

针刺结合中药热敷治疗急性腰扭伤

张雪鹏^{1,2}, 张彦丽^{1,2}, 卞华^{1,2*}

(1. 南阳理工学院 张仲景国医学院, 河南 南阳 473004;
2. 南阳理工学院 附属医院, 河南 南阳 473004)

[摘要] **目的:**观察针刺结合中药热敷治疗急性腰扭伤的临床疗效。**方法:**依据严格的纳入与排除标准选择病例 66 例, 随机分为治疗组与对照组。治疗组采用针刺后溪穴、合谷穴、威灵穴和精灵穴, 留针期间配合中药热敷治疗, 对照组采取口服西药布洛芬缓释胶囊, 麝香解痛膏外敷治疗。**结果:**治疗组治愈 29 例, 占 87.88%; 好转 3 例, 占 9.09%; 总有效率 96.97%。对照组治愈 21 例, 占 63.64%; 好转 3 例, 占 9.09%; 总有效率 72.73%。从治疗结果看, 治疗组明显优于对照组 ($P < 0.05$)。**结论:**针刺结合中药热敷治疗急性腰扭伤效果明显、疗程短、副作用少, 操作简单, 方便推广。

[关键词] 针刺; 急性腰扭伤; 布洛芬; 中药热敷

[中图分类号] R287.6 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1005-9903(2014)23-0227-03

[doi] 10.13422/j.cnki.syfjx.2014230227

Clinical Observation of Treatment on Acute Lumbar Sprain Using Acupuncture and Herbal Fomentation

ZHANG Xue-peng^{1,2}, ZHANG Yan-li^{1,2}, BIAN Hua^{1,2*}

(1. School of Zhangzhongjing National Medicine, Nanyang Institute of Technology, Nanyang 473004, China;
2. Affiliated Hospital, Nanyang Institute of Technology, Nanyang 473004, China)

[Abstract] **Objective:** To observe the effect of the treatment on acute lumbar sprain using acupuncture and herbal fomentation. **Method:** Sixty-six patients were selected according to the strict inclusion and exclusion criteria and randomly divided into two groups, treatment group (33 cases), and control group (33 cases). The patients in the treatment group received acupuncture Houxi, Hegu, Weiling and Jingling treatment, and added herbal fomentation during the needle retaining time. The patients in the control group received oral medicine ibuprofen, shexiang Jietong cream external treatment. **Result:** The total efficiency is 96.97% in the treatment group, of which 29 cases were cured (accounting for 87.88%), and 3 showed some improvement, (accounting for 9.09%). The total efficiency is 72.73% in the control group, of which 21 cases were cured (accounting for 63.64%), and 3 showed some improvement (accounting for 9.09%). The results in the treatment group were better than that in the control group ($P < 0.05$). **Conclusion:** Acupuncture combined with herbal fomentation has obvious effect on acute lumbar sprain heat.

[Key words] acupuncture; acute lumbar sprain; ibuprofen; herbal fomentation

急性腰扭伤是骨伤科比较常见的疾病, 主要是指腰部软组织突然遭受扭挫或过多牵拉或承受超负荷活动等外力所致的损伤, 较常发生于腰骶关节或

髋髂关节, 多见于青壮年、运动员、体力劳动者, 尤其是青壮年, 男性多于女性^[1]。针灸治疗急性腰扭伤, 目前报道颇多, 方法各异, 都具有肯定的疗效, 并

[收稿日期] 20140211(016)

[基金项目] 河南省科技厅自然科学基金项目(132102310172)

[第一作者] 张雪鹏, 硕士, 讲师, 主治医师, 从事中医骨伤科学的教学及临床研究, Tel:15937703742, E-mail:15937703742@163.com

[通讯作者] *卞华, 博士, 副教授, 从事针灸治疗损伤的研究, Tel:0377-62071311, E-mail:biancrown@163.com

充分体现了针灸治疗急性腰扭伤的优越性^[2]。笔者通过本研究,发现针刺结合中药热敷治疗急性腰扭伤,能迅速缓解腰部疼痛,改善患者生活质量,临床疗效好。

1 临床资料

1.1 一般资料 2011 年 8 月—2013 年 5 月在本院骨伤科门诊就诊的急性腰扭伤患者 66 例,随机分为治疗组 33 例,对照组 33 例。两组患者在观察过程中均无脱落和剔除。对照组男 20 例,女 13 例;年龄 29 ~ 60 岁,平均 45.6 岁。治疗组男 21 例,女 12 例;年龄 28 ~ 61 岁,平均 46.3 岁。两组患者性别、年龄等经统计学检验,均无显著性差异,具有可比性。

