

综合治疗腰椎间盘突出症 80 例

刘鑫 周远南

(衡阳医学院附属第一医院, 湖南 衡阳 421001)

笔者采用骨盆牵引、按摩、针灸和中药内服及体疗等综合方法治疗腰椎间盘突出症 80 例, 取得满意效果, 现报告如下。

1 临床资料

80 例中男 58 例, 女 22 例; 年龄 19~65 岁; 病程 7 天~10 年。CT 结果: 腰椎间盘突出 71 例, 膨出 9 例; 硬膜囊、神经根受压 70 例; L_{4,5} 突出 56 例, L₅S₁ 突出 22 例, L_{3,4} 突出 2 例; 其中两个椎间盘均见突出 17 例, 三个椎间盘突出或/和膨出 10 例。既往有手术史 5 例。

诊断标准^[1]: ①腰痛伴坐骨神经痛, 沿臀大腿后侧及小腿外、后侧至足部放射, 咳嗽、喷嚏使疼痛加剧。②棘突间隙或棘突旁深压痛。③直腿抬高试验及加强试验阳性。④CT 结果提示椎间盘突出。

2 治疗方法

2.1 牵引 以上海产 FYL 牵引床行骨盆牵引, 重量与患者体重相当, 仰卧或俯卧, 每次 30 分钟。

2.2 按摩 首先以揉、点按等手法在背部腰及双下肢进行, 以使肌肉松弛, 然后点按病变部位的夹脊穴、关元俞、腰阳关等穴。手法结束时可看到皮肤微红。其次用斜扳法: 患者侧卧, 患侧在上并腿屈曲, 健侧腿伸直。术者立于患者对面, 一前臂屈肘置于髂骨翼后侧, 向内扣压; 另一前臂屈肘, 置于肩前, 向外推按, 使腰椎旋转至一定角度, 双肘突然交错用力, 可闻及响声。然后更换体位, 用同样方法再做另侧。最后可选用盘腰法: 患者仰卧位, 屈膝屈髋, 术者一前臂握住双膝, 一手握小腿远端, 旋转摇动并屈曲腰骶部, 再以一手按患者对侧肩部, 另一手按双膝, 向术者站立侧扭转, 双手突然同时下压, 有时可听及弹响声。整个按摩手法可一周做 2 次左右。

2.3 针灸 取穴以华佗夹脊穴、关元俞、环跳、委中、昆仑、阳辅等为主。肾虚明显加肾俞、太溪; 阳虚明显加温针灸夹脊穴 1~2 壮。针刺时应尽量使针感传导, 每次留针 30 分钟。中间捻转刺激 2 次以保持针感, 每日 1 次。

2.4 中药 由于本病多属本虚标实, 发时治标, 缓时治本。在急性期以化痰祛瘀, 通络止痛为法, 药以草 40 g, 苡米 40 g, 制川乌 10 g, 南星 10 g, 僵蚕 15 g, 乳没各 10 g, 灵仙 25 g, 牛膝 15 g, 狗脊 20 g, 木瓜 20 g, 泽兰 15 g。麻木较甚加全蝎或蜈蚣, 肾虚明显加鹿角霜和续断。疼痛缓解时, 以温通肾督, 强筋通络为主。鹿角霜 20 g, 狗脊 20 g, 山甲 12 g, 炒小茴

香 9 g, 牛膝 12 g, 续断 20 g, 丹参 30 g, 鸡血藤 30 g, 菟丝子 15 g, 骨碎补 20 g。每日 1 剂, 每剂煎两次, 共煎 600 ml, 早晚各服 1 次。

病人疼痛基本消失时, 即可进行适当运动, 以加强腰背肌肉力量、恢复肌肉韧带弹性及脊柱平衡的体疗为主, 适当辅以全身性活动。原则是病人做完运动后不感觉太累。主要有燕式、拱式、导引及太极拳。所有治疗疗程为 1~2 个月。

3 治疗结果

疗效标准: 按腰椎间盘突出症新药指导原则中的疗效标准^[1]痊愈 45 例, 显效 24 例, 有效 8 例, 无效 2 例。在无效的 2 例中, 1 例是因病程较长, 放弃治疗而手术, 后随访, 术后疼痛未减。1 例经治疗后疼痛缓解后中断治疗。所有有效病例经随访 1~2 年均未见复发。

4 讨论

笔者从发病部位及临床症状等方面考虑腰椎间盘突出症为肾虚虚弱为本, 经筋失养, 风寒湿及外伤为直接因素, 导致痰湿瘀血痹阻经络, 经气不畅, 不通则痛。我们采取多方法综合逐一消除内外各方面因素, 从而达到较好效果。在临床中我们有如下体会:

(1) 治疗要分期。无论是牵引或针灸及中药内服、手法等, 都应根据病情的变化而做相应调整。急性期以解除局部的痰湿瘀血的阻滞为主, 也就是以消除局部的神经根周围组织的水肿, 减轻、消除压迫及恢复脊柱平衡为目标。而在缓解期则加强经筋的柔韧性, 恢复它的作用, 防止复发。

(2) 手法按摩的作用是肯定的, 但关键是扳法。它可以使间盘变形及移位, 调整椎管容积, 改变突出物与神经根的关系, 缓解卡压及松解粘连^[2], 同其它手法一起还可改善局部血循, 消除神经根水肿, 调整腰椎结构紊乱作用。

(3) 体疗对防止复发有重要作用。因此要强调锻炼腰背肌肉的方法, 并注意坐及站姿, 使病人树立自我保健意识。

参考文献

- [1] 中药新药治疗腰椎间盘突出症的临床研究指导原则(草案). 中国中医骨伤科杂志, 1995, 3(5): 52-53.
- [2] 马达, 蒋位庄. 脊柱旋转手法治疗腰椎间盘突出症的实验研究. 中国骨伤, 1994, 7(5): 7.

(收稿: 1998 2 21 编辑: 连智华)