

肌内效贴治疗腰痛的临床研究进展

王彩 林丕鹏 陈付艳 安秋菊

兴义民族师范学院 贵州 兴义 562400

[摘要]肌内效贴(KT)并不是一个新兴的名词。它起源于20世纪70年代,最初由日本的Kenzo Kass博士发明。它常用于运动损伤的预防。它是一种无创的治疗技术,可以减轻疼痛,放松相关肌肉,创造皮下组织和肌层空间,改善淋巴和组织液的流动,消除局部炎症,并代替治疗师的手进行持续的治疗。本文通过将腰疼的常规治疗,常规治疗与肌内效贴(KT)结合治疗的治疗效果相对比,探讨肌内效贴对腰痛治疗作用,以期更好为腰疼患者提供更好的康复治疗措施。

[关键词]肌内效贴;腰痛;运动疗法;传统中医疗法;物理疗法

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2021.12.306

Abstract: Intramuscular effect patch (KT) is not a new term. It originated in the 1970s and was originally invented by Dr. Kenzo Kass in Japan. It is often used in the prevention of sports injuries. It is a non-invasive therapeutic technique that relieves pain, relaxes associated muscles, creates subcutaneous tissue and musculocutaneous space, improves the flow of lymphatic and tissue fluid, eliminates local inflammation, and provides continuous therapy in place of the therapist's hand. In this paper, by comparing the treatment effect of the conventional treatment of lumbago, the conventional treatment with the combination of intramuscular adhesive tape (KT), to explore the effect of intramuscular adhesive tape on the treatment of lumbago, in order to provide better rehabilitation measures for patients with lumbago.

Key words: intramuscular effect patch; Low back pain; Exercise therapy; Traditional Chinese medicine therapy; Physical therapy

肌内效贴,由弹性胶布和背亲纸组成,不同于普通的胶布,其材质具有透气、防水、延展性好,操作简单的特点,因此肌内效贴的使用不需要使用特殊的手法,并且对使用者本身也不会造成正常身体活动上的限制^[1]。其使用作用机制主要是通过减少压力来减轻疼痛,使软组织疼痛得到消除,增加患者的感觉输入^[2]。针对帖扎部位的不同,肌内效贴可以被裁剪为各种形状,比如i型主要用于支持和放松肌肉,可以最大化保护或固定,也可以用于软组织受损。除此之外,还包括Y型、X型、灯笼型、扇形型、爪型^[3]。本综述围绕肌内效贴在结合不同方法治疗腰痛的临床研究进展,通过查阅近年来有关肌内效贴在治疗腰疼临床研究进展的相关文献,总结前人的经验与成果并提出自己的观点与看法。

1. 肌内效贴治疗腰痛

叶金波^[4]等按照随机分组的方法,对临床患有妊娠期下腰痛的患者进行对照研究,研究结果表明使用贴扎肌内效贴的患者的治疗效果优于使用贴扎安慰剂的患者,所以贴扎肌内效贴的方法值得在临床上研究使用。韩国栋^[5]等将就其医院的48例姿势性腰痛的患者,通过对照研究方法,观察两种方法的治疗效果。结果表明肌内效贴布在缓解姿势性腰痛症状优于传统贴膏。眭有昕^[2]等通过对肌内效贴治疗慢性非特异性腰痛的治疗效果的相关文献进行评价,使用相关软件进行Meta分析,研究结果表明,肌内效贴对治疗慢性非特异性腰痛的效果显著。

2. 运动疗法联合肌内效贴治疗腰痛

运动疗法联合肌内效贴治疗慢性腰痛的疗效研究应用在近几年来的报道较多。王芳^[6]等选取60例患有慢性下腰痛的患者,根据对照试验,采取随机分组,分为A组30例给予麦肯基技术治疗和B组30例给予麦肯基技术联合肌内效贴治疗。结

