

# 针灸推拿治疗椎动脉型颈椎病作用分析

刘婉蓉

榆阳区人民医院 陕西 榆林 719000

**摘要：**目的：探究椎动脉型颈椎病患者应用针灸推拿治疗的效果。方法：选取于2020年1月-2023年1月本院收治的90例椎动脉型颈椎病患者，随机分为观察组（针灸推拿治疗）、对照组（常规治疗）各45人。结果：观察组治疗效果高（ $P < 0.05$ ）；治疗后，观察组中医证候积分、生活质量改善更明显（ $P < 0.05$ ）。结论：椎动脉型颈椎病患者应用针灸推拿治疗可以获得更为理想的治疗效果。

**关键词：**椎动脉型颈椎病；针灸；推拿

颈椎病是一种常见的骨骼肌肉系统疾病，主要表现为颈部疼痛、僵硬、活动受限等症状<sup>[1]</sup>。椎动脉型颈椎病是颈椎病中的一种特殊类型，是指由于颈椎间盘退行性改变、颈椎骨质增生等因素导致椎动脉受压或刺激，引起脑部供血不足，从而导致一系列症状的疾病<sup>[2]</sup>。针灸推拿作为中医传统疗法，具有悠久的历史和丰富的临床经验。本文旨在探究椎动脉型颈椎病患者应用针灸推拿治疗的效果。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取于2020年1月-2023年1月本院收治的90例椎动脉型颈椎病患者，随机分为观察组男27例、女18例，平均年龄（ $66.15 \pm 5.01$ ）岁；对照组男25例、女20例，平均年龄（ $66.28 \pm 4.95$ ）岁。一般资料无差异， $P > 0.05$ 。纳入标准：（1）符合颈椎病的临床诊断标准，并经MRI或CT等检查明确诊断为椎动脉型颈椎病；（2）病程在3个月以上，症状较明显，如颈部疼痛、头痛、头晕等。排除标准：（1）颈椎病并发其他神经系统疾病，如脑卒中、帕金森等；（2）颈椎病合并其他脊柱疾病，如脊柱关节炎、骨质增生等；（3）存在严重心肺功能不全或其他身体疾病。

### 1.2 方法

常规治疗对照组：温热敷、冷敷、按摩、消炎药治疗等。此外，还给予观察组针灸推拿治疗：（1）针灸治疗：主穴为风池穴、天柱穴、颈夹脊穴、悬钟穴、足三里穴。根据患者病情，可酌情添加其他穴位，如肩井穴、曲池穴等。使用无菌针灸针，刺入穴位，得气后施以提插、捻转等手法。每穴留针20-30分钟，每日或隔日一次，连续治疗2-4周。（2）推拿治疗：患者取坐位或俯卧位，充分暴露颈部。施术者首先进行颈部放松手法，包括按法、揉法、捏法等，以放松颈部肌肉，改善

局部血液循环。在颈部施以推法、扳法等手法，以调整颈椎小关节，恢复颈椎生理曲度。配合颈部牵引手法，如头部牵引、侧向牵引等，以进一步缓解颈椎压迫，改善椎动脉血流。最后，施以滚法、拍法等手法，以松解颈肩部肌肉，促进血液循环。推拿治疗的时间一般为20-30分钟，每周1-3次，连续治疗2-4周。在治疗过程中，应注意根据患者的耐受程度和病情调整手法力度和刺激强度。同时，应密切观察患者反应，避免引起不适或加重病情。每个疗程结束后，应根据患者情况调整治疗方案。

### 1.3 观察指标

（1）治疗效果，显效：患者临床症状完全消失或基本消失，颈椎功能恢复正常，能正常生活和工作。有效：患者临床症状明显改善，颈椎功能改善，日常生活能力提高。无效：患者临床症状无明显改善或加重，颈椎功能无改善或下降，日常生活能力未提高或降低；（2）《中药新药研究指导原则》评价中医证候积分；（3）SF-36量表评价生活质量。

### 1.4 统计学分析

SPSS23.0处理数据，（ $\bar{x} \pm s$ ）与（%）表示计量与计数资料，分别行 $t$ 与 $\chi^2$ 检验， $P < 0.05$ ，差异有统计学意义。

## 2 结果

2.1 治疗效果：观察组高于对照组（ $P < 0.05$ ），见表1。

表1 治疗总有效率【 $n(\%)$ 】

组别	$n$	显效	有效	无效	总有效率
观察组	45	28	15	2	43 (95.56)
对照组	45	22	13	10	35 (77.78)
$\chi^2$					7.168
$P$					$< 0.05$

