

综合运动疗法治疗颈椎病 162 例疗效观察

张新宽

(解放军第 152 中心医院, 河南 平顶山 467000)

综合运动疗法治疗颈椎病, 是在牵引和电刺激过程中引入运动机制。1996 年开始笔者采用此法治疗颈椎病 162 例, 疗效显著, 现报告如下。

1 临床资料

男 102 例, 女 60 例; 年龄 24~ 60 岁, 平均 49.1 岁。患病时间 3 天~ 20 余年。曾接受过治疗者 67 例, 初诊 95 例。神经根型 73 例, 椎动脉型 36 例, 早期脊髓型 13 例, 混合型 33 例, 其它 7 例。所有患者均行 X 线摄片检查(部分尚行颈椎 CT、MRI、TCD 检查)和临床体检确诊。

2 治疗方法

运动电疗法采用我科研制的运动电治疗仪。低频频率 8~ 16 Hz, 运动电极内部装有可滚动的金属球, 运动时由于电极角度的变化使金属球来回滚动, 接通电刺激输出, 复位时即自动断电。具体操作为: 于颈肩部肌肉压痛或紧张处, 酒精擦拭干净, 固定运动电极, 令患者开始缓慢运动, 渐至最大活动范围, 边运动边调节治疗仪频率及输出强度, 至耐受量即可。颈部运动形式主要是前屈、后伸、左右侧屈及旋转。主动运动有困难者, 医生可帮助其运动。动作宜柔和, 速度要适中。每日 1 次, 每次 6~ 10 分钟, 10 次为 1 疗程。

运动牵引法采用我科研制的动力式颈椎牵引机(专利产品)。方法: 患者取坐位, 头部中立位或前倾 15°, 调节高度控制杆至舒适位, 做顺时针及逆时针方向交替旋转牵引。传力杆旋转角度正反均为 360°, 头颈部旋转角度左右各为 15~ 30°, 频率 10 圈/分(含顺逆方向), 牵引重量 5~ 10 kg(可根据患者耐受量自由调节)。每日 1 次, 每次 20 分钟, 10 次为 1 疗程。

以上两法需结合使用, 电疗在前, 牵引在后, 每次电疗结束即接着进行牵引疗法。

3 治疗结果

3.1 疗效标准 临床痊愈: 自觉症状消失, 无功能障碍, 阳性体征转阴; 显效: 症状基本消失, 功能显著改善, 阳性体征大部分转阴; 有效: 症状减轻, 功能改善, 体征部分转阴; 无效: 治疗前后症状、体征无明显变化。

3.2 结果 经治 1~ 3 个疗程, 痊愈 111 例, 显效 23 例, 有效

19 例, 无效 9 例。总有效率 94.4%, 治愈率 68.5%。治疗前颈部功能状态正常 25 例, 基本正常 33 例, 不正常 104 例; 治疗后正常 118 例, 基本正常 27 例, 不正常 17 例, 经 *Ridu* 分析, $P < 0.01$ 。治疗前脑部供血正常 0 例, 基本正常 4 例, 偏低 3 例, 低 29 例; 治疗后正常 26 例, 基本正常 8 例, 偏低 2 例, 低 0 例, 两者比较 $P < 0.01$ 。

4 讨论

运动疗法在软组织损伤领域应用十分广泛。传统的牵引、电疗具有放松肌肉、促进血液循环、改善功能活动等作用, 但这些治疗方法是在患者相对静止的状态下进行的。我们在治疗中引入运动机制, 使治疗效果得到大幅度的提高。运动疗法作用归纳为七点: ①运动可以提高痛阈; ②改善病变区域的血液循环及组织营养; ③缓解肌肉痉挛; ④解除静态残余张力; ⑤促进复位、恢复功能; ⑥解除软组织挛缩; ⑦松解病区粘连。在治疗过程中我们选择疼痛明显的 68 例患者, 进行治疗前后即时痛阈测定, 结果显示治疗后痛阈明显提高, 具有极显著性差异($P < 0.01$)。

动力式颈椎牵引机具有静态牵引与旋转复位两种功能, 是融静态牵引和中医按摩的旋转复位手法于一体, 可自由调节牵引重量, 在牵引的同时使颈部保持一定程度和范围的活动, 局部血液循环改善, 有利于颈椎的复位及颈肌疲劳状态的缓解。而且其牵引力是旋转施加的, 受力局部作用时间相对较短, 避免了枕颈部软组织因长时间或大重量牵引所造成的损伤。

运动电疗法属低频电疗, 其重要特点是在运动的同时给予一定量的电刺激, 复位时(肌肉处于相对放松状态)自动断电, 既避免了强直性运动引起的肌肉疲劳, 又可使病变局部不产生对电刺激的耐受性, 结果是病区肌肉痉挛状态得以缓解, 血液循环明显改善, 疼痛减轻或消失。通过运动还可有效地调节肌张力, 提高肌纤维合成酶的活性, 从而使肌纤维增粗、收缩力加强, 对于防止肌肉萎缩、功能退变与关节僵硬, 对维持颈椎病的远期治疗效果有重要的意义。

(收稿: 1998 09 21 修回: 1999 02 26 编辑: 房世源)

欢迎订阅《中国骨伤》杂志

《中国骨伤》杂志从 2000 年全新奉献, 改双月刊为月刊, 增加了新的学术栏目, 国际通用 16 开大版本, 80 克双胶纸印刷, 64 页, 每册定价仍为 6.00 元, 全年定价 72.00 元。欢迎到当地邮局订阅, 邮发代号为 82-393。如错过征订机会本刊编辑部亦可代办补订(请直接汇款至编辑部), 我们将负责免费邮寄。

编辑部地址: 100700 北京东直门内北新仓 18 号《中国骨伤》编辑部。

电话: (010) 6401441 F 2693 传真: (010) 84036581。