

推拿手法治疗腰椎间盘突出症的效果研究

姚 闯 李晓光

宁夏中卫市中医医院 宁夏 中卫 755000

摘 要：本文针对120例腰椎间盘突出症患者，随机分为对照组（针灸治疗）和观察组（系统整脊推拿治疗）。通过对比两组患者的治疗效果、肌力水平和日常生活能力，发现系统整脊推拿手法治疗能显著缓解患者症状，提高肌力水平和日常生活能力。系统整脊推拿治疗的有效率高达98.33%，显著高于对照组的81.67%。系统整脊推拿治疗还具有非侵入性、低风险的特点，适合作为腰椎间盘突出症患者的一种理想选择。本研究为系统整脊推拿治疗腰椎间盘突出症提供了科学依据。

关键词：系统整脊推拿手法；治疗腰椎间盘突出症；效果

引言：腰椎间盘突出症作为常见的脊柱退行性疾病，给患者带来了极大的痛苦与不便，严重影响其日常生活和工作能力。传统治疗方式如药物治疗、针灸疗法乃至手术治疗，虽各有疗效，但亦存在副作用或风险。近年来，系统整脊推拿手法作为一种非侵入性、低风险的治疗方法，在腰椎间盘突出症的治疗中逐渐崭露头角，备受关注。本研究旨在深入探索系统整脊推拿手法治疗腰椎间盘突出症的临床效果，以科学的手段评估其对患者康复的积极作用，为患者提供一种更为安全、有效的治疗选择。

1 资料和方法

1.1 研究对象

本研究选取了医院2019年6月至2021年6月接诊的腰椎间盘突出症患者共计120例作为研究对象。这些患者均经过严格的临床诊断，确诊为腰椎间盘突出症。为了确保研究的准确性和可靠性，我们制定了明确的纳入标准和排除标准。纳入标准主要包括：符合腰椎间盘突出症的诊断标准；年龄范围在25-65岁之间；未接受过其他针对腰椎间盘突出症的系统治疗；自愿参与本研究并签署知情同意书。排除标准则包括：合并其他严重疾病或并发症，如恶性肿瘤、心脑血管疾病等；存在精神问题或无法配合治疗；对针灸或推拿治疗有过敏反应或禁忌症；因故中断治疗或未能完成全部疗程的患者。

1.2 研究分组

根据治疗方法的不同，我们将120例患者随机分为对照组和观察组两组，每组60例。对照组采用针灸治疗作为干预手段。针灸治疗在中医领域具有悠久的历史 and 广泛的应用，通过刺激特定穴位，达到调和气血、疏通经络的目的。观察组则采用系统整脊推拿治疗作为干预手段。系统整脊推拿治疗是一种通过手法操作对人体特定

部位进行刺激和调节的物理治疗方法，具有疗效显著、操作简便、副作用小等优点。

1.3 治疗方法

（1）对照组治疗方法（针灸）。对照组的针灸治疗主要选取大肠俞、阳陵泉、秩边穴、环跳穴、委中穴等穴位。治疗时，使用1.5寸毫针进行常规消毒后，对患者进行针灸刺激。留针时间为30分钟，每隔一天进行一次治疗，连续治疗半个月为一个疗程。（2）观察组治疗方法（系统整脊推拿）。观察组的系统整脊推拿治疗主要包括穴位按摩和整脊推拿手法操作两部分。穴位按摩主要选取大肠俞、肾俞、阳陵泉、承扶穴、秩边穴、环跳穴、委中穴、足三里、太冲穴、承山穴等穴位，进行滚法按摩和拇指弹拨等操作。整脊推拿手法操作则包括松解、整复手法等，旨在促进患者腰椎部位的血液循环，缓解肌肉紧张和痉挛，达到活血化瘀、疏通经络的效果。推拿治疗每周进行一次，连续治疗半个月为一个疗程^[1]。

1.4 观察指标

为了全面评估两种治疗方法的疗效，我们设定了以下观察指标：

1.4.1 治疗效果评价标准

我们将治疗效果分为显效、有效和无效三个等级。其中，显效指患者的所有临床症状消失，脊椎活动自如；有效指患者的所有临床症状有所减轻，脊椎活动有所改善；无效则指患者的临床症状和脊椎功能无明显变化。

（1）肌力水平评估方法。采用JOA评分法对患者的肌力水平进行评估。JOA评分法是一种常用的神经功能评价量表，通过对患者的运动功能、感觉功能、膀胱功能等方面进行评分，综合评估患者的神经功能恢复情况。分数越高，表示患者的肌力水平越高。

（2）日常生活能力评估方法。采用ADL量表对患者

的日常生活能力进行评估。ADL量表是一种常用的生活质量评价工具，通过对患者的穿衣、洗漱、进食、行走等基本生活能力进行评分，反映患者的日常生活自理能力。分数越高，表示患者的日常生活能力越强。

