

## 沙袋垫枕配合功能锻炼治疗胸腰段单纯性压缩骨折

Sand bag combined with functional exercises for the treatment of simple compressive fractures of thoracolumbar vertebral body

沈虹

SHEN Hong

关键词 胸椎; 腰椎; 骨折 **Key words** Thoracic vertebrae; Lumbar vertebrae; Fractures

自 1997 年 6 月—2004 年 12 月,采用沙袋垫枕配合功能锻炼,治疗胸腰段椎体单纯性压缩骨折 86 例,取得了满意的疗效,现总结如下。

### 1 临床资料

86 例患者中男 52 例,女 34 例;年龄 26~71 岁,平均为 41 岁。高处坠落损伤 15 例,摔倒损伤 54 例,重物砸伤 13 例,其他原因致伤 4 例。86 例均为住院患者,住院时间 11~64 d,平均 27 d,伤后距住院治疗时间 20 min~4 d。骨折情况:单节段骨折中 T<sub>11</sub> 11 例, T<sub>12</sub> 32 例, L<sub>1</sub> 15 例;双节段骨折中 T<sub>11</sub>、T<sub>12</sub> 9 例, T<sub>12</sub>、L<sub>1</sub> 16 例, L<sub>1</sub>、L<sub>2</sub> 3 例。X 线片显示:椎体压缩高度均超过 2/5,且无神经、脊髓损伤体征。

### 2 治疗方法

2.1 沙袋垫枕骨折复位法 ①沙袋规格:共分 3 种。第 1 种规格为 40 cm×10 cm×6 cm,第 2 种规格为 40 cm×10 cm×12 cm,第 3 种规格为 40 cm×10 cm×18 cm。②使用方法:患者平卧硬板床上,以受伤时间计算,伤后第 5 天开始垫第一种规格的沙袋,垫时以受伤椎体为中心放置沙袋,使脊柱轻度过伸,持续垫枕 1 周后,改为第 2 种规格的沙袋。伤后第 4 周开始换为第 3 种规格的沙袋垫枕,垫枕时间总共 8 周。

2.2 功能锻炼法 伤后第 4 天开始行功能锻炼,采取五点支撑法,即患者仰卧硬板床上,用头、两肘、两足跟着床面,两下肢伸直,身体尽力向上腾空,呈弓形,动作要轻柔,最好在弓形时坚持 1~3 min,而后慢慢放下,如此反复,或采取三点法,即头、两足跟着床面,身体向上腾空,呈弓形,要求同上。锻炼时所做的次数应由少到多,即 10~20 余次,时间为 15~30 min。应做到锻炼的次数、强度、由小到大,循序渐进。

2.3 药物治疗 早期西药予以抗炎、止血、脱水剂应用及对症处理为主。胸腰段椎体压缩骨折后,大多数患者因腹膜后血肿的刺激,而出现短期的肠麻痹,发生多日不排大便等情况,对此可应用中草药活血止痛、理气通便剂。药物组成:丹参 20 g,当归 10 g,桃仁 10 g,红花 10 g,大黄 15 g(后下),赤芍 10 g,木香 10 g,陈皮 10 g,芒硝 5 g(另冲服),厚朴 10 g,枳壳 10 g,甘草 6 g,水煎服,每日 1 剂,服药后应密切观察药后反应,做到便下即停,以免泄下过度,耗伤正气。

### 3 治疗结果

疗效标准为:依据国家中医药管理局[1995-01-01]颁发的疗效评定标准。86 例患者中获得随访 81 例,其中 10 例遗留劳累及阴雨天时腰部伤处疼痛,能忍受,余均治愈,无特殊不适。随访 1~3.5 年,79 例复查 X 线片示:原压缩的椎体高度均恢复达到正常高度的 80% 以上。

### 4 讨论

胸腰段椎体压缩性骨折是临床常见病,其处于两个生理弧度交汇处,活动度大,并且是躯干的应力集中处,当发生自高处下坠、意外摔伤时,躯体上半部的突然剧烈屈曲,常常发生此处椎体压缩变形而骨折,骨折后就会改变脊柱的正常生理弯曲弧度,由于脊柱的生理弯曲,尤其是腰椎生理前凸的存在,对人体适应站、坐、卧 3 种姿势甚为重要<sup>[1]</sup>,当骨折发生后所引起的腰椎生理曲度改变成为骨折治疗时的重点,这有利于恢复脊柱的正常功能,减少骨折后创伤性脊柱炎的发生。

通过临床总结,应注意以下几点:①掌握好适应证,即为单纯的屈曲型压缩骨折,若存在脊髓、神经损伤的体征,则应尽早采用其他方法治疗。②损伤早期为出血、瘀血期,因此,损伤的前 4 d 以平卧硬板床为主,减少刺激,不垫沙袋。③认真监督,伤处垫沙袋后,局部不适有可能更突出,有些患者会私自移去沙袋,或将沙袋位置上、下移位,不配合治疗,对此,医护人员应认真监督。④防治并发症。治疗过程中必须绝对卧床,侧卧时应整体翻动,积极防治长期卧床的并发症。

在临床中,通过逐步增加所垫沙袋的高度,从而使被压缩的脊柱得以张开,由于椎体周围存在众多韧带及椎间盘,脊柱的张开与韧带所形成的牵拉张力,再加上椎间盘的作用,使压缩的椎体产生自身复位效应,骨折畸形从而得以矫正。当然这种垫枕的方法是一个循序渐进的过程,骨折的复位亦是渐进的。通过功能锻炼,可以防止骨折处的肌肉萎缩、局部组织粘连,改善局部循环,促进瘀血吸收,并且加强了腰背肌的力量,这更有利于骨折复位和维持椎体的稳定。

#### 参考文献

- 1 蒋兴粒,陈庆.垫枕复位锻炼法治疗脊柱胸腰段屈曲压缩型骨折.四川医学,2001,22(12):1138.

(收稿日期:2005-08-20 本文编辑:王宏)