

# 推拿治疗颈椎病研究进展

张海宁<sup>1</sup>, 李勇涛<sup>2</sup>, 沈明球<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>新疆医科大学第四临床医学院, 新疆 乌鲁木齐

<sup>2</sup>新疆维吾尔自治区中医医院推拿科, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2023年11月21日; 录用日期: 2023年12月14日; 发布日期: 2023年12月22日

## 摘要

颈椎病是一种在临床中较为常见的疾病, 近年来发病率逐渐增高, 且发病年龄日益趋向年轻化, 严重影响患者的生活质量。推拿作为祖国医学中不可分割的一部分, 在治疗颈椎病方面因其易于操作、安全有效等优势受到广泛关注, 在改善临床症状和减少并发症上发挥了重要作用。本文就颈椎病的研究进展进行综述, 以期推拿治疗颈椎病提供新的参考和思路。

## 关键词

中医, 推拿, 颈椎病, 研究进展

# Research Progress in Massage Therapy for Cervical Spondylosis

Haining Zhang<sup>1</sup>, Yongtao Li<sup>2</sup>, Mingqiu Shen<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>The Fourth Clinical College of Xinjiang Medical University, Urumqi Xinjiang

<sup>2</sup>Tuina Department of Traditional Chinese Medicine Hospital in Xinjiang Uygur Autonomous Region, Urumqi Xinjiang

Received: Nov. 21<sup>st</sup>, 2023; accepted: Dec. 14<sup>th</sup>, 2023; published: Dec. 22<sup>nd</sup>, 2023

## Abstract

Cervical spondylosis is a relatively common disease in clinical practice. In recent years, the incidence rate has gradually increased, and the age of onset is increasingly younger, which seriously affects the quality of life of patients. Massage, as an integral part of traditional Chinese medicine, has received widespread attention in the treatment of cervical spondylosis due to its advantages of easy operation, safety, and effectiveness. It has played an important role in improving clinical symptoms and reducing complications. This article reviews the research progress of cervical

文章引用: 张海宁, 李勇涛, 沈明球. 推拿治疗颈椎病研究进展[J]. 临床医学进展, 2023, 13(12): 19497-19501.

DOI: [10.12677/acm.2023.13122745](https://doi.org/10.12677/acm.2023.13122745)

spondylosis, in order to provide new references and ideas for the treatment of cervical spondylosis with massage.

## Keywords

Traditional Chinese Medicine, Massage, Cervical Spondylosis, Research Progress

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

颈椎病是一种较为常见的脊髓功能障碍性疾病,其常见的病因包括颈椎的退行性改变、慢性劳损、颈部的炎症、外伤以及颈椎先天性畸形[1]。主要症状表现为项背僵硬、疼痛、颈部活动受限、上肢麻木、眩晕、甚至心动过速、吞咽困难等[2]。临床将颈椎病分为颈型、椎动脉型、神经根型、脊髓型、交感神经型、食道压迫型、混合型等[3]。近年来生活方式的变化,伏案工作时长增加,缺乏运动锻炼以及电子产品的过度使用[4],造成颈椎病的患病率不断上升,发病年龄也相应提前[5][6][7][8]。颈椎病发病时间长,临床症状较为复杂,严重影响患者的生活质量[9]。不同地区颈椎病的流行病学调查结果不一,不同人群颈椎病的发病存在差异,危险因素与性别、年龄段、职业和地区等有关[10]。有研究表明,在某医院 1001 例颈椎病患者中,年轻男性所占比例明显低于年轻女性,当年龄逐渐增大,女性患者所占比例随之下降;从职业分布来看,退离休人员与职员占比较大,分别为 36.96%及 17.18% [11]。在世界范围内,接近 30%的人群可见伴有或不伴有上肢疼痛的慢性持续性颈部疼痛。同时临床治疗方式日益增多,常见西医治疗包括:药物治疗、手术治疗、颈部硬膜外注射治疗、高强度激光治疗(HILT)与超声(US)和经皮神经刺激(TENS)相结合治疗等[12][13][14],已有研究表明,以上治疗方式虽可在短期内缓解不适症状,但在改善颈椎活动度方面效果欠佳,且伴随脊髓损伤和硬脑膜穿刺等风险。《医宗金鉴·正骨心法要旨》云:“跌仆闪失,以致骨缝开错,以手推之,使还旧也。”当外伤或其他原因造成软组织损伤、关节功能障碍时,推拿作为中医治疗颈椎病常用手段,通过循经取穴、松解粘连和理筋整复,可以起到疏通经络、行气活血、化瘀止痛的功效,具有简便、安全、有效的独特优势[15]。本文对推拿治疗颈椎病的应用进展综述如下。

