

中西医结合综合康复治疗 腰椎间盘突出症

□ 吴夏棉^{1*} 杨育斌¹ 刘礼乐²

(1. 广东汕头市中心医院 广东 汕头 515031

2. 广东汕头市潮阳区人民医院 广东 汕头 515100)

摘要 目的：观察中西医结合综合康复方法治疗腰椎间盘突出症的疗效。方法：对30例腰椎间盘突出症患者在腰椎牵引基础上结合针灸推拿、中药内服、对症处理、肌力训练等方法治疗2周。结果：痊愈16例，显效8例，有效5例，无效1例，总有效率96.7%。结论：中西医结合综合康复治疗腰椎间盘突出症疗效确切，是一种较佳非手术疗法。

关键词 腰椎间盘突出症 中西医结合 康复 牵引

腰椎间盘突出症是椎间盘发生退行性变以后，在外力作用下，纤维环破裂，髓核突出刺激或压迫神经根、血管或脊髓等组织引起的腰痛，并且伴有坐骨神经放射性疼痛等症状为特征的一种病变。是腰腿痛的常见病因。我们于2002年6月~2004年6月以中西医结合综合康复手段治疗腰椎间盘突出症30例，疗效满意。现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 本组共30例，男20例，女10例，年龄最大75岁，最小24岁，平均40.3岁。病程最长10年，最短3天。有明显外伤史10例，无外伤史20例。突出部位L₄₋₅节段者7例，L₅-S₁节段者3例，多节段者20例。

1.2 诊断标准 参考1994年国家中医药管理局制定《中医病证

诊断疗效标准》^[1]：①有外伤、积累性损伤史。②反复发作腰腿痛，呈典型的坐骨神经分布区域的疼痛，腹压增加时疼痛加重。③脊柱侧弯，腰生理弧度消失，病变椎旁有压痛，向下肢放射，腰部活动受限。④患肢肌肉萎缩，受累神经支配区有感觉过敏或迟钝，直腿抬高试验或加强试验阳性，腱反射减弱或消失。⑤X线摄片示脊柱侧弯、腰生理前凸消失、椎间隙变窄或前窄后宽，相邻边缘有骨赘增生，CT或MRI检查显示椎间盘突出的

* 作者简介 吴夏棉，男，副主任医师，主要从事中西医结合临床工作。

部位及程度。

2 治疗方法

2.1 绝对卧床休息 治疗期间绝对卧硬板床休息,保持舒适,仰卧时腰部垫一小枕,侧卧时屈膝屈髋,腰痛消失后在合适腰围保护下下床活动。

2.2 腰椎牵引 采用广州羊城医疗器械厂生产的 ATA-II 型电脑微控腰椎多功能牵引床进行牵引治疗,患者俯卧于牵引床上,上端牵引带固定胸廓,下端固定骨盆,牵引重量为 30~60kg,每天 1 次,每次 30 分钟,2 周为一个疗程。

2.3 针灸推拿 在腰椎牵引后局部推拿按摩,用滚、揉、按、叩等轻手法按摩腰部,缓解肌肉痉挛。并取患侧腰椎夹脊、环跳、秩边、阳陵泉、承山等穴位,进针得气后采用平补平泻手法,或接治疗仪以连续波治疗 30 分钟,输出强度依患者耐受情况而定。每日 1 次,2 周为一疗程。

2.4 中药内服 基本方为丹参 15g、杜仲 10g、牛膝 15g、枸杞子 10g、桃仁 10g、当归 10g、川芎 10g、白芍 10g、生甘草 5g、地鳖虫 10g、伸筋草 10g。血瘀甚者加乳香 10g、没药 10g;风寒湿痹者加细辛 3g、川乌 10g、桂枝 10g;肾阳不足加巴戟天 10g、补骨脂 10g;伴实热者加黄柏 10g、银花 12g;病久者加地龙 10g、全蝎 6g。每日 1 剂,水煎服,2 周为一疗程。

2.5 对症处理 静息痛剧烈者予非甾体消炎药口服,急性期酌予静脉点滴 20% 甘露醇 250ml 3~5 天。

2.6 肌力训练 于腰痛缓解后即

可进行主动肌力训练,指导病人进行腰椎周围肌肉的伸展,屈曲训练以增加腰背肌力量,改善腰腿功能。在硬板床上进行直腿抬高法、五点支撑法等训练。每天锻炼 3 次,每次 10~20 下。