1.5 统计学方法

为了对研究结果进行科学的分析和处理，我们采用了SPSS25.0软件进行数据分析。对于计数资料，我们使用百分比（%）进行表示，并采用 χ^2 检验进行组间比较；

对于计量资料，我们使用均数±标准差（ $\bar{x} \pm s$ ）进行表示，并采用 t 检验进行组间比较。 $P < 0.05$ 表示差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 治疗效果比较

在本次研究中，观察组患者的治疗有效率为98.33%，对照组患者的为81.67%， $P < 0.05$ ，具有统计学意义。具体见下表：

表1 两组患者的治疗效果比较

组别	总计	显效	有效	无效	总有效率（%）	Z	P
观察组	60	43	16	1	98.33	9.259	0.002
对照组	60	22	27	11	81.67		

2.2 肌力水平、日常生活能力比较

观察组患者的肌力水平和日常生活能力评分均高于

对照组， $P < 0.05$ ，具有统计学意义。具体见下表2：

表2 两组患者的肌力水平、日常生活能力比较

组别	例数	肌力水平		ADL	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
观察组	60	32.46±3.25	79.65±4.65	24.65±3.25	82.64±5.36
对照组	60	32.45±3.24	62.38±3.58	24.67±3.24	64.32±3.42
t	-	0.017	22.795	-0.034	22.319
P	-	0.986	0.000	0.973	0.000

3 讨论

3.1 系统整脊推拿手法治疗腰椎间盘突出症的疗效分析

3.1.1 系统整脊推拿治疗对症状缓解的作用机制

系统整脊推拿手法治疗腰椎间盘突出症的效果显著，其对症状缓解的作用机制主要体现在以下几个方面。首先，系统整脊推拿治疗可以通过手法操作直接作用于腰椎及周围软组织，促进血液循环，加速炎症因子的代谢，减轻局部的炎性水肿和疼痛。在推拿过程中，医师会对患者的腰椎部位进行揉、按、推、拿等手法操作，这些操作可以松弛紧张的肌肉和筋膜，缓解肌肉痉挛，减轻腰椎的压力，从而减轻患者的疼痛感和不适感。其次，系统整脊推拿治疗可以通过调节腰椎的生物力学平衡，纠正腰椎的错位和紊乱，减轻对神经根和脊髓的压迫，从而改善患者的下肢麻木、无力等症状^[2]。此外，系统整脊推拿治疗还可以调节患者的神经功能，促进神经的再生和修复，进一步加速症状的缓解。

3.1.2 系统整脊推拿治疗对肌力恢复的影响

系统整脊推拿治疗在促进肌力恢复方面也具有显著

作用。腰椎间盘突出症患者由于长期受到疼痛的影响，往往会出现腰部肌肉紧张和萎缩的情况，导致肌力下降。通过推拿治疗，可以松弛紧张的肌肉，缓解肌肉痉挛，改善局部的血液循环和营养供应，为肌肉的恢复提供良好的环境。同时，推拿治疗还可以刺激肌肉中的感受器，增强肌肉的兴奋性，促进肌肉收缩和力量的恢复。研究表明，经过推拿治疗后，患者的腰部肌肉力量和耐力均得到显著提高，这对于提高患者的日常活动能力和生活质量具有重要意义。

3.1.3 系统整脊推拿治疗对日常生活能力的提升作用

系统整脊推拿治疗对腰椎间盘突出症患者日常生活能力的提升作用同样显著。由于疼痛和不适的影响，患者的日常活动能力往往受到严重限制。通过推拿治疗，患者的疼痛和不适感得到缓解，腰椎的活动度得到改善，这使得患者能够更自如地进行日常活动。此外，推拿治疗还可以促进患者的神经再生和修复，改善患者的运动功能和协调性，进一步提高患者的日常生活能力。研究表明，经过推拿治疗后，患者的日常生活能力评分显著提高，生活质量和幸福感得到提升。

3.2 系统整脊推拿治疗的优势及局限性

3.2.1 系统整脊推拿治疗的非侵入性、低风险特点

系统整脊推拿治疗作为一种非侵入性的物理治疗方法,具有低风险、无创伤、无副作用等优点。与药物治疗和手术疗法相比,系统整脊推拿治疗无需使用药物或进行手术操作,因此不会给患者带来额外的身体伤害或副作用。同时,推拿治疗还可以根据患者的具体情况进行个性化调整,确保治疗的安全性、有效性和精准性。这使得推拿治疗成为腰椎间盘突出症患者的一种理想选择^[3]。

