

督脉灸治疗腰椎间盘突出症的中医护理体会

夏玉芳

射洪市中医院 629200

【摘要】目的 探讨在腰椎间盘突出症的护理干预中,督脉灸的应用效果。**方法** 选取我院接诊的腰椎间盘突出症患者64例,随机分为观察组与对照组,每组各有患者32例,对照组接受常规中医护理,观察组在这一基础上施以督脉灸,对比两组干预结果。**结果** 观察组JOA评分明显高于对照组,且QOL测评结果更低($P < 0.05$)。**结论** 对于腰椎间盘突出症患者,督脉灸尤为必要,值得临床广泛推广运用。

【关键词】 腰椎间盘突出症; 中医护理; 督脉灸

【中图分类号】 R473.6

【文献标识码】 A

【文章编号】 1672-0415 (2021) 03-127-01

腰椎间盘突出症是一种多发病,下肢疼痛、腰痛是主要临床症状,久而久之下肢或臀部渐渐麻木,无法长时间行走,甚至影响了肌力,弯腰、翻身、行走等行动被限制。中医指出腰椎间盘突出症应当归属于“痹症”、“腰痛”等范畴,为此,在治疗期间应当给予疏通经络,活血祛瘀为主要治法^[1]。我科室通过反复的临床实践和文献研习,提出了在中医护理干预基础上施以督脉灸,取得了较好的临床效果。现对其具体治疗方法及效果做如下总结:

1 资料与方法

1.1 一般资料

本研究共纳入腰椎间盘突出症患者64例,随机分为观察组与对照组,其中对照组中女性20例,男性12例,年龄为(56.04±3.11)岁;观察组中女性22例,男性10例,年龄为(55.21±4.53)岁。对两组患者的基本资料(性别比例、平均年龄)进行t检验对比分析,结果不具有统计学意义, $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组接受常规中医护理,如情志护理、中药熏蒸、中药敷贴等。

观察组在这一基础上接受督脉灸,选择750g的新鲜生姜,慢慢地研磨成姜泥,再将其放到微波炉中加热到38—42℃,再把最佳的艾绒制作成2—3cm的艾柱条^[2]。选择大椎穴到腰俞穴为艾灸区域,协助患者取俯卧位,确保腰背部皮肤充分暴露在外,操作人员使用棉球,蘸取一些中药液,顺着施灸部位从上到下慢慢地涂抹,厚度大约为0.3—0.5cm。然后使用纱布将涂药部位盖住,再讲温热生姜泥铺在纱布上,生姜泥上置入备好的艾柱条,并点燃。完全燃烧后,重新换上艾柱条,一般情况下两柱便完成治疗。每天使用杵棒点穴联合督脉灸一次,每次至少半小时,一周为一个疗程,连续接受两个疗程的治疗。艾灸时,护士应勤于巡视与查看,并用心关爱患者,若出现烫伤、水泡等症状时,应立即停止艾灸。

1.3 观察指标

本研究选取JOA评分(日本骨科协会评估治疗分数)^[3]评价护理干预前后两组患者腰椎恢复情况,该评分范畴为0—29分,分值越高说明功能障碍越低。同时,运用生存质量测评表(QOL)^[4]进行生活质量评估,该量表主要包括四个部分,分别为日常生活能力、社会活动情况、抑郁心理情况、焦虑心理症状。由护士询问记分。每一项问题设置四个评分标准,1分表示最好,4分表示最差。把每一项得分相加,分值越高反映了生活质量较低。

1.4 统计学分析

所总结的调查数据处理选择SPSS22.0统计学软件,计量资料表示的单位为($\bar{x} \pm s$),采取t检验, $P < 0.05$ 代表存在统计学差异。

2 结果

2.1 两组患者干预前后JOA评分对比

据统计得知,干预前两组患者JOA评分对比差异较小($P >$

0.05);干预后,两组患者JOA评分均有所改善,且观察组增长幅度更大($P < 0.05$),详见表1。

表1: 两组患者干预前后JOA评分对比($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	治疗前	治疗后	t	P
对照组	32	2.23±1.24	20.24±1.12	5.214	< 0.05
观察组	32	2.54±1.04	25.97±1.42	6.325	< 0.05
t		0.491	7.258	—	—
P		> 0.05	< 0.05	—	—

2.2 两组患者生活质量比较

两组患者生活质量QOL测评结果比较,差异有统计学意义($P < 0.05$),见表2。

表2: 两组患者生活质量比较($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	QOL
对照组	32	13.84±1.38
观察组	32	10.36±1.02
t		13.142
P		< 0.05

3 讨论

腰椎间盘突出症往往是因腰部髓核机械性压迫神经根,诱发炎症或自身免疫不良反应。祖国医学指出,气血不足、气滞血瘀、寒邪入侵是该疾病的常见病因,现阶段除了手术治疗,中药内服、穴位注射、物理治疗等较为常见。其中,督脉灸是临床典型的中医外治方法,也被叫做“长蛇灸”、“铺灸”等。生姜性温和,能够阳化湿、温通气血;艾是一种纯阳物品,艾绒药物效能,再加上燃烧时所产生的温热作用,具有较强的活血化瘀、祛风散寒的功效。中医医学指出,皮肤是脏腑功能运动的主要表现,也是经络之气散发的关键,其同脏腑经络之间密切相连。督脉是人体主要穴位,处于脊背正中间,络于肾,是人体全部阳气的汇集之处,能够对脏腑进行有效温养,也是精气传输的主要路径,对其进行有效刺激,可加快药物吸收,实现温经散寒、祛湿通络的功效,进而有效改善临床症状。本研究结果表明,观察组JOA评分明显高于对照组,且QOL测评结果更低($P < 0.05$),这说明了督脉灸可减轻疼痛反应,加快腰椎功能恢复,提高生活质量,临床推广价值显著。

参考文献

- [1] 马春杰. 逐经督脉灸配合推拿治疗虚寒型腰椎间盘突出症的临床研究[J]. 内蒙古中医药, 2020, 39(02): 103—105.
- [2] 汤云慧. 对腰椎间盘突出症患者进行督脉灸对缓解其疼痛的效果[J]. 当代医药论丛, 2019, 17(16): 248—249.
- [3] 汪红莲, 夏艳丽, 鲁艳, 邓艳华, 李琳. 杵棒点穴联合督脉灸在寒湿痹阻型腰椎间盘突出症患者中的应用[J]. 护理学杂志, 2019, 34(13): 66—67+74.
- [4] 陈春微. 综合护理干预在督脉灸改良隔姜灸治疗寒湿痹阻型腰椎间盘突出症患者中的应用效果[J]. 中医外治杂志, 2019, 28(02): 55—56.