3 治疗结果

3.1 疗效标准^[1] 痊愈:症状体征消失,能参加工作,正常劳动,生活自理。显效:症状体征明显改善,直腿抬高试验正常,能从事轻体力劳动。有效:症状减轻,直腿抬高试验改善,可从事部分轻体力劳动。无效:症状体征无任何改变。

3.2 治疗结果 痊愈 16 例,占 53.3%;显效 8 例,占 26.7%;有效 5 例,占 16.7%;无效 1 例,占 3.3%。总有效率 96.7%。

4 典型病例

李某,女,40 岁,2003 年 7 月 5 日初诊。有腰骶部疼痛病史 5 年,今日搬重物用力过猛,突然腰部剧烈疼痛,活动受限,伴左下肢麻木疼痛,活动不利而抬来诊。查体 BP 130/70mmHg,心肺无异常,腰椎侧弯畸形,左侧腰肌痉挛, L₄₋₅、L₅-S₁ 椎体棘突及旁侧压痛,屈颈试验(+),直腿抬高试验左 35°,右 75°,左小腿前外侧及足背皮肤感觉减退。腰椎 MRI 提示 L₄₋₅、L₅-S₁ 椎间盘突出。予卧硬板床,腰椎牵引,针灸推拿方法如上述,中药内服用基本方加乳香、没药,治疗后当日腰腿痛明显减轻,1 周后疼痛基本消失,2 周后症状体征消失,直腿抬高试验正常,随访 1 年无复发。

5 讨论

腰椎间盘突出症的发病机理比较复杂,近来解除压迫、抗炎、改善循环的治疗原则已广泛应用于腰椎间盘突出症的治疗^[2]。采用腰椎牵引使椎间隙加大,缓解神经根受压,解除周围神经症状,同时还可松解周围组织粘连,恢复关节活动度。平卧减轻椎间盘压力,均有利于破裂纤维环的修复,使脱出的髓核尽早吸收。

腰椎间盘突出症是由于腰背部“督脉”和“足太阳膀胱经”两经气血运行失调所致。足太阳膀胱经起于头面部,循行于腰背部。“腰为肾之府,转摇不能,肾将惫矣”,说明随着年龄增长,劳损可致肾气亏损发为腰腿痛。根据中医经络学说,局部取穴与循经取穴相结合原则,取督脉、足太阳、足少阳经穴为主。因其病邪留滞于脊膂,可取夹脊穴适当深刺,使针感下传,以除深邪远痹。按疼痛放射部位,分别选取环跳、阳陵泉、承山、阿是穴等穴位,通过刺激上述穴位以激发经气,调和气血以解除痉挛。使营卫调和则风寒湿三气无所依附而痹痛得解。推拿手法可使患处血液循环加快,提高痛阈,解除肌肉紧张痉挛,缓解其对腰部的牵拉,使腰活动恢复正常。但急性期宜用轻柔手法,忌用暴力推拿。

中医认为腰椎间盘突出症属“痹证”、“伤筋”范围。其病因复杂多样,有风邪、寒邪、湿邪、湿热、痰浊、体虚、肾虚、跌仆、闪挫、劳伤等。正如《诸病源候论》所云:“凡腰痛有五:一曰少阴,

少阴肾病也。十月万物阳气伤，是以腰痛。二曰风痹，风寒著腰，是以腰痛。三曰肾虚，役用伤肾，是以痛。四曰骭腰，坠堕伤腰，是以痛。五曰寝卧湿地，是以痛。”总之肝肾亏损、气血不足是为内因，外伤、劳损、风寒湿诸邪侵袭为外用。上述内外因素共同作用致经络受损，气血不通，不通则痛。可见经络阻闭、气血凝结、肾气亏损为其主要病机。因而补益肝肾、活血

通络、祛风散寒除湿成为中医内治的主要原则。方中枸杞子、杜仲、牛膝补肝肾强筋骨，当归、川芎、桃仁、白芍、地鳖虫、伸筋草活血通络止痛。诸药合用，切中病机，并随症灵活加减以提高疗效。

本组通过中西医结合综合治疗，内外兼治，标本兼顾，大多数患者取得满意疗效，避免手术，是一种较佳非手术治疗方法。我们体会腰椎牵引等物理治疗不可能长期进行，

而运动康复锻炼可长期主动进行，恰当的腰腹肌肌力锻炼，对于改善腰痛、减少和避免复发非常重要。

参考文献

- [1] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准 [M]. 南京: 南京大学出版社, 1994: 201.
- [2] 季晓声. 中药治疗腰椎间盘突出症机理的现代研究进展 [J]. 中国中西医结合杂志, 1997, 17 (2): 122-123.

