

• 经验交流 •

骨盆牵引配合早期腰肌功能锻炼治疗老年腰椎爆裂骨折

江学东

(揭阳市东山区第二人民医院骨科, 广东 揭阳 522031)

关键词 腰椎; 骨折; 老年人; 牵引; 功能恢复

Treatment of burst fracture of lumbar vertebrae by pelvis traction combining early exercise of psoas in the aged

JIANG Xuedong, Department of Orthopaedics, the 2nd People's Hospital of Dongshan, Jieyang 522031, Guangdong, China

Key words Lumbar vertebrae; Fractures; Aged; Traction; Recovery of function

Zhongguo Gushang / China J Orthop & Trauma 2007, 20(5): 332 www.zggssz.com

腰椎爆裂骨折是临床上腰脊柱的严重损伤, 1995年-2004年, 采用骨盆牵引配合早期腰肌功能锻炼的方法, 治疗30例急性无合并脊髓神经损伤的腰椎爆裂骨折, 经近远期随访, 疗效满意, 现报告如下。

1 临床资料

本组30例, 男18例, 女12例; 年龄60~85岁, 平均72岁; 均为新鲜骨折, 其中L₁骨折4例, L₂骨折22例, L₃骨折4例。均有明显外伤史, 腰椎疼痛明显, 活动受限, 局部压痛, 无脊髓神经损伤症状。CT显示椎体爆裂型骨折, 骨折块突入椎管<7mm, X线片显示椎体前部压缩<3/4椎体角度<35°。伤后入院时间3~48h。

2 治疗方法

2.1 骨盆牵引 入院后患者取仰卧位, 检查其生命体征无异常即进行骨盆牵引治疗。将腰部固定的牵引带固定于床头立杆上, 骨盆固定的牵引带通过滑轮悬挂牵引。初期牵引重量约患者体重10%, 时间30min, 每日3次, 3d后根据患者的耐受程度改重量为体重15%, 时间为30min~1h, 每日2次, 牵引过程在受伤的腰椎下面加垫一软枕, 高度约12cm。

2.2 腰肌功能锻炼 在伤后3d患者疼痛缓解后, 即开始腰肌功能锻炼。**①五点式锻炼法:**患者仰卧位, 两肘屈曲置于身体两侧, 两腿屈膝成90°, 脚掌放于床上, 以头、两肘、两足5点用力, 作为支点, 腰部向上拱起, 离开床面, 以头后枕部及两肘支撑上半身, 两脚支撑下半身, 成半拱桥形, 尽量支持, 再缓慢还原。**②俯卧支撑法:**俯卧位, 两肘屈曲, 置于身体两侧, 两腿自然伸直, 以两手用力, 伸直两肘, 将身体撑起, 使上半身离开床面, 停留片刻后, 缓慢还原。

2.3 中药治疗 **①内服:**腰椎骨折由于局部水肿及腹膜后血肿刺激, 绝大多数患者会出现腹胀、便秘、腰部疼痛等症状, 临床中应用骨折三期辨证治疗, 早期治宜攻下逐瘀, 行气止痛, 活血消肿, 方用复元活血汤或桃仁承气汤加减。中后期宜活血和营, 接骨续筋, 补养肝肾, 调养气血, 方用跌打养营汤, 六味地黄汤加减。通过内服中药配合治疗, 能有效缓解症状, 和营生新, 促进骨折的愈合。**②外敷:**腰椎骨折多合并韧带筋膜、肌肉等软组织损伤, 一般伤后1周, 牵引后配合活血接骨

散外敷加红外线灯照射患处15min。通过中药直接作用及红外线灯的热效应, 引起局部的血管扩张, 能促进局部和周身的血循环和淋巴循环, 使新陈代谢旺盛, 有活血通络、去瘀生新、强壮筋骨之功效。

3 治疗结果

依据疗效评定标准: 治愈, 压缩的椎体基本恢复正常形态, 骨折愈合, 腰痛消失, 功能完全或基本正常。好转, 压缩的椎体形态较前明显改善, 骨折愈合, 腰痛基本消失, 功能基本正常。未愈, 压缩的椎体形态较治疗前轻度或无明显改善, 腰痛存在, 功能受限。本组30例均上述方法治疗8~12周, 平均10周, 随访3个月~1年后行X线片、CT复查, 损伤椎体高度恢复接近正常椎体高度18例, 恢复80%~90%者12例; 椎体后部角度恢复或接近正常者12例, <10°者18例; 椎体突入椎管恢复或接近正常者8例, 椎体突入椎管程度下降了3mm者22例。治愈12例, 好转18例。

4 讨论

腰椎爆裂型骨折的典型表现之一就是椎体后缘骨块突入椎管, 造成脊椎不稳定和椎管狭窄, 严重者可引起脊髓、神经损伤, 因此骨折块的复位与吸收显得至关重要^[1]。骨盆牵引是腰椎骨折复位的方法之一, 使脊柱在牵引状态下后伸, 在前纵韧带和椎间盘牵伸力作用下, 使压缩椎体复位, 并通过后纵韧带的弹性作用使进入椎管的部分椎体的骨块复位。腰肌功能活动则利用脊伸肌群强大的动力使脊柱过伸, 通过被拉紧的前纵韧带和纤维环使骨折持续复位以纠正残余的压缩。老年人由于长期卧床, 气血停滞不通, 循环受阻, 代谢紊乱, 致钙丢失和骨小梁破坏, 关节易形成粘连, 肌肉萎缩。通过早期腰肌功能锻炼, 既能增加骨盆牵引的复位效果, 使腰脊肌群健壮有力, 又有活血去瘀, 消肿止痛, 舒筋利节, 防止骨质脱钙和骨质疏松, 避免关节粘连, 使椎体后凸角度下降至接近正常, 加速突入椎管内骨折块的吸收的功效。

参考文献

- 1 刘延东, 刘景生. 腰椎爆裂骨折机制及保守治疗的研究进展. 中国骨伤, 2004, 17(4): 254-256

(收稿日期: 2006-09-18 本文编辑: 王玉蔓)