

气滞血瘀型腰椎间盘突出症的中医外治法研究进展

周金苹, 冉家杰, 田航, 王岚*

贵州中医药大学, 贵州 贵阳

收稿日期: 2023年5月23日; 录用日期: 2023年6月21日; 发布日期: 2023年6月29日

摘要

随着生活习惯和工作模式的改变, 腰椎间盘突出症(Lumbar disc herniation, LDH)的发病率呈逐年上升趋势且发病年龄趋于年轻化。本文回顾了中医外治法在治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症方面的研究进展, 包括针刺、艾灸、按摩、推拿、中药外治法、火罐、蜡疗7个方面, 旨在发挥中医外治法在治疗气滞血瘀型LDH中的优势, 以期为该病系统化规范化治疗提供新的研究方法和临床思路。

关键词

腰椎间盘突出症, 疼痛, 功能障碍, 中医外治法

Research Progress on External Treatment of Lumbar Intervertebral Disc Herniation with Qi Stagnation and Blood Stasis

Jinping Zhou, Jiajie Ran, Hang Tian, Lan Wang*

Guizhou University of Traditional Chinese Medicine, Guiyang Guizhou

Received: May 23rd, 2023; accepted: Jun. 21st, 2023; published: Jun. 29th, 2023

Abstract

With the change of living habits and working mode, the incidence of Lumbar disc herniation (LDH) rises year by year and the onset age tends to be younger. This paper reviews the research progress of external treatment of traditional Chinese medicine in the treatment of lumbar disc herniation of

*通讯作者 Email: 2737292186@qq.com

文章引用: 周金苹, 冉家杰, 田航, 王岚. 气滞血瘀型腰椎间盘突出症的中医外治法研究进展[J]. 护理学, 2023, 12(3): 375-380. DOI: 10.12677/ns.2023.123053

Qi-stagnation and blood-stasis type, including acupuncture, moxibustion, massage, external treatment of traditional Chinese medicine, cupping, wax therapy, in order to give play to the advantages of external treatment of traditional Chinese medicine in the treatment of Qi-stagnation and blood-stasis type LDH, in order to provide new research methods and clinical ideas for the systematic and standardized treatment of this disease.

Keywords

Lumbar Disc Herniation, Pain, Dysfunction, External Treatment of Traditional Chinese Medicine

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

LDH 是指因椎间盘变性、纤维环破裂，髓核组织突出或脱出压迫并刺激局部相应神经根所引起的以腰腿痛及活动受限等为主要表现的一种临床综合征[1]，临床上该病在骨科患者中常常作为首要就诊原因[2]。该病病程长且复发率高，在给患者带来极大痛苦的同时严重影响其生活质量。因此，对 LDH 患者来说，改善临床症状和缓解疼痛尤为重要。据报道[3]，临床上 80%~90% 的症状较轻微的患者可以通过保守治疗获得较好的治疗效果。在保守疗法方面，中医外治法凭借疗效显著且毒副作用少等诸多优点，现已在临床中得到了较好推广与运用[4] [5] [6]。因此，本文将中医外治法应用于 LDH (气滞血瘀型) 方面的研究成果予以梳理，具体如下。

2. 概述

LDH 属中医“腰痛病，痹症”概念范围[7]。始见于《素问·刺腰腿痛》：“肉里之脉使人腰痛，不能咳，咳则筋缩急”。清代程钟龄在《医学心悟》记录到：“腰痛拘急，牵引腿足”《灵枢·五痹津液别》曰：“虚故腰背痛，而胫酸”。《诸病源候论·风痹证》“痹者，风、寒、湿三气杂至，合而为痹，其状肌肉顽厚或疼痛”。

3. 腰椎间盘突出症病因病机

中医医家凭借多年临床实践将 LDH 致病因素归结为内因和外因，二者常相互作用相互影响。内因多是由于经络筋脉受损，瘀血凝滞等所致；外因多为感受风寒湿邪、坐卧湿地致经络之气阻滞所致[8]。本病属本虚标实之证，虚为肝肾亏虚，长期慢性劳损所致，不荣则引发疼痛；实指外力损伤，风、寒、湿三邪夹杂导致经脉气血瘀滞不通则引发疼痛[9]。