果表明B组的治疗效果优于A组。黄楠^[7]等将某训练基地的113例非特异性下腰痛患者,根据就诊顺序分为A组58例和B组53例,A组采用肌内效贴单独治疗,B组采用肌内效贴结合运动训练治疗。在治疗前后,对患者采用视觉模拟评分(VAS)和Oswestry功能障碍指数(OSW)对患者的疼痛症状和残疾指数进行评价,结果表明肌内效贴与运动训练联合应用更有益于治疗非特异性下腰痛。刘佳慧^[8]将患有腰椎间盘突出症的90例患者分为干预组49例给予核心肌群稳定训练联合贴扎肌内效贴布治疗和对照组49例给予贴扎肌内效贴布治疗。将治疗数据应用spss 21.0软件进行分析,研究结果表明,干预组的治疗效果优于对照组。由此可见运动疗法联合肌内效贴治疗腰痛的效果比运动疗法单独治疗腰痛的效果显著。

3. 传统中医疗法联合肌内效贴治疗腰痛

许菁^[9]等选取60例患有下腰痛的患者,按照随机数字表法将患者分为观察组30例给予传统腰部推拿的治疗和治疗组30例给予在观察组的基础上加上贴扎肌内效贴的方法治疗。观察组和治疗组均采用视觉模拟评分量表(VAS)对患者进行评定和Oswestry腰痛失能问卷调查量表(OPDQ评分)对患者进行评分,根据评定数据分析表明,采用治疗组的治疗方法治疗下腰痛的患者疗效比观察组好,在临床上值得推广使用。张安邦^[10]等选取60例患有慢性非特异性下腰痛的患者,按照本次临床研究治疗的方法不同,将患者分为对照组30例给予常规方法治疗和观察组30例给予针灸结合肌内效贴治疗。研究结果显示组内及组间差异均有统计学意义($P < 0.05$)且联合治疗组的疗效更为显著,表明针灸联合贴扎肌内效贴布治疗慢性非特异性下腰痛的效果优于常规方法治疗。张安邦^[11]等选取患有慢性非特异性下腰痛的患者60例,将其分为两组,观察组30例采用电针腰夹脊联合贴扎肌

内效贴治疗和对照组30例采用电针腰夹脊单独治疗。两组均采用相应的评定方法进行评定,根据对照研究表明,应用电针腰夹脊联合贴扎肌内效贴的方法治疗患者的效果优于采用电针腰夹脊单独治疗患者的方法,因此临床上应该推广使用。李少雄^[12]等选取90例患有腰肌劳损的患者,按照随机数字表法将其分为对照组30例给予推拿疗法,基层观察组31例和医院观察组29例给予推拿联合肌内效贴的治疗方法。通过对照研究的方法观察患者的康复情况,使用相关评分方法对患者进行评定,结果显示推拿联合肌内效贴的治疗效果显著,值得推广。陈晓琳^[13]等选取60例患有盘源性腰痛的患者,分为对照组30例给予口服药物治疗和治疗组30例给予口服药物治疗的基础上加用电针联合肌内效贴治疗。结果表明治疗组的治疗效果优于对照组。乔钧^[14]等应用临床研究试验,表明肌内效贴结合关节松动术可以更好的治疗老年人的非特异性下腰痛。由此可见传统中医疗法联合肌内效贴治疗腰痛的效果优于传统中医疗法单独治疗。

4. 物理因子联合肌内效贴治疗腰痛

曹贤畅^[15]等选取患有急性腰扭伤的64例患者,按照随机数字表法分组将患者分为对照组32例给予手法复位联合超短波进行治疗和观察组32例给予在对照组的基础上加上贴扎肌内效贴进行治疗,通过对照两组在使用不同方法治疗急性腰扭伤之后,哪一种治疗效果更好,结果表明观察组的治疗效果优于对照组,所以临床上应该推广使用观察组的治疗方法。陆斌^[16]等采用随机数字表法分组,将选取的患者分为两组。通过对照研究试验表明,肌内效贴联合深部肌肉刺激可以有有效的治疗非特异性下腰痛。由此可见物理疗法联合肌内效贴治疗腰痛有显著效果。

