

# 针灸结合康复训练治疗中央型腰椎间盘突出症 临床分析

## Clinical analysis of treating central lumbar disc herniation by acupuncture combined with rehabilitation training

朱金柳

(上海市青浦区朱家角镇社区卫生服务中心, 上海, 201714)

中图分类号: R274.34 文献标识码: A 文章编号: 1674-7860 (2011) 22-0081-02

**【摘要】** 目的: 分析针灸结合康复训练对中央型腰椎间盘突出症的治疗效果。方法: 选择我院中央型腰椎间盘突出症 41 例采用针灸结合康复训练方法, 设为观察组, 与同期 41 例患者采用针灸治疗的患者, 设为对照组。比较二组治疗效果、平均疼痛缓解时间、恢复时间。结果: 观察组治愈率 75.61%, 对照组治愈率为 41.46%; 观察组平均疼痛缓解时间及恢复时间均较对照组短, 二组比较差异具有显著性, 有统计学意义  $P < 0.05$ 。治疗结束后随访 3~6 个月, 观察组无复发病例, 对照组复发 4 例。结论: 针灸结合康复训练是治疗中央型腰椎间盘突出症的理想方法, 值得临床推广应用。

**【关键词】** 中央型腰椎间盘突出症; 针灸; 康复训练

**【Abstract】** objective: to analyse combined with rehabilitation training for the central acupuncture treatment of lumbar disc herniation effect. Method: choose the type of lumbar disc herniation 41 cases by the acupuncture combined with rehabilitation training methods and set to the observation group, compared with the 41 patients using acupuncture treatment of patients and set to the control group. Compares two groups of healing, average pain relief and recovery time after time. Results: the observation group cure rate 75.61%, control group cure rate was 41.46%; The observation group average pain relief and recovery time time than control group short, two groups of comparisons with significant difference, there is statistical significance  $P < 0.05$ . After the end of therapy follow-up of 3~6 months, the observation group without recurrent, 4 cases of control group recurrence. Conclusion: the combination of acupuncture treatment of rehabilitation training is the central type lumbar asked dish outstanding disorder ideal methods, and clinical application.

**【Keywords】** Central lumbar disc herniation; Acupuncture; Rehabilitation

中央型腰椎间盘突出症是腰椎间盘突出症的一种, 是由于髓核通过纤维环后部中间突出<sup>[1]</sup>, 在治疗后由于疗效不能有效巩固而使疼痛反复发作, 康复训练作为辅助措施往往不被重视<sup>[2-3]</sup>。为巩固疗效, 减少复发, 本研究在针灸治疗的基础上结合康复训练, 效果满意, 现报道如下。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

选择我院 2009 年 6 月~2010 年 12 月中央型腰椎间盘突出症 41 例采用针灸结合康复训练方法进行治疗, 设为观察组, 其中男 21 例, 女 20 例, 年龄 31~56 岁, 平均年龄 41.5 岁; 与同期 41 例患者采用针灸治疗的患者, 设为对照组, 其中男 23 例, 女 18 例, 年龄 30~59 岁, 平均年龄 42.5 岁; 二组患者各方面差异无统计学意义  $P > 0.05$ 。

#### 1.2 判定标准

根据《中医病证诊断疗效标准》, 所有患者均经 CT 扫描确诊为中央型腰椎间盘突出症。

#### 1.3 治疗方法

##### 1.3.1 对照组治疗方法

患者取俯卧位, 急性或腰痛剧烈者取侧卧位, 放松腰背肌肉, 主穴选择肾俞、大肠俞、关元俞。配穴选择秩边、委中、承山、飞扬穴; 选用毫针, 从腰、臀、下肢循经依次进针, 留针 30min, 每隔 10min 运针一次。视患者的耐受程度而定, 以患者感到较强的酸、麻、胀为佳。每日针刺一次, 15 日为一疗程, 每个疗程结束后休息 2 天再进行下一个疗程。

##### 1.3.2 观察组治疗方法

在对照组针灸基础上结合康复训练, 急性期患者取仰卧或侧卧位, 做徒手操和哑铃操每日 2~3 次, 下肢活动做肌肉静力收缩和蹬足锻炼, 以不感到疲劳为宜。恢复期主要侧重于腰背肌锻炼, 可做飞燕式运动。飞燕式方法为双下肢伸直, 双手放于两侧, 双脚不动, 抬头时上身往后背伸展, 如飞燕状。每日做 30 次。巩固期: 除继续恢复期锻炼外, 在走廊或空旷处倒走, 每天 3 次, 每次 10min。