4. 中医外治法的治疗方法

4.1. 针刺法

针刺疗法，是通过针刺刺激相应局部从而使得神经中枢产生止痛介质，以达到缓解机体疼痛的一种治疗方法，该法同时也可以促进血运，改善局部炎症，缓解肌肉紧张痉挛，减轻各种原因引起的神经根周围组织的疼痛，以达到通经活络活血化瘀等功效[10]。临床研究证实针刺治疗不仅能抑制血栓素 B2 的分泌，还能减少炎症因子的释放，从而达到改善腰椎功能的作用，本病早期采用针刺等保守治疗其疗效

可达 80%~90% [11]。因其具有操作方便, 见效快等特点, 针刺疗法在治疗 LDH 患者中具有较高的临床适用性[12]。

周煜等[13]对 80 例患者分别给予套管针针刺和普通毫针针刺, 治疗 2 个疗程后发现在治疗血瘀气滞型 LDH 中, 套管针刺的作用机理主要是通过针刺局部相应病变部位穴位联合局部肌肉刺激, 在临床上该法治疗 LDH 在总有效率方面略低于普通毫针, 但普通毫针针刺疗效优于套管针针刺。江婉明等[14]对患者采取针刺联合平衡火罐的治疗方法, 发现针刺联合平衡火罐疗法治疗气滞血瘀型 LDH 疗效显著, 能明显缓解疼痛。

4.2. 艾灸

艾灸是借助艾条燃烧后的热力, 作用于人体特定经络腧穴, 通过经络的传导作用, 深入脏腑, 达到温通经络、调畅气机、调节脏腑的作用[15]。艾灸方法丰富多样, 主要包括温和灸、回旋灸、雀啄灸等, 温和灸在临床使用最为广泛。研究表明[16], 艾灸有确切的镇痛效果, 对于腰椎间盘突出症引起的疼痛, 艾灸相对于针刺和药物治疗更能被接受且简便易操作。

韦林等[17]分别对患者行常规治疗与护理基础上采用穴位艾灸治疗并辅以有效护理。发现血瘀气滞型 LDH 患者应用穴位艾灸治疗并辅以有效护理具有腰痛症状评分及总有效率均较常规治疗与护理有显著效果。宋丽菁[18]等在常规治疗及护理的基础上选取肾俞穴和足三里穴艾灸, 发现艾灸治疗能缓解 LDH 患者的腰痛, 对该病的治疗有辅助治疗的效果。

4.3. 按摩疗法

按摩疗法是以中医的脏腑、经络学说为理论支撑, 结合西医的病理诊断和相应解剖学知识, 用特定手法作用于人体体表的特定部位以调节机体生理、病理状况为主要目的治疗方法, 从本质层面来讲, 按摩疗法是一种物理的治疗方法。中医理论认为按摩具有活血化瘀、疏通经络气血、调解阴阳平衡等功效。《黄帝内经》记载了按摩可直接治疗风湿病、急腹痛、经脉病等许多疾病[19]。按摩方式多种多样, 目前尚无统一手法标准。按摩分为常规手法按摩和中医药棒按摩, 现目前均在临床广泛推广并应用。

郑良芬[20]等根据中医证候分型对各型 LDH 病人采用磁场经络按摩, 发现在缓解疼痛和提升疗效等方面, 风寒湿滞型 LDH 和气滞血瘀型患者的疗效较为明显。肖莹、李元金[21] [22]通过自我情绪管理联合穴位按摩对此类患者进行干预发现该疗法能够减轻疼痛、促进患者腰椎功能康复, 利于不良情绪的缓解。药棒按摩治疗 LDH 的研究多集中于穴位、药物[23]及联合应用[24] [25]等方面。临床上根据中医经络理论、遵循“经脉所过, 主治所及”的理论原则常选择的穴位有患侧秩边、委阳、腰阳关、环跳、委中、承山等[25] [26]。总的来说, 穴位按摩法具有简便易行、效果显著、安全易学等优点, 对各年龄段的患者均适应。