2.2 中医症候积分：观察组降低明显 ( $P < 0.05$ )，见表2。

表2 中医症候积分 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	n	疼痛		僵硬		麻木	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
观察组	45	3.30±1.60	1.60±0.81	3.29±0.74	1.61±0.47	3.81±1.51	1.31±0.74
对照组	45	3.26±1.57	2.39±0.87	3.34±1.36	2.17±1.36	3.74±1.48	2.38±0.80
t		5.628	10.669	3.141	15.624	6.352	10.541
p		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

2.3 生活质量：观察组升高明显 ( $P < 0.05$ )，见表3。

表3 生活质量 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

分组	n	社会功能		躯体功能		认知功能		角色功能	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
观察组	45	70.31±3.21	91.20±4.55	72.30±2.69	90.69±4.15	72.18±1.62	91.28±4.29	73.64±2.10	89.25±5.62
对照组	45	70.28±2.96	80.32±3.62	72.10±2.15	79.62±3.67	72.24±2.02	80.74±3.69	74.03±2.13	80.05±3.48
t		1.251	9.584	1.036	9.352	1.033	8.621	1.231	10.251
P		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

### 3 讨论

椎动脉型颈椎病是一种常见的颈部疾病，主要是由于颈椎退行性变所引起的，通常发生在中老年人。该疾病主要表现为颈部疼痛、肩背疼痛、头痛、眩晕、听力下降、视力模糊等症状。椎动脉型颈椎病的主要病因是颈椎的退行性变，随着年龄的增长，颈椎的结构逐渐发生改变，骨质增生、椎间盘突出、关节增生等情况都可能造成颈椎的变形和压迫，从而引发病症<sup>[3]</sup>。此外，长期的不良姿势、颈部受伤、颈部过度劳累等也可能成为椎动脉型颈椎病的诱因。椎动脉型颈椎病如果得不到及时有效的治疗和管理，可能会带来一些危害和不适，例如：颈部疼痛和不适：椎动脉型颈椎病最常见的症状之一是颈部疼痛和不适。这种疼痛可以辐射到肩部、背部和头部，给患者带来不适和影响日常生活；神经系统症状：椎动脉型颈椎病可能导致椎动脉受压，进而影响供应大脑的血液和氧气。这可能导致头晕、眩晕、头痛、注意力不集中、记忆力减退等神经系统症状；视力和听力问题：椎动脉型颈椎病也可能对眼部和耳部造成影响。患者可能出现视力模糊、眼前发黑、视野缺失、听力下降等问题；运动功能障碍：严重的椎动脉型颈椎病可能导致颈部肌肉无力、手指麻木、上肢无力等运动功能障碍，影响日常活动和生活质量；颈椎损伤：在椎动脉型颈椎病进展过程中，如果不加以控制和治疗，可能导致颈椎结构的进一步损伤，如椎间盘膨出、骨质增生等。这可能增加患者颈椎不稳定的风险，进而引发更严重的并发症。因此，对于椎动脉型颈椎病患者来说，及时就医、科学治疗和积极管理是非常重要的。

从中医学角度分析，椎动脉型颈椎病可分为几种病因：（1）气血瘀滞：由于长时间保持一个姿势，如低头、久坐等，导致气血运行不畅，瘀滞于颈部，进而引起颈椎病变，压迫椎动脉，造成供血不足。（2）肝肾不足：中医认为，肝主筋，肾主骨。肝肾不足会导致筋骨失养，颈椎失去滋养，从而容易出现颈椎退行性改变，诱发椎动脉型颈椎病。（3）风寒湿邪：风寒湿邪入侵人体，可能导致颈部经络气血运行不畅，进而引起颈椎病变。尤其是颈部受寒、受湿时，症状可能加重。（4）痰湿阻滞：脾胃虚弱，运化失常，导致体内痰湿内生。痰湿随气上行，阻滞颈部经络，引起颈椎病。中医治疗椎动脉型颈椎病主要的原则是调理气血、祛除湿痰、补益肝肾。针灸推拿是一种源于中国传统医学的物理治疗方法，它结合了针刺和推拿手法来达到预防和治疗疾病的目的。针灸推拿的主要原理是通过刺激人体的穴位，疏通经络，调节脏腑功能，从而达到缓解疾病、恢复健康的目的。具体而言，针灸：针灸是指将细针插入患者身体上的特定穴位，通过针刺手法来调整人体的气血运行，缓解疼痛，调节脏腑功能。针灸治疗的特点在于其具有较强的针对性，可以根据患者的具体病情选择适当的穴位进行治疗。推拿：推拿则是通过手法作用于人体的适当部位，如肌肉、韧带、关节等，以达到缓解疼痛、疏通经络、调节脏腑、活血化瘀等目的。推拿手法多样，包括按法、揉法、推法、拿法等，治疗师会根据患者的具体情况选择适当的手法进行治疗。针灸推拿广泛应用于各种疾病，如骨骼肌肉系统疾病、内科疾病、神经系统疾病等。此外，针灸推拿在缓解疼痛、改善肢

