

# 中医针灸综合治疗颈肩腰腿痛的临床疗效

张菲菲 朱冬梅

平顶山煤业集团公司一矿职工医院

**[摘要]** 研究中医针灸综合治疗颈肩腰腿痛的临床疗效。方法：研究对象：我院接诊的100例颈肩腰腿痛患者，收治时间：2020年2月-2021年2月，分组方法：交替分组法，组别：对照组与观察组，每组50例，对照组：常规治疗，观察组：中医针灸综合治疗，分析两组患者综合疗效与不同治疗指标。结果：在治疗总有效率方面，观察组高于对照组（ $P < 0.05$ ）；治疗后两组患者视觉模拟评分法（VAS）评分均下降，且治疗后观察组评分小于对照组（ $P < 0.05$ ）；在治疗后腰椎曲度、腰屈曲范围方面，观察组均大于对照组（ $P < 0.05$ ）；在治疗后生活质量评分方面，观察组高于对照组（ $P < 0.05$ ）。结论：对中医针灸综合治疗颈肩腰腿痛的临床疗效，有利于改善症状，减轻疼痛，提高生活质量，效果显著，值得推广应用。

**[关键词]** 中医针灸；综合治疗；颈肩腰腿痛；临床疗效；生活质量

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.12.1971

颈肩腰腿痛是一类较常见的疾病，其具体包含了多种疾病，且引起疾病的原因也较复杂，该病会引起患者不同部位出现疼痛表现，疼痛严重的还会限制患者的颈肩腰腿活动功能，严重降低患者的生活质量<sup>[1]</sup>。随着我国中医技术的发展以及临床应用，中医方法在治疗颈肩腰腿痛方面发挥着重要作用，尤其是中医针灸技术，其通过对患者相关穴位的持续刺激，可达到调节阴阳平衡、活血化瘀，改善血液循环，对缓解颈肩腰腿痛均有重要作用<sup>[2]</sup>。我院对2020年2月-2021年2月接诊的50例颈肩腰腿痛患者实施中医针灸综合治疗，证实了治疗方法的可行性与有效性，现就有关资料分析如下。

## 一、资料与方法

### （一）一般资料

研究对象：我院接诊的100例颈肩腰腿痛患者，收治时间：2020年2月-2021年2月，分组方法：交替分组法，组别：对照组与观察组，每组50例。对照组：男性、女性分别有25例、女25例，年龄范围36-75岁，平均年龄（ $48.83 \pm 5.25$ ）岁，具体疾病类型方面：颈椎病、腰椎间盘突出、肩周炎、腰肌劳损分别有19例、8例、15例、8例；病程方面：4-10个月，平均达到（ $6.51 \pm 1.28$ ）个月。观察组：男性、女性分别有27例、女23例，年龄范围34-76岁，平均年龄（ $48.85 \pm 5.23$ ）岁，具体疾病类型方面：颈椎病、腰椎间盘突出、肩周炎、腰肌劳损分别有20例、9例、14例、7例；病程方面：4-11个月，平均达到（ $6.53 \pm 1.30$ ）个月。纳入标准：（1）存在明显颈肩腰腿痛，相关活动受限；（2）患者同意相应的治疗方案；（3）治疗以及预后评价资料均有记录；（4）治疗依从性较好。排除标准：（1）中途退出研究；（2）针灸区域存在皮损或有皮肤过敏者；（3）合并恶性肿瘤疾病者；（4）有精神异常者；（5）存在晕针史者。统计学软件分析两组患者一般资料差异较小，满足可比性要求（ $P > 0.05$ ）。

### （二）方法

对照组：常规治疗，结合不同患者病情进行对症支持治疗，指导患者服用布洛芬缓释胶囊消炎镇痛；结合不同患者实际情况予以治疗，指导患者进行保守治疗，如限制颈肩腰腿的活动，配合牵引治疗、烤电治疗，视情况服用减轻水肿的药物。