4.4. 推拿疗法

推拿疗法是指用推、拿、提、捏、揉等手法对相应体表部位进行施压, 以达到调和阴阳、疏通经络等作用的一种物理疗法。推拿减轻疼痛的作用机制主要表现为通过减轻椎间盘间压力来缓解患者的肌肉痉挛[27]。大量临床治疗发现, 推拿结合理疗在治疗腰痛病方面的有效性较单纯推拿疗法明显。

李伟斌[28]在推拿治疗基础上联合电针治疗, 发现该疗法在减轻疼痛、促进腰椎功能恢复, 降低机体炎症因子水平等方面有显著疗效。侯宇龙等[29]在筋理论指导下运用推拿治疗气滞血瘀型 LDH, 其安全有效, 可明显减轻患者病痛, 提高患者生活质量, 临床疗效优于常规推拿疗法。

4.5. 拔罐疗法

拔罐疗法是通过热力作用将罐体吸附于局部肌肉较丰厚部位, 以达到缓解肌肉紧张, 酸痛, 通血管

等一定作用。陈秀平等[30]指出在针灸的基础上行拔罐治疗,可增加温经散寒、祛风除湿等功效,其机制主要是通过扩张局部血管、提高血流量及增加组织氧供等来发挥其作用。

曾雪燕等[31]将针刺与平衡火罐疗效进行对比,发现平衡火罐治疗气滞血瘀型 LDH 可减轻患处疼痛,改善患者腰椎功能,从而有效控制其临床症状。钱博等[32]分别给予患者药罐联合中药热敷与玻璃罐联合中药热敷疗法,进行特定时间的临床干预后发现药罐结合中药热敷治疗该类患者在缓解中医症状、改善肢体活动以及减轻患者疼痛、等方面疗效优于玻璃罐联合中药热敷。张宁等[33]在普通针刺留针的基础上在相应穴位行火罐治疗,在改善腰痛和腰椎功能方面疗效优于单纯的火罐疗法。

4.6. 刮痧疗法

刮痧疗法,是指应用边缘光滑的介质等在人体特定的部位多次进行刮、挤、刺等物理刺激,行成皮肤表面瘀血点、瘀血斑或点状出血,通过刺激体表络脉,改善人体气血运行状态,使其起到扶正祛邪、治疗疾病、促使病体康复达到阴平阳秘状态[34],是中医常用的外治方法。现代研究发现,刮痧可明显升高局部皮肤温度,通过增加局部组织血流量,以达到改善皮肤微循环,降低外周血管阻力,从而达到降低血压的目的[35][36]。刮痧疗法作为中医治疗六法之首凭借操作简单、适用性广泛、疗效显著可靠等优势,深受广大群众的青睐。

余昱历等[37]为观察刮痧应用于气滞血瘀型 LDH 的临床效果,将 50 例患者随机分为观察组(依次刮拭督脉、足太阳膀胱经、足少阳胆经)和对照组(依次刮拭督脉、足太阳膀胱经),结果表明观察组具有提高治疗效果,缩短治疗疗程的作用。刘艳等[38]经研究发现申时(15:00~17:00)刮痧在改善腰椎功能,减轻疼痛感等方面疗效优于申时以外的任意时间段。

4.7. 中药外用

临床上关于中药外用治疗 LDH 的常用方法多采用中药制作药膏外敷或煎熬药液熏蒸为主,中药外用方法通过使药效透入肌肤表面,内达机体腠理,从而提高病变区域的药物浓度而发挥药物疗效[39]。