## 2. 单纯推拿手法治疗

《灵枢·九针论》:“形数惊恐,筋脉不通,病生于不仁,治之以按摩醪药。”推拿是一种在“脏腑-经络”整体系统理论指导下的中医外治法,以调和阴阳、扶正祛邪为特征,主要用于骨伤科、内科、外科、妇科、儿科等多种疾病的治疗。王传宪[16]在通督强脊“三步五法”治疗颈椎病的研究中指出,通过推法、按法、点法、叩法等手法作用于太冲穴、中封穴、三阴交穴、阴陵泉穴、太溪穴、百会穴、大椎穴等穴位,分步骤实施推拿,可以缓解疼痛及改善颈椎病的临床症状,有效率达到 89.19%,优于对照组间歇性颈椎牵引。李文慧[17]运用“筋骨并调推拿法”治疗颈型颈椎病患者时发现,通过一指禅推法、肘按法、弹拨、揉法、拿法等手法作用于阿是穴、风池穴、颈夹脊穴、肩井穴等穴位,将关节运动类手法与作用于软组织类手法结合,可有效释放和改善斜方肌及冈上肌的肌张力和活动度,明显缓解颈肩部疼痛及改善颈椎活动范围。王敬一[18]在治疗 60 例痰湿阻络型椎动脉型颈椎病患者时发现,采用

分清泄浊腹部推拿法,通过叠揉、掌运、层按、一指禅推法、弹拨法、拿法、揉法、点法等手法作用在神阙、带脉、中脘、中极、水道;胸部:膻中、中府;背部:脾俞至小肠俞;下肢部:阴陵泉等穴位上,可明显改善患者睡眠、集中注意力及头晕目眩、头重如裹、恶心的症状,总有效率 92.86%。许军[19]等发现通过一指禅推法、滚法、拿法作用于风池穴、风门穴、风府穴、大椎穴、肩井穴等穴位,可达到近期疼痛改善效果,且有缓解局部肌肉疲劳,解痉镇痛的持续性远期疗效,总有效率为 90%,效果优于牵引组和传统组。

### 3. 推拿手法结合针刺治疗

推拿手法结合针刺治疗疗效显著,具有良好疏通经络,行气活血,化瘀止痛效用,值得临床推广应用。姜薇薇[20]采用推拿联合针刺治疗颈椎病为试验组,与对照组口服氨糖美辛肠溶片、附桂骨痛胶囊、维生素 B12 治疗作对比,病情改善优良率 94.44%,优于对照组,结果显示二者联合治疗具有协同作用,疗效确切。林明亮[21]等在使用针灸基础上结合推拿治疗颈椎病时发现,相对于单纯使用针灸治疗效果更优,研究组治疗总有效率 93.33%,显著高于参照组的 70.00%,差异明显有统计学意义( $P < 0.05$ )。朱定弦[22]在针灸推拿治疗颈椎病的研究中发现,试验组总有效率 96.67%,明显高于参照组 78.33%,效果更优。陈宇等[23]对 120 例神经根型颈椎病患者进行针灸联合推拿治疗,随机分组,就单纯推拿与针灸推拿联合效果展开对比,观察组治疗有效率(91.67%)明显高于对照组(73.33%),2 组比较,差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。任明兴[24]等在对 107 例气滞血瘀型神经根型颈椎病患者,使用一指禅推法、点按法,往返推拿天鼎穴、天窗穴、天容穴等穴位约 15 min,继以滚法放松肩背部斜方肌等处,间隔 10 min 后再取双侧 C<sub>4-7</sub> 颈夹脊穴行傍针刺法,得气后留针 30 min。