观察组：对患者采取中医针灸综合疗法，主要包括：

（1）结合不同患者的具体疾病类型，辅助患者选择相对舒适的体位，并选择相应的穴位，肩周不适者，可选择肩井穴、外关穴、天宗穴、中俞穴，并在侧卧或俯卧位情况下实施针灸；腰腿痛患者穴位可选择关元俞穴、委中穴、足三里穴、阳辅穴、承山穴，辅助患者在俯卧位下实施针灸治疗；颈椎不适者，穴位选择大椎穴、肩井穴、肩外俞穴、天井穴，辅助患者在俯卧位或坐位下进行针灸，针灸中采取提插捻转方法，针刺得气后留置15-30min，每日一次，30日为一疗程；（2）中药熏洗治疗。选择中药熏洗方，主要成分包括：芍药、当归、独活、防风、杜仲、细辛、桑寄生各10g，牛膝、川芎各15g，甘草6g，将上述药物用水煎熬，煮开后等待30min，然后将药液倒入盆中，趁热熏蒸，待温度适宜的情况下，可通过药物对颈肩腰腿痛区域擦洗药液，每天熏洗1-2次，每次20-40min/；（3）康复训练指导：结合不同患者实际情况，灵活指导患者进行康复训练，为颈部疼痛者示范并指导患者开展颈椎操；腰椎疼痛者进行肌肉关节运动、腰椎训练；肩部疼痛者进行肩周回环运动；膝关节疼痛者可采取仰卧抱膝运动训练，医务人员做好示范工作，并辅助患者完成训练，注重训练强度的控制。

### （三）观察指标

综合疗效，综合患者疼痛症状以及相关关节活动情况予以评价，显效：疼痛消失，关节功能正常；有效：存在轻度疼痛，相关关节活动轻微受限；无效：疼痛严重，活动受

表1 两组综合疗效对比分析[n (%) ]

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
观察组	50	31 (62.00)	17 (34.00)	2 (4.00)	48 (96.00)
对照组	50	26 (52.00)	16 (32.00)	8 (16.00)	42 (84.00)
$\chi^2$	/	/	/	/	4.000
P	/	/	/	/	0.046

限。显效率与有效率合计为总有效率；（2）治疗前后VAS评分，通过VAS量表评价，0-10分，分值高疼痛明显；（3）治疗后腰椎曲度、腰屈曲范围，通过X线检查后进行测量；（4）治疗后生活质量评分，使用生活质量调查量表评价，分值高对应生活质量好。

（四）统计学方法

采用统计学软件SPSS21.0分析数据，计量资料 $\bar{x} \pm s$ 表示，差异性t检验；计数资料（n，%）表示，差异性卡方检验，P<0.05：差异存在统计学意义。

二、结果

（一）综合疗效分析

在治疗总有效率方面，观察组高于对照组（P<0.05），见表1。

（二）治疗前、后两组患者VAS评分对比

治疗后两组患者VAS评分均下降，且治疗后观察组评分小于对照组（P<0.05），

（三）治疗后腰椎曲度、腰屈曲范围分析

在治疗后腰椎曲度、腰屈曲范围指标方面，观察组均大于对照组（P<0.05），见表3。

表3 治疗后腰椎曲度、腰屈曲范围（ $\bar{x} \pm s$ , n=50）

组别	腰椎曲度 (mm)	腰屈曲范围 (cm)
观察组	18.21±3.19	65.93±8.43
对照组	15.58±3.35	59.42±9.18
t	4.020	3.693
P	<0.001	<0.001

三、讨论

西医在颈肩腰腿痛治疗中主要采取药物治疗，通过镇痛药物、止痛药物以及其他对症支持治疗，暂时可帮助患者缓解疼痛，但是治疗不彻底，容易在其它因素影响下出现反复发作，且无法对患者关节功能产生影响，造成实际治疗效果不甚理想。

鉴于颈肩腰腿痛使用西医治疗不彻底，部分患者治疗效果不理想的情况，临床对不同颈肩腰腿痛患者逐步从中医学角度进行分析治疗。中医学将颈肩腰腿痛纳入“痹症”范畴，并指出其发病与多种因素有关，如肝肾不足、筋骨失养、风寒侵袭、年老体弱，过度劳倦以及存在不良姿势，造成筋脉受压，引起气血凝滞，“痛则不通”。

结合中医学对颈肩腰腿痛的认识，在临床上需要采取活血、祛风、止痛、消肿等治疗措施，观察组患者采取中医针灸综合疗法，具体包含了中医针灸、中药熏洗治疗以及康复训练指导。与对照组相比，经过治疗后的观察组总有效率达到96.00%，疼痛评分更低，腰椎曲度、腰屈曲范围更大，且患者治疗后的生活质量评分也更高，证实了中医针灸综合方法在颈肩腰腿痛治疗方面的临床疗效。

综上所述，对中医针灸综合治疗颈肩腰腿痛的临床疗效，有利于改善症状，纠正患者的腰椎屈曲，缓解疼痛，提高自身生活质量，综合疗效显著，值得推广应用。

参考文献：

[1] 李俊秋. 观察中医针灸综合治疗颈肩腰腿痛临床疗效[J]. 东方药膳, 2021(22): 188-189.  
 [2] 吴少帅. 分析中医针灸综合治疗颈肩腰腿痛临床疗效及缓解患者的临床症状[J]. 健康之友, 2021(13): 61-62.