谈晓等[40]将择时控温式中药热敷应用于 LDH 气滞血瘀证患者的研究,对照组为传统式控温式中药热敷,结果显示择时控温式中药热敷能明显减轻疼痛,改善腰椎功能且疗效显著。于志国等[41]发现五段拔伸推拿法联合中药热敷治疗气滞血瘀型 LDH 的疗效优于传统中医腰部推拿手法联合清水热敷。朱焯群等[42]等对患者分别施以中药熏洗联合循经刮痧和单纯中药熏洗治疗,发现中药熏洗联合循经刮痧对治疗 LDH 的疗效明显优于单纯的中药熏洗治疗。

4.8. 中药蜡疗

蜡疗技术是将蜡块及蜡束等直接敷贴于治疗部位,或将患部直接置于浸入熔解后的蜡液中,通过蜡疗的透热作用,以改善局部血液循环、缓解肌痉挛,从而起到消炎、消肿、镇痛等作用,尤其适用于各种急慢性疾病引起的疼痛症状[43]。蜡疗温度不可过高亦不可过低,通常将蜡疗膏温度维持在 45℃~55℃ 左右治疗效果最佳,蜡疗治疗过程中不可随意移动,防止蜡疗膏外溢影响致治疗效果减半[44]。

研究表明,蜡疗与中药制剂田七跌打酒有机地结合可减轻组织水肿,促进中药成分吸收,具有解痉镇痛作用[45]。黄裕等[46][47]的研究证实:对患者给予中药蜡疗干预后,患者的腰椎功能,炎性反应均较治疗前有很大的改善,取得的治疗效果成效斐然。

5. 小结

在中医领域,LDH 属“腰腿痛”“痹证”范围,常常由于气滞血瘀,肝肾亏虚所致[48]。针对本病的治疗,中医认为应以温通经络、活血化瘀、调整阴阳等为治疗原则。近几年,中医外治法治疗气滞血

瘀型 LDH 成效斐然, 针刺、艾灸、推拿、按摩、中药外治法等中医外治法在治疗 LDH 方面凭借自己独特的优势在临床已广泛推广并运用。经临床规范的中医外治法治疗后, 大多数 LDH 患者腰腿痛症状和腰椎功能均较治疗前有了不同程度的缓解或治愈。关于 LDH 中医外治法方面的研究在报道方面多为中文文献, 缺乏英文文献的支撑, 使得中医外治法的可信度大大降低, 在今后的临床工作中, 需要有更多的外文文献支撑, 使得中医外治法的作用及优势有更强的佐证力度, 增加其说服力, 进而使各种多样化的中医外治疗法理论体系得以规范化、标准化和系统化。随着临床研究的进展, 相信会有越来越多的中医外治法治疗使 LDH 患者受益。