### 4. 推拿手法结合中药治疗

张婧懿[25]选取 42 例颈椎病患者为研究对象,采用葛根汤联合推拿治疗,总有效率为 92.86%。刘一奇[26]等采用桃红四物汤联合推拿治疗 86 例颈椎病患者,结果观察组总有效率为 97.67%,高于对照组 81.40%,差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。梁荣[27]为 89 例颈椎病患者采用经筋推拿手法联合益气舒筋汤治疗,总有效率为 95.56%。何宇峰[28]等采用薏仁苓术汤加味联合推拿治疗寒湿阻络型颈椎病 82 例,总有效率 92.68%。刘建红[29]运用通督活血汤联合推拿手法治疗 67 例椎动脉型颈椎病患者,结论为观察组在推拿治疗基础上联合通督活血汤治疗,临床效果表明,通过推拿联合中药治疗可加强表里联系,标本兼治,利于患者功能恢复。

### 5. 推拿结合其他治疗

临床应用推拿治疗颈椎病时,临床医生根据经验将推拿进一步结合其他疗法均取得优异疗效,从而使推拿治疗颈椎病的理论体系进一步系统化。单文伟等[30]运用推拿结合等速抗阻运动法治疗颈椎病,观察治疗前后患者疼痛程度、VAS 评分及颈椎活动度变化情况,得出结论,在颈型颈椎病治疗过程中应用推拿联合等速抗阻运动法总有效率为 97.78%,显著高于对照组 86.67%,疗效较好,可缓解局部疼痛,提高肌肉耐力,改善颈部肌群协调能力。李金虎等[31]采用推拿联合针刺和红外线治疗治疗 60 例辨证为气滞血瘀型神经根型颈椎病的患者,以两侧风池穴、颈夹脊穴、天柱穴、肩井穴、天宗穴、膈会穴、肩贞穴等为主穴,行一指禅推法、滚法、按揉法等推拿治疗;在此基础上取相同穴位进行针刺,得气后行平补平泻法,间隔 5 min 行针一次,留针 40 min;留针期间配合红外线照射治疗。结果显示,推拿联合针刺和红外线治疗能够形成良好的协同作用,患者接受度较高。宋丹[32]运用竹罐疗法结合推拿治疗 72 例颈椎病患者,观察组总有效率为 97.22%。曹中萍[33]等采用中药熏蒸配合牵引推拿治疗 68 例神经根型颈

椎病患者, 研究发现, 推拿手法与其他治疗相结合可以更好地增强治疗效果, 减少治疗时间, 具有较高的临床实用价值, 可广泛应用于临床。

## 6. 展望

综上所述, 颈椎病具有发病周期长、临床症状较复杂的特点, 推拿手法治疗因其“简便廉效”的独特优势在临床应用治疗颈椎病的过程中受到患者广泛认可, 但在研究过程中也存在着诸多问题与不足。发病机制尚不明确, 缺乏客观的疾病患者筛选、干预因素管理标准; 影响因素控制不全面, 内部真实性不完善; 疗效判定标准尚未统一, 易忽略远期疗效而重视近期疗效的对比等。因此, 未来应加强对发病机制的研究, 严格按照相关研究标准进行试验, 统一疗效评价标准, 关注远期疗效, 进一步优化治疗方案, 探寻更加体现中医整体观念与辨证论治的特色疗法。