关于召开首届全国中医药名院·名科·名医·名厂·名店·名药品牌战略论坛的通知

中会学 [2005] 031 号

各有关单位及相关专家:

为进一步落实吴仪副总理在全国中医药工作会议上提出的“把(中医药)名院、名科、名医和名厂、名店、名药的文章做大”的讲话精神,打造中医中药一流品牌,中华中医药学会与《中医药管理杂志》社将联合举办首届全国中医药名院、名科、名医、名厂、名店、名药品牌战略论坛(以下简称“品牌战略论坛”)。本次会议是我国中医药界的一次品牌战略盛会,标志着我国中医药品牌战略实施进入了一个新阶段,必将为创立和打造中医药的世界名牌,向社会推出中医药的名牌产品,从而为带动企业重视质量,争创名牌的意识做出贡献。

同时,此次论坛将为医、教、研、科、工、贸合作搭建新的平台,为各单位树立形象、宣传品牌、提升知名度提供大好时机。以此会为契机,中华中医药学会还将在全国举办“中国名中医评选”活动,筹划中华中医药学会附属北京普祥医院、广州花都人爱医院与名医、名院、名厂等合作事宜。

一、征文内容

1. 名院产生的历史渊源和经验; 2. 名院品牌经营策划的思路与方法; 3. 名科(门诊)介绍及诊治疑难病的独特思路; 4. 名医生求学历、从师经验、学派特点、学术思想等; 5. 老字号品牌药厂历史渊源及特色经验介绍; 新品牌名厂创业思路及经验; 6. 名店名(药)堂品牌经营思路; 7. 名药历史沿革及地道药材开发; 8. 中医药文化与品牌; 9. 中医药品牌经营战略研究; 10. 国际知名医药品牌研究及中医药国际化趋势研究。

二、征文要求

本次论坛拟于2005年10月在北京人民大会堂举办,征文截止时间为2005年8月30日。每篇征稿限3000字以内,并附照片4-10张。同时以文字版本及电子版本两种形式传回。

论坛宣传

为了配合此次会议的召开,《中医药管理杂志》社将编辑出版图文并茂的大型画册《全国中医药名院名科名医名厂名店名药品牌战略论坛专刊》,面向国内外发行。

画册将全面展示中医药行业数千年来传承下来的老字号品牌及新时期涌现出来的有着良好社会影响和美誉度的新品牌,为广大群众提供可靠的医疗保健服务。

参会每个单位(或个人)限8个彩色版面;可介绍本单位3个名科、3位名医、3个名药,请参会单位提供清晰度的彩色照片或底片及文字说明,照片规格为1寸、2寸、4寸、6寸均可。

费用:每个版面2400元(包括全彩色图片制作、排版、文字编辑加工、胶片等)。参会代表每人免费赠送一册《论坛专刊》(价值1500元)。参加宣传的单位或个人每个版面赠送一册图书。

三、联系方式

论坛办公室设在《中医药管理杂志》社和中华中医药学会学术部,负责报名、咨询、接待等各项事务性工作。具体会议报到时间及地点另行通知。

联系人:周宜强《中医药管理杂志》社社长

地址:北京市北三环中路3号双全地产大厦301室

邮编:100029 传真:010-62005172

电话:010-62005172, 010-62005161, 13910717959

E-mail: zyyg@chinajournal.net.cn

联系人:孙永章 中华中医药学会学术部主任

地址:北京市朝阳区樱花园东街甲4号

邮编:100029 传真:010-62005172

电话:010-62005177, 010-64212828, 13901230469

E-mail: syz516@sohu.com http://www.cacm.org.cn

中医药管理杂志社 中华中医药学会

2005年4月12日