

中医骨伤手法联合中药内服对颈椎病的效果分析

闫世玺

邯郸市永年区中医院 河北 邯郸 057150

摘要: 目的: 探究中医骨伤手法联合中药内服对颈椎病的效果。方法: 选取于2020年1月-2022年1月本院收治的150例颈椎病患者, 随机分为观察组(中医骨伤手法联合中药内服)、对照组(常规中药内服治疗)各75人。结果: 观察组治疗效果好, 且疼痛症状、睡眠质量改善明显($P < 0.05$)。结论: 中医骨伤手法联合中药内服治疗颈椎病能够获得更为理想的治疗效果。

关键词: 中医骨伤手法; 中药内服; 颈椎病

颈椎病是一种常见的骨骼肌肉系统疾病, 主要是由于颈椎长期劳损、椎间盘退行性病变等因素引起的椎间盘突出或关节增生, 导致神经根、脊髓或血管受到压迫, 从而出现颈部疼痛、僵硬、头晕、头痛等症状^[1]。颈椎病的治疗方法有多种, 包括药物治疗、物理治疗、手法治疗等^[2]。本文旨在探讨中医骨伤手法联合中药内服对颈椎病的治疗效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取于2020年1月-2022年1月本院收治的150例颈椎病患者, 随机分为观察组男39例、女36例, 平均年龄(57.26 ± 5.13)岁; 对照组男37例、女38例, 平均年龄(56.87 ± 4.19)岁。一般资料无差异, $P > 0.05$ 。纳入标准: 颈椎病的临床诊断符合中医诊断标准。排除标准: (1) 颈椎病合并其他明显严重的疾病, 如恶性肿瘤、严重心脏病等; (2) 其他重要的神经系统疾病, 如脑卒中、帕金森病等; (3) 近期进行过颈椎手术或其他重大手术的患者。

1.2 方法

对照组采用中药内服治疗: 常用中药有当归、川芎、白芍、葛根、羌活、地龙、丹参、三七、伸筋草等。具体处方应根据患者的辨证分型和个体差异, 在医生的指导下进行加减。根据患者病情、年龄、体重等因素, 合理调整用药剂量。一般每日一剂, 早晚饭后半小时服用。中药内服治疗颈椎病的疗程因人而异, 一般建议服用2-4周, 然后根据病情调整用药方案。

此外, 观察组联合中医骨伤手法治疗: (1) 按摩: 采取适当的按摩手法, 如按法、揉法、推法、拿法等, 作用于颈椎两侧的肌肉和穴位, 以达到缓解肌肉紧张、促进血液循环、调整关节紊乱的目的。(2) 整复错位关节: 根据颈椎X光片等检查结果, 确定颈椎错位的类型和

位置, 采用合适的手法进行复位, 以缓解神经压迫、恢复颈椎稳定性。(3) 牵引: 根据患者病情, 可选择坐位或卧位的颈椎牵引方法, 通过牵引减轻椎间盘压力、缓解椎间盘突出或关节增生对神经根和脊髓的压迫。

1.3 观察指标

(1) 治疗效果, 显效: 患者颈椎病相关症状显著改善或完全消失, 相关体征明显改善, 如颈椎活动度恢复正常, 疼痛明显减轻或消失, 肌力恢复等。有效: 患者颈椎病相关症状有所改善, 但未完全消失, 相关体征有所改善, 但尚未恢复到正常水平。疼痛减轻但仍存在, 活动度有所增加但尚不够灵活, 肌力有所改善但尚未完全恢复。无效: 患者颈椎病相关症状无明显改善或恶化, 相关体征无改善或进一步恶化。疼痛持续存在或加重, 活动度没有改善, 肌力减弱或持续下降; (2) VAS、VRS、PPI评分评定疼痛症状; (3) PSQI评分标准评定睡眠质量。

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 χ^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 治疗效果[n(%)]

分组	n	显效	有效	无效	总有效率
观察组	75	39	34	2	97.33% (73/75)
对照组	75	31	30	14	81.3% (61/75)
χ^2					12.105
P					< 0.05