1.2 诊断标准 参照《中医病证诊断疗效标准》^[3]制定:①有外伤史,多见于青壮年;②腰部一侧或两侧剧烈疼痛,活动受限,不能翻身、坐立和行走,常保持一定强迫姿势,以减少疼痛;③腰肌和臀肌紧张痉挛,或可触及条索状硬块,损伤部位有明显压痛点,脊柱生理弧度改变。

1.3 纳入标准 ①临床诊断符合国家中医药行业标准《中医病证诊断疗效标准》^[3];②病发在 7 日以内(避免病情迁延过久,致成慢性腰痛之症);③治疗期间未经一切其他治疗法;④自愿接受“针刺结合中药热敷治疗急性腰扭伤”治疗的病例。

1.4 排除标准 ①凡不符合纳入标准与中途停止治疗者;②排除腰椎间盘突出症,腰肌劳损,骨折,肿瘤或其他严重疾病;③疗程未结束而出现过敏反应或严重不良反应者,根据医生判断应停止者,即中止该病例临床试验,但已超过 1/2 疗程者应该计疗效;④试验期间病人病情持续恶化有可能发生危险事件,根据医生判断应该停止临床试验者,即中止该病例临床试验,但已超过 1/2 疗程者应该统计为无效;⑤对针灸有不良反应,不能耐受针灸者。

2 治疗方法

2.1 治疗组 治疗组全部病例运用针刺结合中药热敷治疗,不采用其他治疗措施及药物。中药热敷:独活、木瓜、藏红花、花椒、伸筋草、透骨草、大血藤、苏木、艾叶、当归、川芎、杜仲、川乌各 30 g。将以上中药装入一个 30 cm × 45 cm 的布质口袋中,将袋口扎好,放入锅内加水约 1 500 mL,另在锅内投入宽约 25 cm、长约 60 cm 的棉质毛巾 2 条同煮,武火烧开,文火煮约 30 min,将 1 条毛巾取出,待稍凉至皮肤可承受之温度时,在治疗床上放置一块约 50 cm ×

50 cm 大小的塑料布,将毛巾叠好置于塑料布中央,患者平躺在治疗床上,使腰部患处置于毛巾上面进行热敷,2 条毛巾交替使用,每次热敷 30 min ~ 1 h,每日 1 次。同时针刺后溪穴、合谷穴、威灵穴和精灵穴。手背皮肤常规消毒后,采用一次性灭菌针灸针针刺其手背部的后溪穴、合谷穴、威灵穴和精灵穴 4 穴,双侧共 8 穴。针刺后运针施以小幅度的提插捻转手法,运针后留针约 30 min,每隔 10 min 运针 1 次。上述治疗 1 次/d,3 d 为 1 个疗程。

2.2 对照组 口服西药布洛芬缓释胶囊(芬必得,中美天津史克制药有限公司,国药准字 H10900089),饭后用水送服吞咽,每日 2 次,每次 300 mg,早晚各 1 次,间隔 12 h;麝香解痛膏外敷(上海雷允上药业有限公司,国药准字 Z31020202),每日一贴。

2.3 观察指标 参照张琴明等^[4]制定的急性腰扭伤症状体征及日常生活动作评分标准,在治疗前和治疗后进行评分。

2.4 疗效评定标准 根据《中医病症诊断疗效标准》^[3]制定的急性腰扭伤疗效评定标准为依据。治愈:腰部疼痛消失,脊柱活动正常;好转:腰部疼痛减轻,脊柱活动基本正常;未愈:症状无改善。

2.5 统计学处理 数据分析采用 SPSS 19.0 统计分析软件,计量资料采用 $\bar{x} \pm s$ 表示,组间比较采用 *t* 检验;计数资料比较采用 χ^2 检验,以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

3 结果

两组患者急性腰扭伤总体疗效比较治疗 6 d 后,治疗组总有效率为 96.97%,对照组总有效率为 72.73%,治疗组总有效率明显高于对照组 ($P < 0.05$),见表 1。

表 1 两组患者治疗后疗效比较

组别	治愈/例	好转/例	无效/例	总有效率/%
治疗	29	3	1	96.97 ¹⁾
对照	21	3	9	72.73

注:与对照组比较¹⁾ $P < 0.05$ (表 2 同)。

按照两组治疗的疗程长短进行比较,治疗组疗程明显比对照组疗程缩短 ($P < 0.05$),见表 2。

表 2 两组急性腰扭伤治疗的疗程长短比较

组别	治愈	治愈天数				
		2 d	3 d	4 d	5 d	6 d
治疗	29	6	10 ¹⁾	10 ¹⁾	2	1
对照	21	5	8	6	1	1

两组患者治疗前及治疗后急性腰扭伤症状体征及日常生活动作评分,治疗组与对照组临床体征和日常生活动作均明显好于治疗前($P < 0.05$),治疗组综合评分(25.76 ± 4.57)分,见表3。