## 参考文献

- [1] McCormick, J.R., Sama, A.J., Schiller, N.C., Butler, A.J. and Donnally, C.J. (2020) Cervical Spondylotic Myelopathy: A Guide to Diagnosis and Management. *Journal of the American Board of Family Medicine*, **33**, 303-313. <https://doi.org/10.3122/jabfm.2020.02.190195>
- [2] Editorial Board of Chinese Journal of Surgery (2018) [The Experts Consensus on the Classification, Diagnosis and Non-Surgical Treatment of Cervical Spondylitis (2018)]. *Chinese Journal of Surgery*, **56**, 401-402.
- [3] Wang, P., Zuo, G., Du, S.Q., et al. (2020) Meta-Analysis of the Therapeutic Effect of Acupuncture and Chiropractic on Cervical spondylosis Radiculopathy: A Systematic Review and Meta-Analysis Protocol. *Medicine*, **99**, e18851. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000018851>
- [4] Wen, M. and Wen, Y. (2022) [Expert Consensus for Diagnosis and Treatment of Cervical Spondylotic Myelopathy with the Integrated Traditional Chinese and Western Medicine]. *China Journal of Orthopaedics and Traumatology*, **35**, 790-798.
- [5] Chen, J.Q., Chen, R.B., Li, Y., et al. (2022) Systematic Review and Meta-Analysis of the Evaluation of the Efficacy of Manipulation and Cervical Traction in the Treatment of Radical Cervical Spondylosis. *Emergency Medicine International*, **2022**, Article ID: 3837995. <https://doi.org/10.1155/2022/3837995>
- [6] 张儒奇, 王一栋, 陈登山, 等. 中国大学生及青少年颈椎病危险因素的 Meta 分析[J]. 中国公共卫生管理, 2022, 38(6): 804-807.
- [7] 乙胜, 孙公武, 王永军, 等. 青少年颈型颈椎病的危险因素及影像学评估[J]. 中国骨与关节损伤杂志, 2022, 37(5): 483-485.
- [8] 沈树锋, 胡勇, 吴佳达, 等. 青年颈椎病手术患者人群特征及其与颈椎间盘退变的相关性[J]. 中国脊柱脊髓杂志, 2021, 31(7): 613-618.
- [9] Maneela, T., Chand, N.B., Subhas, S., et al. (2022) Efficacy of Individualized Homeopathic Medicines in Treatment of Cervical Spondylosis: Double-Blind, Randomized, Placebo-Controlled Trial. *Complementary Medicine Research*, **30**, 26-36. <https://doi.org/10.1159/000527523>
- [10] Justin, G., Aria, N., Bryan, K., et al. (2018) Degenerative Cervical Myelopathy: A Clinical Review. *The Yale Journal of Biology and Medicine*, **91**, 43-48.
- [11] 罗晓, 刘康, 杨维新. 某医院 2014-2016 年颈椎病住院患者流行病学现状分析[J]. 解放军预防医学杂志, 2018, 36(1): 124-126.
- [12] Park, J.Y., Karm, M.H., Kim, D.H., et al. (2017) Optimal Angle of Contralateral Oblique View in Cervical Interlaminar Epidural Injection Depending on the Needle Tip Position. *Pain Physician*, **20**, E169-E175. <https://doi.org/10.36076/2017.1.E169>
- [13] Nader, H., Ali, M., Nandan, M., et al. (2021) Degenerative Cervical Myelopathy: Towards a Personalized Approach. *The Canadian Journal of Neurological Sciences*, **49**, 729-740. <https://doi.org/10.1017/cjn.2021.214>
- [14] Miao, Q., Qiang, J.H. and Jin, Y.L. (2018) Effectiveness of Percutaneous Neuromuscular Electrical Stimulation for Neck Pain Relief in Patients with Cervical Spondylosis. *Medicine*, **97**, E11080. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000011080>
- [15] 张怡瑾, 李辉, 陈子颖, 等. 基于“筋出槽, 骨错缝”病机探析推拿治疗颈椎病的调衡作用[J]. 中医杂志, 2023, 64(14): 1436-1439.