2.2 VAS、VRS、PPI评分: 观察组降低明显($P < 0.05$), 见表2。

表2 VAS、VRS、PPI评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

分组	n	VAS		VRS		PPI	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
观察组	75	5.64±2.14	4.06±1.10	34.58±2.33	26.08±1.17	4.64±0.74	2.36±0.48
对照组	75	5.63±2.16	4.78±1.25	34.55±2.41	29.02±1.36	4.64±0.68	3.24±0.52
t		1.305	9.036	1.365	8.654	1.230	9.254
P		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

2.3 睡眠质量: 观察组降低明显 ($P < 0.05$), 见表3。

表3 睡眠质量 ($\bar{x} \pm s$)

分组	n	觉醒次数(次)		入睡时间(h)		睡眠质量评分(分)	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
观察组	75	5.15±1.26	1.32±0.41	4.18±1.13	0.35±0.28	8.05±1.23	3.18±1.03
对照组	75	5.14±1.19	3.41±1.02	4.20±1.20	1.59±0.45	8.04±1.33	6.05±1.20
t		1.105	9.552	1.336	11.023	1.352	9.352
P		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

3 讨论

颈椎病是指由于颈椎结构和功能异常导致的一系列症状和体征的疾病。它是一种常见的神经骨科疾病, 在中年人中更为普遍。颈椎病的主要原因包括: (1) 颈椎结构问题: 颈椎间盘突出、骨刺形成、关节退行性病变等导致颈椎间隙狭窄、压迫神经根或脊髓^[3]。(2) 颈部姿势不良: 长期保持不正确的姿势, 如久坐、低头使用手机、睡眠时枕头过高或过低等, 会增加颈椎受力, 引发病变^[4]。(3) 颈部损伤: 外伤、颈部扭伤或挫伤可引起软组织损伤或颈椎骨折, 导致颈椎病的发生。颈椎病的主要症状包括: 颈部疼痛: 多为颈背部、肩颈交界处疼痛, 可向头部、上肢放射; 颈部僵硬: 颈椎活动障碍, 常伴有肌肉紧张和不适感; 头痛和眩晕: 多为枕后或颈侧部的持续性或阵发性疼痛, 伴有头昏、眩晕感; 上肢放射痛或麻木: 可在颈部或肩部开始, 经过上臂、前臂到手指尖^[5]。除了上述症状, 颈椎病还可能引起其他症状, 如视力模糊、听力下降、肩背部肌肉无力等。颈椎病如果不及时进行治疗和管理, 会带来一些危害和不适, 例如: 颈椎病最常见的症状之一是颈部疼痛, 可能会扩散到头部、肩部、背部和上肢。这种疼痛可以影响日常活动, 包括睡眠、工作和运动; 颈椎病可能导致神经根受压或受损, 造成上肢放射痛、麻木、刺痛等症状。这可能影响手部的灵活性和功能; 颈椎病也可能引发头痛和眩晕, 特别是枕后或颈侧部的持续性或阵发性疼痛。这种头痛和眩晕可能对个人的日常生活和工作产生负面影响; 颈椎病可能导致颈椎活动受限, 使得头部和颈部的转动范围减小, 进而影响正常的活动和运动能力; 慢性疼痛和不适可能导致情绪低落、焦虑和压力增

加, 对个人的心理健康产生不良影响; 颈椎病给个人的日常生活带来不便, 如睡眠障碍、注意力不集中、工作效率下降等, 对个人的生活质量造成不利影响^[6]。在现代医学中, 颈椎病的治疗主要包括药物治疗、物理治疗、手术等。然而, 中医治疗方法, 具有调理全身气血、促进血液循环、增强机体自愈能力等优势, 被广泛应用于颈椎病的治疗中。