##### 1.4 疗效判定

根据《中医病证诊断疗效标准》。治愈: 腰腿痛消失, 恢复正常生活与工作, 直腿抬高 700 以上; 好转: 腰腿痛有所减轻, 腰部功能改善; 无效: 症状、体征无改善或加重。

##### 1.5 统计学方法

数据采用 SPSS13.0 统计学处理, 组间  $t$  检验, 计数资料采用  $\chi^2$  检验, 以  $P < 0.05$  有统计学意义。

### 2 结果

两组患者治疗效果比较见表 1。

表 1 两组患者治疗 30 天后治疗效果比较 (例, %)

组别	$n$	治愈	好转	无效
观察组	41	31 (75.61)	8 (19.51)	2 (4.88)
对照组	41	17 (41.46)	18 (43.9)	6 (14.63)

从表 1 两组患者治疗结果差异具有显著性, 有统计学意义  $P < 0.05$ 。治疗结束后随访 3~6 个月, 观察组无复发病例, 对照组复发 4 例。

表 2 二组患者治疗后疼痛缓解时间及恢复时间比较 (例,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	$n$	疼痛缓解时间	恢复时间
观察组	41	5.5 $\pm$ 2.5	21.5 $\pm$ 5.5
对照组	41	7.5 $\pm$ 3.0	29.5 $\pm$ 6.5

两组疼痛缓解时间及恢复时间比较差异具有显著性, 有统计学意义  $P < 0.05$ 。

### 3 讨论

中央型腰椎间盘突出症属中医腰痛、痹证范畴, 是由于腰椎间盘突出压迫神经根, 继而引起腰腿疼等症状在, 治疗的关键在于解除神经根压迫, 改善腰部血液循环, 消除炎症水肿, 进而达到减压止痛的目的。本研究先用针灸通经活络, 使气血畅通无阻, 改善局部血液循环, 再辅以康复训练, 进一步增强自身的体质和协调性, 增强腰背肌力和局部肌肉的肌张力<sup>[2]</sup>, 从观察组治疗结果显示, 针灸结合康复训练效果明显好于单纯采用针灸方法治疗的对照组, 结果提示康复训练具有明显的巩固治疗效果及辅助神经肌肉韧带恢复的作用, 值得临床推广应用。

#### 参考文献:

[1] 蒋戈利, 李坚将. 三步针罐疗法治疗急性中央型腰椎间盘突出症的临床观察[J]. 华北国防医药, 2005, 17(1): 15-16

[2] 姜言安, 陶国胜. 推拿联合针灸、中药治疗中央型腰椎间盘突出症 129 例[J]. 现代康复, 2001, 5(24): 91

编号: ER-11102907 (修回: 2011-11-20)

## 《中医临床研究》杂志 2011 年征订 欢迎订阅 欢迎投稿

国家新闻出版总署批准创办《中医临床研究》杂志, 国内统一连续出版物刊号为: CN11-5895/R, 国际刊号 ISSN 1674-7860, 半月刊, 大 16 开, 国内外公开发售, 由中国科学技术协会主管, 中华中医药学会主办, 出版单位为《中医临床研究》编辑部。办刊宗旨及业务范围: 传承和弘扬我国民族中医药传统, 以中医基本理论为框架, 面向临床, 面向普及实用, 汇总中医临床经验, 报道国内外中医临床研究成果, 促进中医临床学术交流, 为中医现代化提供多层次、全方位的学术研究平台, 推动中医药事业发展。

中医为本, 西医为用, 中西医并重, 医药并重, 医疗保健并重, 预防及治未病并重, 基础医学与临床研究并重。欢迎中西医结合、卫生预防、临床医技等各类相关论文及稿件, 欢迎投稿 (鼓励电子邮件投稿 zy@cjocm.cn), 欢迎订阅! (本订单回执复印有效)

### 订 单 回 执

订书单位		联系人	
详细地址			
刊名	《中医临床研究》杂志	发行价	15 元/期 360 元/套 全年 24 期
		订数	套
合计金额	万 仟 佰 拾 元		
汇款日期	年 月 日	汇款方式	邮局

(存根)

订书单位		联系人	
详细地址			
刊名	《中医临床研究》杂志	发行价	15 元/期 360 元/套 全年 24 期
		订数	套
合计金额	万 仟 佰 拾 元		
汇款日期	年 月 日	汇款方式	邮局

(请认真填写寄回我部)

**《中医临床研究》杂志**  
 主 管: 中国科学技术协会  
 主 办: 中华中医药学会

电 话: 010-59431886  
 通讯地址: 北京市昌平区 102218-59 信箱  
 邮 编: 102218 电子信箱: zy@cjocm.cn

《中医临床研究》杂志 网站: www.cjocm.cn