- [16] 王传宪. 通督强脊“三步五法”推拿在治疗颈椎病患者中的应用研究[J]. 现代医学与健康研究电子杂志, 2022, 6(10): 39-43.
- [17] 李文慧. 筋骨并调推拿法治疗颈型颈椎病的临床研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东中医药大学, 2022.
- [18] 王敬一. 分清泻浊腹部推拿法结合传统推拿治疗痰湿阻络型椎动脉型颈椎病的临床研究[D]: [硕士学位论文]. 天津: 天津中医药大学, 2021.
- [19] 许军, 顾非, 刘鲲鹏, 等. 三步推拿法治疗颈型颈椎病临床推广应用研究[J]. 天津中医药, 2018, 35(1): 25-27.
- [20] 姜薇薇. 针灸联合推拿治疗颈椎病患者临床疗效[J]. 医疗装备, 2021, 34(18): 84-85.
- [21] 林明亮, 王圣洁, 韦美凤. 针灸结合推拿治疗颈椎病患者疗效及对疼痛、复发的影响[J]. 中医临床研究, 2021, 13(18): 89-90, 97.
- [22] 朱定弦. 针灸推拿治疗颈椎病的临床疗效分析[J]. 中国继续医学教育, 2020, 12(26): 160-163.
- [23] 陈宇, 邓小磊, 王有雪, 等. 针刺联合手法治疗神经根型颈椎病的疗效评估[J]. 世界中医药, 2023, 18(5): 677-681.
- [24] 任明兴, 邵俊, 李博, 等. 傍针刺法结合穴位推拿治疗气滞血瘀型神经根型颈椎病的疗效观察[J]. 颈腰痛杂志, 2022, 43(5): 745-747.
- [25] 张婧懿, 卞策, 郑宇蕾, 等. 葛根汤联合推拿治疗 42 例颈椎病的临床观察[J]. 中医药信息, 2017, 34(4): 83-85.
- [26] 刘一奇, 崔恒燕. 桃红四物汤、推拿联合常规治疗在颈型颈椎病中的应用研究[J]. 现代医学与健康研究电子杂志, 2022, 6(16): 80-83.
- [27] 梁荣. 经筋推拿手法联合益气舒筋汤治疗颈椎病的效果[J]. 反射疗法与康复医学, 2022, 3(10): 32-34, 48.
- [28] 何宇峰, 胡飞, 陈姚飞. 薏仁苓术汤加味联合推拿治疗神经根型颈椎病(寒湿阻络证)的疗效观察[J]. 中国中医急症, 2022, 31(4): 654-656.
- [29] 刘建红. 通督活血汤联合推拿手法治疗椎动脉型颈椎病效果及患者血流动力学指标水平分析[J]. 中医临床研究, 2022, 14(14): 82-85.
- [30] 单文伟, 薛飞. 推拿联合等速抗阻运动法治疗颈型颈椎病的临床效果[J]. 按摩与康复医学, 2021, 12(12): 24-25, 28.
- [31] 李金虎, 胡世莲, 朱燕蓉, 等. 推拿联合针刺和红外线治疗气滞血瘀型神经根型颈椎病的效果[J]. 中国临床保健杂志, 2020, 23(4): 535-538.
- [32] 宋丹. 竹罐疗法联合推拿治疗颈椎病的临床疗效[J]. 内蒙古中医药, 2021, 40(11): 112-113.
- [33] 曹中萍, 代敏, 张嘉怡, 等. 中药熏蒸配合牵引推拿治疗神经根型颈椎病的临床观察[J]. 黑龙江医学, 2022, 46(4): 415-417, 420.