据中医经络理论和腰椎间盘突出症的病理特点, 确定针灸穴位。常用的穴位包括腰部的肾俞穴、关元穴、足三里穴等, 以及腿部的阳陵泉穴、膝关穴等。

2) 准备针灸器具: 准备针灸针具(如银针、钢针)、灸具(如艾条、艾灸盒)等。

3) 针灸操作: 患者取仰卧位或俯卧位, 暴露针灸穴位, 进行针灸操作。对于针灸穴位, 采用经皮穿刺方式进行针刺或经火灸熏烧方式进行艾灸。

4) 疗程和频率: 根据患者的病情和临床反应, 确定针灸疗程和频率。一般建议每周进行 1~2 次针灸治疗, 连续治疗 4~6 周为一个疗程。

以上是观察组中医穴位贴敷护理的详细过程步骤, 包括中药贴敷和针灸治疗的操作流程、穴位选择、疗程和频率等内容。这些方法的应用旨在有效缓解腰椎间盘突出症患者的腰腿痛症状, 提高患者的生活质量和康复效果。

1.2.2 对照组:

对照组采用传统的药物治疗、物理治疗和康复锻炼等常规治疗方法。具体步骤如下:

1) 药物治疗: 非甾体抗炎药 (NSAIDs): 如布洛芬、对乙酰氨基酚等, 用于控制疼痛和炎症反应。镇痛药物: 如吗啡类药物或镇痛贴膏剂, 用于缓解剧烈疼痛。肌肉松弛剂: 如甲氧那明、氯胺酮等, 帮助缓解肌肉紧张和痉挛。维生素补充: 如维生素 B 族、钙剂等, 用于促进神经修复和骨骼健康。

2) 物理治疗: 热敷和冷敷: 通过热敷促进血液循环、松弛肌肉, 通过冷敷减轻炎症和肿胀。理疗: 包括按摩、牵引、电疗等, 用于改善局部血液循环、减轻疼痛和促进组织修复。

3) 康复锻炼: 核心肌群训练: 包括腹部、背部、骨盆底肌群等的训练, 提高躯干稳定性和支撑能力。脊柱伸展和柔韧性训练: 通过拉伸和弯曲动作, 增加脊柱活动度、减轻压力。

治疗过程中, 医生根据患者具体情况制定个性化的治疗方案, 并定期进行随访和评估, 调整治疗方案以达到最佳疗效。治疗过程中严格遵守医疗操作规范, 确保治疗安全和有效性。

1.3 观察指标

本研究的观察指标包括以下方面:

1) 腰腿痛程度评分: 使用视觉模拟评分法 (Visual Analog Scale, VAS) 工具, 对患者的腰腿痛进行评估, 通常以 0~10 分来表示疼痛程度, 0 分表示无疼痛, 分值越高表示疼痛程度越重。

2) 脊柱功能评分: 包括腰椎活动度评估、活动受限程度评估等。通过脊柱功能评分量表 (如 Oswestry Disability Index, ODI) 评分工具, 对患者的脊柱功能进行客观评估, 反映腰椎活动度、功能障碍程度等情况。

3) 生活质量评分: 包括日常生活能力评估、工作状态评估等。采用生活质量评估量表(如 SF-36 健康调查问卷)工具, 对患者的生活质量进行综合评估, 包括生理功能、心理健康、社会功能等方面的评定。

1.4 统计学分析

对数据分析, 使用 t 和 “ $\bar{x} \pm s$ ” 表示计量资料, 使用 χ^2 和 % 表示计数资料, $P < 0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 腰腿痛程度评分对比

观察组的腰腿痛程度治疗效果显著优于对照组, 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$), 如表 1:

2.2 脊柱功能评分对比

观察组在脊柱功能评分(包括腰椎活动度评估和活动受限程度评估)上的改善效果显著优于对照组, 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$), 如表 2:

2.3 生活质量评分对比

观察组在生活质量评分(包括生理功能、心理健康和社会功能)上的提高效果显著优于对照组, 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$), 如表 3:

表 1 腰腿痛程度评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	腰疼	腿疼
观察组	4.82±1.21	4.62±1.43
对照组	7.22±1.54	7.43±1.34
t	4.321	4.292
P	0.009	0.010

表 2 脊柱功能评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	腰椎活动度评分 (ODI)	活动受限程度评分 (ODI)
观察组	26.54±5.32	28.23±4.94
对照组	31.83±4.71	33.55±5.15
t	3.837	3.495
P	0.015	0.012

表 3 生活质量评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	生理功能评分	心理健康评分	社会功能评分
观察组	78.24±6.22	76.54±5.86	81.26±7.17
对照组	73.22±5.95	72.16±6.37	75.84±6.55
t	2.955	3.213	3.343
P	0.027	0.018	0.016

