

平衡火罐结合督脉灸治疗血瘀气滞型腰痛的效果评价

夏玉芳

射洪市中医院 629200

【摘要】目的 探讨在血瘀气滞型腰痛患者康复治疗期间，采取平衡火罐+督脉灸的临床效果。方法 选取我院接诊的血瘀气滞型腰痛患者 30 例，按照随机数字排列法将其分为对照组与观察组，分别采取常规治疗、平衡火罐+督脉灸，对比两组患者 4 个疗程后疼痛症状情况。结果 观察组患者疼痛缓解时间、疼痛发作频次均明显低于对照组（ $P<0.05$ ）。结论 针对血瘀气滞型腰痛患者的康复治疗，平衡火罐+督脉灸更利于患者疼痛症状的改善，同时可提升临床效果，值得推广。

【关键词】腰痛；血瘀气滞；平衡火罐；督脉灸

【中图分类号】R274.34

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 10-038-01

祖国医学并没有腰椎间盘突出叫法，然而基于其症状，祖国医学将其叫做“腰痛”，且普遍为气滞、血瘀，治疗当采取疏通经络、活血化瘀为主要治疗方法。对此，本研究提出平衡火罐+督脉灸的治疗方法，现总结如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

自我科室 2020 年 1 月-2021 年 12 月接诊的血瘀气滞型腰痛患者中选取 33 例作为本次研究对象。(1)纳入标准：患者均根据《外科学》中相关标准确诊为腰痛，同时符合《中医病症诊疗标准》中血瘀气滞型标准^[1]；患者具有较高依从性，能够根据医嘱到院接受治疗。(2)排除标准：排除合并有其他骨科疾病；处于急性发病期阶段；处于哺乳、妊娠等特殊阶段；安排手术治疗；依从性较差，或者资料不全。根据随机数字排列法将 30 例患者分为两组，其中对照组患者 15 例，女性 8 例，男性 7 例，年龄为 26-75 岁，平均（52.26±6.48）岁，病程为 2-18 月，平均（11.16±1.25）月。观察组患者 15 例，女性 10 例，男性 5 例，年龄为 25-75 岁，平均（51.88±6.35）岁，病程为 2-18 月，平均（11.22±1.31）月。两组患者一般资料比较，差异均无统计学意义（ $P>0.05$ ），具有可比性。

1.2 方法

对照组为患者提供常规治疗方法，即嘱咐患者保持卧床休息，尽量避免弯腰动作，不提重物；若有明显疼痛反应，则为患者提供双氯芬酸钠缓释片口服用药，每日 1 次，每次 75mg。

观察组在患者常规治疗基础上，为患者提供平衡火罐+督脉灸治疗，具体方法：（1）督脉灸：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，再将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。期间需要密切注意艾条的燃烧情况，避免离患者穴位皮肤过近，或是掉落的灰屑灼伤患者。（2）平衡火罐：①闪罐：顺着两边的膀胱，一个从下往上，一个从上往下以顺时针进行来回闪罐，至少三次；②揉罐：采用闪罐所用的罐底，顺着膀胱经慢慢地以螺旋形从上往下进行揉罐，至少三回；③走罐：在背部涂抹上甘油，使用 3 号罐沿着膀胱经慢慢地从上往下走罐，至少三次；④抖罐：继续运用 3 号罐沿着膀胱经从上向下以 Z 字形手法进行抖罐操作，反复进行 3 个来回。（5）留罐：使用一次性纱布擦拭干净甘油，然后取双侧大肠俞、腰俞、脾俞、肾俞、环跳等穴位留罐五分钟。

两组以治疗 5d 休息 1d 为一个疗程，连续治疗 4 个疗程。

1.3 观察指标

对两组患者治疗期间腰部疼痛缓解时间、疼痛发作频次进行统计。

1.4 统计学分析

采用 Spss21.0 对研究涉及的相关数据进行统计学分析，计量资料以 t 值检验，计数资料以 χ^2 值检验，通过 P 值判断数据对比差异是否具有统计学意义， $P<0.05$ 的情况下表示数据对比差异具有统计学意义； $P>0.05$ 表示无统计学意义。

2 结果

两组患者疼痛缓解时间、疼痛发作频次比较，差异有统计学意义（ $P<0.05$ ），见表 1。

表 1：两组患者症状变化比较

组别	例数	疼痛缓解时间（d）	疼痛发作频次（次/周）
对照组	15	2.48±0.45	3.51±0.58
观察组	15	1.21±0.33	2.14±0.42
t	-	9.656	8.117
P	-	<0.05	<0.05

3 讨论

祖国医学指出，腰痛的发生发展主要是由于风寒入侵、肝肾亏虚、气血不畅、气滞血瘀、寒凝痹阻等因素共同作用所致，故血瘀气滞型尤为普遍^[2]。根据《景岳全书·腰痛》中的相关记载：“跌仆伤而腰痛者，此伤在筋骨而血脉凝滞。”血瘀阻滞引发流畅不通，不通则疼痛，故当施以活血化瘀治疗方法^[3]。平衡火罐以中医基本理论为指导，以传统罐法为核心，再配以推拿中揉法与擦法与热疗等强烈的物理刺激，积极发挥着温经通络、驱邪外达的作用，能够对人体阳气进行有效激发，对脏腑进行合理调和，有利于阴阳的平衡。督脉灸是中医施治的传统方式之一，其具有明显的疏通经络、修复经络受损以及改善气血运行等作用。而中医认为腰痛的主要原因，是脉络损伤、血气堵塞，因此采用针灸治疗腰痛，是完全适用的。同时，附加的艾条温热效应能够深层的作用于穴位深处，起到温补的效果，增强疗效。根据本次结果来看，疼痛缓解时间、疼痛发作频次分别为（1.21±0.33）d、（2.14±0.42）次/周，与对照组比较，表现为疼痛改善时间较短，发作次数明显下降的特点，且差异有统计学意义（ $P<0.05$ ），这再一次证实了平衡火罐+督脉灸治疗方案能够更好的帮助患者改善疼痛症状，取得较为显著效果。

参考文献

[1] 宋建美. 烫熨联合艾灸治疗气滞血瘀型腰痛的观察与护理[J]. 中国社区医师, 2021, 37 (31): 96-97.
[2] 傅晓峰. 温针灸辅助治疗对气滞血瘀型腰痛患者中医证候积分、疼痛及腰椎功能的影响[J]. 新中医, 2021, 53 (09): 122-125.
[3] 石雷, 林新晓, 李立华, 胡晓玲, 余珍珠, 张洁敏, 刘碧桦. 内外兼治法对血瘀气滞型腰痛腿痛症状改善的影响[J]. 世界中医药, 2017, 12 (09): 2080-2083.