参考文献

- [1] 许勤, 李乐之, 路潜, 张美芬, 汪晖. 外科护理学[M]. 第6版. 北京: 人民卫生出版社, 2017.
- [2] 麦麦提·热合曼. 腰椎间盘突出症 PELD 术后二次手术的相关因素分析[D]: [硕士学位论文]. 乌鲁木齐: 新疆医科大学, 2022.
- [3] 陈天宁, 邵进. 腰椎间盘突出症阶梯治疗方案的研究现状[J]. 医学信息, 2021, 34(17): 53-57.
- [4] 兰蕾. 中医外治法治疗腰椎间盘突出症的临床研究进展[J]. 现代养生, 2018(12): 151-152.
- [5] 覃书颖, 雷龙鸣, 陈广辉, 等. 中医外治法治疗腰椎间盘突出症的实验研究进展[J]. 广西医学, 2022, 44(5): 543-547.
- [6] 刘雄文. 腰椎间盘突出症中医外治法研究进展[J]. 按摩与康复医学, 2020, 11(21): 64-67.
- [7] 张金晶, 张迎春, 姚艳红. 扶阳罐循经熨推法改善寒湿型腰椎间盘突出症护理研究[J]. 新中医, 2021, 53(4): 175-178.
- [8] 朱咏梅, 张田宁, 田千慧, 等. 中医药治疗腰椎间盘突出症的临床进展[J]. 中国中医急症, 2018, 27(1): 175-177.
- [9] 陆征麟, 牛淑芳, 韩秋琼, 等. 中药熏蒸联合针灸治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的临床效果及其对炎症指标的影响[J]. 广西医学, 2021, 43(21): 2564-2569.
- [10] 杨海龙, 张永臣, 贾红玲, 等. 针灸治疗腰椎间盘突出症临床研究进展[J]. 针灸临床杂志, 2015, 31(9): 86-90.
- [11] 洪秋阳, 王桂玲, 王世广, 等. 通督补肾活血针法治疗腰椎间盘突出症急性期 45 例临床研究[J]. 江苏中医药, 2017, 49(8): 54-56.
- [12] 张胜利. 针刺疗法治疗腰椎间盘突出症临床研究[J]. 光明中医, 2019, 34(2): 274-276.
- [13] 周煜. 针刺治疗腰椎间盘突出症(血瘀气滞型)的临床观察[D]: [硕士学位论文]. 长春: 长春中医药大学, 2020.
- [14] 江婉明, 杨帆, 邓眉敏, 等. 平衡火罐联合针刺法治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的临床研究[J]. 医学食疗与健康, 2021, 19(5): 30-31.
- [15] 徐森磊, 张宏如, 顾一焯. 艾灸温热刺激对血流量的增加作用及其相关机制探讨[J]. 针刺研究, 2018, 43(11): 738-743.
- [16] 尹海燕, 罗钦, 侯帅, 等. 艾灸镇痛下丘脑疼痛相关信号分子的 PCR Array 筛选研究[J]. 成都中医药大学学报, 2020, 43(3): 8-13.
- [17] 韦林. 穴位艾灸对血瘀气滞型腰椎间盘突出症的护理效果[J]. 健康之路, 2016, 15(12): 194.
- [18] 宋丽菁, 谢芳, 高春兰. 穴位艾灸对血瘀气滞型腰椎间盘突出症的护理效果[J]. 当代护士(中旬刊), 2016(2): 80-81.
- [19] 陈丹, 申黎明, 于娜. 按摩理论及按摩家具的发展研究[J]. 家具与室内装饰, 2017(5): 14-15.
- [20] 郑良芬, 周娴, 陈英. 磁场经络按摩在不同中医证型腰椎间盘突出症病人中应用效果的观察[J]. 全科护理, 2019, 17(35): 4445-4448.
- [21] 肖莹, 涂阳林, 贾超, 等. 自我情绪管理配合穴位按摩在气滞血瘀型腰椎间盘突出症患者康复护理中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2020, 26(24): 107-109.
- [22] 李元金, 钟平, 俞丹丹. “纾解式”自我情绪管理联合穴位按摩在气滞血瘀型腰椎间盘突出症中的应用效果[J]. 临床医药实践, 2021, 30(10): 787-790.
- [23] 焦格巴, 朝格托, 代吉卓玛. 蒙医药棒穴位按压疗法[J]. 智慧健康, 2018, 4(22): 137-138.
- [24] 夏艳丽, 李层. 药棒穴位按摩联合督脉灸治疗寒湿痹阻型腰痛的疗效观察[J]. 中国中医药科技, 2019, 26(6):

944-946.