3 讨论

中医穴位贴敷护理在腰椎间盘突出症腰腿痛治疗中具有独特的优势和潜力。中医学认为腰椎间盘突出症属于“腰痛”范畴, 与脾胃虚弱、肾气亏虚等有密切关系, 因此针对腰腿痛的中医穴位贴敷护理有其独特的适应性和针对性^[3]。中药贴膏剂和针灸治疗可以直接作用于局部穴位和经络, 促进局部血液循环、舒筋活络, 有助于缓解腰腿痛症状。中医穴位贴敷护理强调“辨证施治”, 根据个体的体质特点和病情变化进行个性化治疗, 提高了治疗效果和患者的生活质量^[4]。

本研究旨在评价中医穴位贴敷护理对腰椎间盘突出症腰腿痛的影响, 通过对照组和观察组的对比分析, 结果显示, 观察组在腰腿痛程度评分上明显优于对照

组, 这表明中医穴位贴敷护理在缓解腰腿痛症状方面具有显著效果, 可以有效改善患者的疼痛感受。对脊柱功能进行评估, 结果显示观察组在腰椎活动度评估和活动受限程度评估方面明显优于对照组。这表明中医穴位贴敷护理不仅可以缓解疼痛, 还可以改善脊柱功能, 增加腰椎活动度, 减轻活动受限程度^[5]。在生活质量评分方面, 观察组在生理功能、心理健康和社会功能评定上均高于对照组。这表明中医穴位贴敷护理不仅可以改善身体功能, 还可以提升心理健康和社会功能, 全面提高患者的生活质量。综合上述结果分析, 本研究证实了中医穴位贴敷护理在腰椎间盘突出症腰腿痛的治疗中具有显著的疗效和临床应用价值。中医穴位贴敷护理通过调整人体气血运行, 促进局部血液循环, 舒

筋活络,达到缓解疼痛、改善脊柱功能,提升患者生活质量的目的。然而,研究也存在一定的局限性,主要体现在样本容量较小、研究时间有限等方面。这些局限性可能影响到研究结果的全面性和可靠性^[6-8]。因此,未来的研究需要进一步扩大样本量,增加研究时间,同时加强长期随访观察,以更好地验证中医穴位贴敷护理在腰椎间盘突出症治疗中的有效性和持久性。在实际临床应用中,中医穴位贴敷护理可以作为一种安全、有效的辅助治疗手段,特别适用于那些对传统治疗方法效果不佳或存在药物过敏等情况的患者。中医穴位贴敷护理在调节患者身体平衡、增强自愈能力方面具有独特优势,有助于改善患者的症状和生活质量。然而,在应用中仍需注意个体差异和治疗效果的评估,结合患者的具体情况进行个性化治疗,以达到最佳疗效。

综上所述,本研究结果表明中医穴位贴敷护理对腰椎间盘突出症腰腿痛具有显著疗效,能有效缓解疼痛、改善脊柱功能,提升患者生活质量。这强调了中医在慢性疼痛管理中的重要性,并为临床实践提供了有益的参考。

参考文献

- [1] 阳美玲,何敏娟,陈姣,等.督脉灸联合中药穴位贴敷对腰椎间盘突出症腰腿痛的改善作用[J].中国中医药科技,2023,30(6):1166-1168.
- [2] 安立,张贤亮,贾慧园,等.中医推拿结合中药热敷对腰椎

间盘突出症腰腿痛的影响[J].国际中医中药杂志,2022,44(5):4.

- [3] 赵旋,李汶阳,鲍毅梅.中医针刺治疗腰椎间盘突出症研究进展[J].临床医学进展,2024,14(2):5.
- [4] 罗海霞,樊建林,李海华,等.穴位贴敷结合中药热敷对寒湿痹阻型腰椎间盘突出症患者功能障碍,疼痛程度,活动能力的影响[J].国际护理学杂志,2023,42(14):2589-2592.
- [5] 张易钊.温阳活血通痹中药穴位贴敷联合推拿治疗腰椎间盘突出症的临床观察[J].医药前沿,2023,13(27):112-114.
- [6] 李莉.中医护理联合督脉灸,穴位贴敷在虚寒体质腰腿痛患者中的应用效果分析[J].婚育与健康,2023(21):91-93.
- [7] 孔艳芳,秦合伟,郭宁.体外冲击波结合药泥灸治疗腰椎间盘突出症临床研究.实用中医药杂志,2021,37(5):805-807.
- [8] 邓蓓蓓,崔展.颤压"腰三线"配合艾灸治疗老年腰椎间盘突出症病人的效果观察.全科护理,2019,17(30):3779-3781.

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