中药内服疗法以其整体观念、辩证论治、多样剂型等独特优势, 在治疗各种疾病方面取得了显著的疗效。然而, 单纯应用中药内服的效果不十分理想。中医骨伤手法是一种以中医理论为指导, 运用特定的手法作用于人体体表、受伤部位或穴位, 以达到治疗骨折、脱位、软组织损伤等骨伤疾病的目的。中医骨伤手法起源于中国古代, 有着悠久的历史。经过长期的实践和发展, 中医骨伤手法已经形成了一套完善、独特的理论体系和治疗方法。本文通过探究中医骨伤手法联合中药内服对颈椎病的效果, 结果显示, 观察组护理满意度高, 且疼痛症状、睡眠质量改善明显 ($P < 0.05$)。原因为: 中医骨伤手法治疗, 如按摩、推拿、牵引等, 可以有效地缓解颈部肌肉紧张, 改善局部血液循环, 从而减轻颈部疼痛。中药内服能够调理脏腑、疏通经络, 起到活血化瘀、消肿止痛的作用, 进一步缓解颈椎病引起的疼痛症状。中医骨伤手法治疗通过调整错位的关节, 可以恢复颈椎的正常生理曲度, 提高颈椎的稳定性。中药内服能够滋养肝肾、强筋健骨, 从而改善颈部功能。颈椎病患者的生活质量往往受到疼痛和颈部功能障碍的影响。中医骨伤手法联合中药内服治疗颈椎病, 能够缓解疼痛、改善颈部功能, 从而提高患者的生活质量。中医治疗颈

椎病强调整体观念,采用辨证论治的方法,根据患者的具体病情制定个性化的治疗方案。这种个体化治疗方法有助于从根本上改善颈椎病的病理机制,减少复发^[7]。此外,与手术治疗和部分药物治疗相比,中医骨伤手法联合中药内服治疗颈椎病的安全性较高,副作用较小。

颈椎病的预防对于保护颈椎的健康也非常重要,主要包括:(1)保持正确的坐姿和站姿:长时间保持不良的姿势会给颈椎带来额外的压力,容易导致颈椎病的发生。在坐姿时,应该保持脊柱挺直,注意头部和颈部的位置。在站姿时,重心应平衡分布,避免过度前倾或后仰^[8]。(2)注意枕头和床垫的选择:选用合适的枕头和床垫对颈椎的保护至关重要。枕头的高度应与颈椎的曲线相适应,床垫要有一定的支撑性,保持脊柱的自然弯曲。(3)避免扭转颈部过度:在进行体育运动或日常生活中,如打球、游泳、下楼梯等,要注意避免颈部过度扭转和剧烈运动,以免对颈椎造成损伤。(4)加强颈部肌肉锻炼:适当的颈部肌肉锻炼可以增强颈部的稳定性和抗压能力。常见的锻炼包括颈部转动、前后倾、侧屈、颈部放松操等^[9]。

结束语:综上所述,中医骨伤手法联合中药内服治疗颈椎病的效果更高,能够减轻其疼痛症状,改善睡眠质量。

参考文献

[1]王鑫欣,王法利,孙洁,等.中医骨伤手法联合中药内

服对颈椎病的效果分析[J].中国当代医药,2022,29(12):132-135.

[2]袁志华.中医骨伤手法联合中药内服治疗椎动脉型颈椎病临床观察[J].中国中医药现代远程教育,2022,20(4):121-122,141.

[3]蒋周驰,肖杰.椎动脉型颈椎病采用中医骨伤手法联合中药内服的临床疗效分析[J].饮食保健,2021(25):57.

[4]王志超,张磊,蔡永鑫.补肾通络方配合中医骨伤手法治疗椎动脉型颈椎病的临床研究[J].当代医学,2021,27(32):69-71.

[5]傅锡金.中医骨伤手法结合中药内服治疗椎动脉型颈椎病临床探讨[J].中外医学研究,2021,19(23):131-133.

[6]官涛,孔斌.温针灸联合中医正骨推拿对颈椎病风寒痹阻证患者颈椎功能及炎症反应的影响[J].反射疗法与康复医学,2023,4(5):44-47.

[7]陈非凡,刘忠达,占桂平.中医正骨推拿法联合灸法治疗风寒痹阻证颈椎病的疗效观察[J].浙江中医杂志,2022,57(5):352.

[8]李凯,宋敏,刘路.基于"筋骨失衡,以筋为先"理论探讨中医手法治疗椎动脉型颈椎病调衡机制[J].甘肃中医药大学学报,2023,40(1):11-15.

[9]张骏.颈椎牵引治疗基础上联合中医正骨手法治疗神经根型颈椎病的临床观察[J].康颐,2023(14):160-162.