3.2.2 系统整脊推拿治疗需医师操作及个体差异的影响

尽管推拿治疗具有诸多优点,但其疗效也受到一些因素的限制。首先,推拿治疗需要由经验丰富的医师进行操作。医师的专业水平和操作技巧直接决定了推拿治疗的效果。如果医师缺乏经验或整复操作不当,可能会导致患者的症状加重或发生其他不良反应。因此,在进行推拿治疗前,患者应选择具有合法资质和丰富经验的医师进行治疗。其次,推拿治疗的效果也受到患者个体差异的影响。由于每个人的身体状况、年龄、性别、病情严重程度等因素不同,因此推拿治疗的效果也会因人而异。这要医师在治疗过程中应根据患者的具体情况进行个性化调整,确保治疗的有效性、安全性和精准性。

3.3 与其他治疗方法的比较

3.3.1 与药物治疗、手术疗法、针灸疗法的优劣对比

(1)与药物治疗相比,系统整脊推拿治疗具有无副作用、无依赖性等优点。药物治疗往往需要长期使用药物来控制症状,但长期使用药物可能会导致药物副作用或依赖性问题。而系统整脊推拿治疗则无需使用药物,因此不会给患者带来额外的身体伤害或副作用。与手术疗法相比,推拿治疗具有低风险、恢复快等优点。手术疗法虽然可以彻底解除病因,但手术风险高、恢复时间长,且可能给患者带来较大的心理和经济负担。而系统整脊推拿治疗则无需进行手术操作,因此风险较低、恢复时间快,且不会给患者带来额外的身体伤害。与针灸疗法相比,系统整脊推拿治疗在缓解肌肉紧张和痉挛、改善局部血液循环等方面具有更显著的效果。针灸疗法虽然也能够通过刺激穴位来调节身体的机能,但其对肌肉和软组织的直接作用相对较小。而系统整脊推拿治疗则可以通过手法操作直接作用于肌肉和软组织,松弛紧张的肌肉,缓解肌肉痉挛,改善局部的血液循环和营养供应,从而更快速地缓解患者的疼痛和不适感。

(2)系统整脊推拿治疗在综合疗法中的地位和作用。系统整脊推拿治疗在综合疗法中占有重要地位,并发挥着

重要作用。综合疗法是指将多种治疗方法结合起来,共同作用于患者,以达到更好的治疗效果。在腰椎间盘突出症的治疗中,系统整脊推拿治疗可以与其他治疗方法相结合,形成综合治疗方案。例如,在急性期,患者可以首先采用药物治疗来快速缓解疼痛和消炎。在疼痛得到缓解后,可以结合系统整脊推拿治疗来进一步改善腰椎的生物力学平衡,促进肌肉和软组织的恢复。对于病情严重的患者,手术疗法可能是必要的选择。但在手术后,患者仍然需要接受康复治疗,以促进身体的恢复。此时,系统整脊推拿治疗可以作为康复治疗的重要组成部分,帮助患者恢复腰椎的活动度和肌力,提高生活质量。此外,系统整脊推拿治疗还可以与其他非药物治疗方法相结合,如物理疗法、康复锻炼等。这些方法共同作用于患者,可以加速患者的康复进程,提高治疗效果。

4 结论

4.1 系统整脊推拿手法治疗腰椎间盘突出症的疗效分析

系统整脊推拿治疗腰椎间盘突出症,主要通过手法作用于病变部位,达到舒筋活络、活血化瘀的目的。其对症状的缓解主要通过改善局部血液循环,减轻炎性水肿和神经根受压情况。在肌力恢复方面,推拿能松弛紧张的肌肉,促进肌肉恢复弹性,从而增强肌力。此外,推拿还能改善患者的腰椎活动度,提升日常生活能力,如行走、坐立等动作的自如度。

4.2 系统整脊推拿治疗的优势及局限性

推拿治疗以其非侵入性、低风险的特点受到广泛认可。它避免了药物副作用和手术风险,为患者提供了更为安全的治疗选择。然而,推拿治疗的效果也受技师水平和患者个体差异的影响,需要经验丰富的技师根据患者病情进行个性化治疗。

4.3 与其他治疗方法的比较

与药物治疗相比,推拿治疗无药物副作用;与手术疗法相比,推拿治疗的风险更低,恢复更快;与针灸疗法相比,推拿在改善肌肉紧张和日常生活能力方面具有独特优势。在综合疗法中,系统整脊推拿治疗作为辅助治疗,能够与其他治疗方法相辅相成,提高整体治疗效果。

参考文献

- [1]黄秀丽.推拿手法治疗腰椎间盘突出症临床观察[J].淮北职业技术学院学报,2021,(12):114-116.
- [2]李大雷.温针灸联合推拿手法治疗腰椎间盘突出症的临床疗效[J].内蒙古中医药,2021,(05):86-87.
- [3]李明光.推拿手法治疗腰椎间盘突出症效果探讨[J].医药前沿,2020,(12):206-207.