体功能、调节内分泌等方面也有显著效果。由于其具有非侵入性、副作用小、疗效显著等特点,针灸推拿在临床中越来越受到广泛关注和应用。本文通过探究椎动脉型颈椎病患者应用针灸推拿治疗的效果,结果显示,观察组治疗效果高,中医证候积分、生活质量改善更明显( $P < 0.05$ )。原因为:针灸推拿治疗可以通过刺激相应的穴位和推拿手法来缓解颈部疼痛、头痛等症状,使患者感到明显的舒适和缓解;针灸推拿治疗可以通过刺激相关穴位和推拿手法来促进局部的血液循环,改善颈椎周围的供血情况,从而有助于缓解相关症状;针灸推拿治疗可以通过调节局部肌肉的张力和活动,促进颈椎的正常运动,有助于改善颈部的功能,并减少相关的僵硬和不适感;针灸推拿治疗可以改善患者的生活质量,减轻相关症状对日常生活和工作的影响,使患者能够更好地从事活动和工作。

此外,在日常生活中强化对疾病的预防也尤为重要,预防椎动脉型颈椎病的发生和进展需要综合考虑多个因素。主要的预防措施包括:(1)保持良好的姿势:长时间保持不正确的姿势,如低头、弯腰等,会增加颈椎的负担。正确的坐姿、站姿和行走姿势对于颈椎的健康至关重要。应尽量避免长时间低头使用手机、电脑等电子设备,适当休息和活动。(2)避免过度用力:重物搬运、剧烈运动和颈部过度用力都可能对颈椎造成损伤。在日常生活中,要注意分担重物的负荷,避免用力过度。(3)适度运动:适当的运动可以增强颈部肌肉的力量和稳定性,有助于减轻颈椎的负担。可以选择一

些适合自己的颈部和肩部运动,如颈椎操、瑜伽、游泳等,但要注意运动时的姿势和幅度,避免过度拉伸或受伤。(4)注意休息和放松:长时间的工作和学习压力可能导致颈部肌肉紧张和疲劳。要注意适时休息,进行放松活动,如颈部按摩、热敷等,缓解颈部的紧张和疼痛。(5)饮食调理:均衡营养的饮食对于颈椎健康也很重要。建议多摄入富含维生素、矿物质和蛋白质的食物,如新鲜蔬菜、水果、全谷类食物、瘦肉等,有助于提供充足的营养支持。(6)床具和枕头选择:选择合适的床垫和枕头对于保护颈椎也很重要。床垫宜硬中带软,枕头高度应适当,以保持颈椎的自然曲度。(7)定期检查和治疗:如果出现颈部疼痛、麻木、头晕等异常症状,应及时就医并接受专业诊断和治疗。定期进行体检和颈椎影像学检查,及时发现问题并采取措

#### 结束语

综上所述,椎动脉型颈椎病患者应用针灸推拿治疗的效果高,能够显著减轻其临床症状,提升其生活质量。

#### 参考文献

- [1]李智俐,屈绮文,林漫婷. 滋水涵木活血方结合“颈腰同治”针灸法治疗椎动脉型颈椎病(肝肾不足证)的临床观察[J]. 中医药导报,2023,29(9):68-71,81.
- [2]刘泰. 椎动脉型颈椎病患者应用针灸推拿治疗的效果观察[J]. 首都食品与医药,2023,30(5):151-153.
- [3]陈起伟,温定伙,廖少钦. 温针灸结合关节松动术对椎动脉型颈椎病患者椎-基底动脉血流状况的影响[J]. 按摩与康复医学,2023,14(10):1-4.