- [25] 区丽敏. 药棒按摩配合斜扳法治疗寒湿型腰椎间盘突出症 62 例[J]. 中医外治杂志, 2014, 23(4): 10-11.
- [26] 姜齐龙, 顾加乐. 按摩杠杆点按大肠俞、关元俞治疗腰椎间盘突出症[J]. 按摩与导引, 2002(4): 38-39.
- [27] 林静, 陈燕. 中医定向透药治疗腰椎间盘突出症临床疗效的 Meta 分析[J]. 中医药临床杂志, 2021, 33(5): 902-907.
- [28] 李伟斌, 汪志宏. 推拿电针辅助治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的效果分析[J]. 内蒙古中医药, 2021, 40(1): 110-111.
- [29] 侯宇龙. 经筋理论指导运用推拿治疗腰椎间盘突出症(气滞血瘀型)的疗效评价[D]: [硕士学位论文]. 长春: 长春中医药大学, 2021.
- [30] 陈秀平. 电针、艾灸、拔罐结合中频脉冲治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的临床效果[J]. 中外医学研究, 2022, 20(5): 145-148.
- [31] 曾雪艳. 平衡火罐治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的效果[J]. 名医, 2021(24): 20-21.
- [32] 钱博, 朱红霞, 戴爽, 等. 药罐联合中药热敷治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的临床研究[J]. 蚌埠医学院学报, 2021, 46(7): 873-877.
- [33] 张宁. 八针八罐治疗腰椎间盘突出症的临床研究[D]: [硕士学位论文]. 乌鲁木齐: 新疆医科大学, 2021.
- [34] 吴松, 梁忠. 试论刮痧“现瘀排瘀, 调理气血”[J]. 中国针灸, 2016, 36(4): 428-430.
- [35] 王艳国, 任凤蛟, 肖侠, 等. 刮痧疗法疾病谱研究[J]. 天津中医药, 2019, 36(12): 1175-1180.
- [36] 杨敏, 岳容兆, 张沁, 等. 基于文献计量学探析单一刮痧疗法的临床病症谱[J]. 护理研究, 2019, 33(8): 1320-1324.
- [37] 余昱历, 戴春美, 胡宁宁, 等. 不同经络刮痧干预气滞血瘀型腰椎间盘突出症的临床疗效研究[J]. 中国现代医生, 2020, 58(33): 158-161.
- [38] 刘艳. 择时刮痧对气滞血瘀型腰椎间盘突出症患者疼痛缓解及腰椎功能的影响[J]. 基层医学论坛, 2020, 24(17): 2484-2485.
- [39] 樊一桦, 姜鉴航, 张强, 等. 中药外用治疗腰肌劳损的临床研究进展[J]. 吉林中医药, 2016, 36(12): 1295-1298.
- [40] 谈晓红, 崔屹, 孟晓耘, 等. 择时控温式中药热敷在腰椎间盘突出症气滞血瘀证患者护理中的应用[J]. 中医药导报, 2022, 28(3): 77-82.
- [41] 于志国, 关睿睿, 李同军, 等. 五段拔伸法联合中药热敷治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的疗效观察[J]. 中医药学报, 2022, 50(3): 58-61.
- [42] 朱焯群, 胡宁宁, 戴春美. 中药熏洗联合循经刮痧治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症临床观察[J]. 浙江中医杂志, 2022, 57(1): 35.
- [43] 宋丹平, 阙明. 中医治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症临床研究进展[J]. 亚太传统医药, 2019, 15(9): 193-195.
- [44] 赵苏丹, 王秋萍, 张玉敏, 等. 不同温度中药蜡疗外敷对膝关节骨性关节炎的疗效观察护理[J]. 中国医疗设备, 2016, 31(S1): 122.
- [45] 黄裕, 李哲琳, 周玉球, 等. 中药蜡疗缓解气滞血瘀型腰椎间盘突出症疼痛的效果观察[J]. 中西医结合护理(中英文), 2016, 2(1): 61-62+65.
- [46] 黄裕, 姚文凤, 李哲琳, 等. 中药蜡疗护理对气滞血瘀型腰椎间盘突出症患者生活质量的影响[J]. 中华全科医学, 2017, 15(1): 163-166.
- [47] 李正兰, 张廷辉. 综合康复及护理对 80 例腰椎间盘突出症治疗效果观察[J]. 贵州医药, 2014, 38(3): 288.
- [48] 何广云, 侯可强, 丁宁. 腰椎间盘突出症中医治疗优化方案的临床研究[J]. 国际医药卫生导报, 2018, 24(11): 1637-1639.