表3 两组“急性腰扭伤症状体征及日常生活动作”评分($\bar{x} \pm s, n=33$) 分

组别	治疗前	治疗后
治疗	11.23 ± 2.25	25.76 ± 4.57 ^{1,2)}
对照	11.51 ± 2.36	19.35 ± 5.32 ¹⁾

注:与本组治疗前比较¹⁾ $P < 0.05$;与对照组治疗后比较²⁾ $P < 0.05$ 。

4 讨论

急性腰扭伤属于中医“瘀血腰痛”、“跌打损伤”、“伤筋”的范畴。《金匱翼》载:“瘀血腰痛者,闪挫及强力举重得之。盖腰者,一身之要,屈伸俯仰,无不由之,若一有损伤,则血脉凝涩,经络壅滞,令人卒痛不能转侧,其脉涩,日轻夜重者是也。”说明腰部急性损伤,多因卒然感受暴力所致,或由于腰部活动时姿势不正确,用力不当,或用力过度,或搬运抬扛重物时,肌肉配合不协调,以及跌仆闪挫,使腰部肌肉、韧带受到强烈的牵拉、扭转而致损伤。这些论述较全面的概括了腰腿痛的病因病机,具体的论述了外邪侵入,劳损外伤和肾脏功能在腰腿痛发病中的关系,以及急性腰扭伤的发病原因是跌仆损伤,反复过劳,风寒湿邪侵入或肝肾不足。急性腰扭伤的治疗方法较多,考虑到病因为闪挫腰痛,多属气滞血瘀,不通则痛。

另由于腰部有多条经脉通过,不同经脉受损临床表现各异,在治疗上应取不同之穴位,必须加强其针对性治疗,提高其功效^[5]。而位于手背部的腰痛穴(威灵穴和精灵穴)为治疗急性腰扭伤的经验穴,属于经外奇穴,刺之腰部疼痛可缓解。手与全身阴阳经络都有联系,如《灵枢·动输》所言:“夫四末阴阳之会者,此气之大络也”。通过临床实践证明针刺威灵穴和精灵穴,具有疏通经络、畅气血,改善微循环,缓解疼痛等作用^[6]。《针灸歌赋》指出“腿

膝腰痛遍,后溪穴先贬”,《针灸大成》亦有“体重节痛刺后溪”的记载。且后溪又为八脉交会穴,通于督脉,而合谷穴为手阳明经之原穴,又为全身镇痛之要穴,针刺二穴起疏通督脉经气、行气通络、调和气血的作用,有效地缓解了痉挛状态,降低了肌张力,达到“通则不痛”的目的,打开人体经络通道。在针刺基础上又运用中药独活、木瓜、藏红花、花椒、伸筋草、透骨草、大血藤、苏木、艾叶、当归、川芎、杜仲、川乌进行热敷。中药热敷具有舒松关节筋络、疏导腠理、流通气血、活血止痛等作用^[7]。

急性腰扭伤的治疗早期应注意制动休息,休息可以减轻病理反应,待治疗起效,疼痛症状逐渐减轻后,再嘱患者开始进行适度的功能锻炼,以期完全恢复。中药热敷可缓解肌肉、血管痉挛,增进局部血液循环,消除瘀滞,加速瘀血早日吸收,以达到舒筋活络、消肿止痛的目的。总之,针刺结合中药热敷治疗急性腰扭伤不仅起效快、疗程短、副作用少,操作简单,方便推广,而且治疗费用经济,患者容易接受。

[参考文献]

- [1] 张伯勋,干岩.现代颈肩腰腿痛诊断与治疗学[M].北京:人民军医出版社,2010:549.
- [2] 栗冬,陈以国.急性腰扭伤的针灸治疗概况[J].光明中医,2012,27(7):1491.
- [3] 国家中医药管理局.中医病证诊断治疗标准[S].南京:南京大学出版社,2010:36.
- [4] 张琴明,房敏,陆无明,等.推拿三步改良法治疗急性腰扭伤临床疗效评价[J].上海中医药杂志,2005,39(6):37.
- [5] 王明光,王巍.循经辨证取穴治疗急性腰扭伤306例[J].中外医学研究杂志,2010,4(7):92.
- [6] 韩红,黎明.针刺腰痛结合运动疗法治疗急性腰扭伤的临床疗效观察[J].时珍国医国药,2012,23(1):244.
- [7] 王和鸣.中医骨伤科学[M].北京:中国中医药出版社,2009:55.

[责任编辑 邹晓翠]