5. 小结

从上述临床研究来看无论肌内效贴是和传统中医疗法结合治疗,还是和运动疗法结合治疗,或者和物理疗法治疗腰痛,它的治疗效果都比单纯采用传统中医疗法、或运动疗法、或物理疗法效果显著,所以应加大肌内效贴在临床中结合其他治疗方法治疗疾病的应用,但就现存在的临床研究试验中,还存在着一些问题,首先,治疗者未对患者的后期治疗效果进行回访或回访人数较少;其次,治疗者对患者怎样粘贴肌内效贴的效果更好未进行研究;最后,治疗者在进行研究时选取的样本量较少。

参考文献

- [1] 孙菲, 田树峰, 杨晨, et al. 肌内效贴在康复中的应用现状 [J]. 中国运动医学杂志, 2019, 38 (3): 235-239.
- [2] 眭有所, 沈思捷, 朱悦, et al. 肌内效贴对慢性非特异性腰痛疗效的Meta分析 [J]. 中国康复理论与实践, 2019, 25 (886-894):
- [3] 林欣谕. 肌内效贴在康复领域应用及发展研究 [J]. 运动人体科学, 2018, 8 (19): 10-13.

[4] 叶金波, 王芳. 肌内效贴布对妊娠期下腰痛患者的临床疗效观察 [J]. 当代医学, 2019, 25 (14): 99-100.

[5] 韩国栋, 谭洁, 蒋再轶, et al. 肌内效贴贴扎疗法治疗姿势性腰痛的临床观察 [J]. 中国康复医学杂志, 2014, 29 (9): 857-859.

[6] 王芳, 叶金波. 肌内效贴联合麦肯基技术治疗慢性非特异性下腰痛的疗效 [J]. 实用疼痛学杂志, 2016, 12 (6): 424-427.

[7] 黄楠, 张军, 张亚军, et al. 肌内效贴联合运动训练治疗慢性下腰痛的疗效 [J]. 武警医学, 2015, 26 (2): 142-144.

[8] 刘佳慧, 徐宁, 李婷婷. 核心肌群稳定性训练联合肌内效贴治疗腰椎间盘突出症疗效观察 [J]. 颈腰痛杂志, 2020, 41 (2): 254-255.

[9] 许菁, 王中明, 李奎. 推拿联合肌内效贴治疗慢性非特异性下腰痛的临床观察 [J]. 湖北中医杂志, 2018, 40 (5): 52-54.

[10] 张安邦, 王铁刚, 敏董, et al. 针灸结合肌内效贴布治疗慢性非特异性下腰痛60例 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2018, 16 (17): 123-124.

[11] 张安邦, 王铁刚, 敏董, et al. 电针腰夹脊穴结合肌内效贴布治疗慢性非特异性下腰痛的临床研究 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2018, 16 (16): 116-117.

[12] 李少雄, 李春进, 丁梦江. 部队基层开展肌内效贴联合推拿疗法治疗腰肌劳损的可行性分析 [J]. 解放军预防医学杂志, 2020, 38 (11): 49-52.

[13] 陈晓琳, 老锦雄, 谢韶东, et al. 电针联合肌内效贴治疗急性期盘源性腰痛的临床观察 [J]. 中国中医急症, 2020, 29 (7): 1258-1260.

[14] 乔钧, 刘志浩, 王会儒, et al. 肌内效贴配合关节松动术治疗老年非特异性下腰痛患者的临床疗效观察 [J]. 老年医学与保健, 2017, 23 (3): 159-161.

[15] 曹贤畅, 吴小丽, 张和妹, et al. 肌内效贴布结合手法复位联合超短波对急性腰扭伤患者疼痛的缓解作用分析 [J]. 中国康复, 2018, 33 (4): 324-326.

[16] 陆斌, 赵晨光, 孙玮, et al. 肌内效贴联合深部肌肉刺激对战士非特异性下腰痛的疗效研究 [J]. 安徽医药, 2021, 25 (10): 1981-1984.

基金项目: 贵州省大学生创新创业训练计划项目(项目编号: S202110666081); 贵州省大学生创新创业训练计划项目(项目编号: S202010666002); 贵州省普通高等学校青年科技人才成长项目(黔教合KY字[2019]225); 贵州省教育厅高校人文社会科学研究项目(2020ZC101); 黔西南州科技计划项目(项目编号: 2021-2-45)