

DOI: 10.12209/CAIM202310120058

· 中西医结合临床案例 ·

平衡火罐联合温灸器灸法治疗 1 例 气滞血瘀型神经根型颈椎病患者的护理

蔡力芝

(北京市平谷区中医医院 骨伤一科, 北京 101200)

摘要: 本文总结平衡火罐联合温灸器灸法治疗 1 例气滞血瘀型神经根型颈椎病患者的护理体会。运用中医辨证施护, 实施平衡火罐技术, 结合温灸器灸法, 加强患者功能锻炼、饮食及生活起居指导, 有效改善气滞血瘀型神经根型颈椎病患者的症状, 减轻患者痛苦。

关键词: 神经根型颈椎病; 气滞血瘀型; 平衡火罐; 温灸器灸法

Nursing of a patient with cervical spondylotic radiculopathy of qi stagnation and blood stasis type treated by balance cupping combined with warm moxibustion

CAI Lizhi

(Department of Orthopedics, Pinggu Hospital of Traditional Chinese Medicine, Beijing 101200)

ABSTRACT: This article summarized the nursing experience of a patient with cervical spondylotic radiculopathy of qi stagnation and blood stasis type treated by balance cupping combined with warm moxibustion. The application of TCM syndrome differentiation and nursing, the implementation of balance cupping technology, combined with warm moxibustion, strengthen patients' functional exercise, diet and daily life guidance, effectively improve the symptoms of patients with cervical spondylotic radiculopathy of qi stagnation and blood stasis type, and reduce the pain of patients.

KEY WORDS: cervical spondylotic radiculopathy; Qi stagnation and blood stasis type; balanced cupping; moxibustion with warm moxibustion apparatus

颈椎病是一种常见病、多发病,近年来其发病率呈上升趋势,严重影响人们的正常工作及生活,世界卫生组织(WTO)最新公布的《全球十大顽症》中颈椎病被列为世界第二大顽症。其中神经根型颈椎病在各型颈椎病中发病率最高,占 60%~70%^[1]。神经根型颈椎病(cervical spondylotic radiculopathy, CSR)是由于颈椎间盘和周围结构逐渐发生退行性变、骨质增生、或颈椎生理曲线改变后刺激或压迫颈神经引起的一组综合症状。其主要症状除了常见的颈肩疼痛、上肢麻木等外常伴有颈椎活动功能受限。

平衡火罐是指在“平衡理论”指导下,针对人体颈背部及经络重点穴位,采取闪罐、揉罐、走罐、抖罐、留罐手法,同时利用火罐负压及温热效应,

达到疏通淤阻,改善局部血液循环,推动气血正常运行的作用,从而缓解痛感^[2]。灸法古称“灸炳”,又称艾灸,指以艾绒为主要材料,点燃后直接或间接熏灼体表穴位的一种治疗方法,是针灸学的重要组成部分之一,也是中国重要的传统非药物治疗法之一。该法有温经通络,升阳举陷,行气活血,祛寒逐湿,消肿散结,回阳救逆等作用,并可用于保健。因艾制成的形式及运用方法的不同,可分为艾条灸、艾炷灸、温针灸和温灸器灸等数种。为解放医者双手,使灸法更简便、更容易、更安全,温灸器便出现了^[3]。运用平衡火罐技术联合温灸器灸法能够明显改善气滞血瘀型神经根型颈椎病患者的疼痛、颈部活动受限等症状,治疗效果满意,现报告如下。

收稿日期:2023-10-12

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

1 临床资料

患者男性,46岁,因“颈背部疼痛10余天”于2023年9月12日收入推拿科病房。患者主诉颈背部疼痛,颈部活动受限,后仰时右侧背部疼痛加重,右侧背部酸沉疼痛,偶有右上肢酸沉。查体:颈椎无畸形、无斜颈,双侧锁骨上窝对称;C5-7、T1-3棘突及双侧横突压痛(+),放射痛(-),双侧肩胛骨内侧缘压痛(+),颈椎活动受限,前屈15°、后仰15°、左侧屈20°、右侧屈20°,两侧颈肌紧张,弹性增高,旋颈试验(-),右侧臂丛牵拉试验(+),双侧椎间孔挤压试验(+).四肢皮肤温度及感觉正常,肌力V级,肌张力正常。饮食可,睡眠可,二便调。舌暗红,苔薄白,脉弦。患者无既往病史,无药物食物过敏史。中医诊断:项痹病,气滞血瘀证;西医诊断:神经根型颈椎病。遵医嘱给予患者平衡火罐疗法,重点穴位包括大椎穴、肩井穴、大杼穴;予温灸器灸法治疗,主要穴位包括颈夹脊、膏肓、肩井穴。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 疼痛评估

采用疼痛数字评分法(NRS)评估患者疼痛程度。NRS主要用于疼痛评估,分为4个等级。总分0分为无疼痛;1分~3分属轻度疼痛;4分~6分属中度疼痛;7分~10分属重度疼痛,得分越高,表示疼痛越强。对患者颈背部疼痛评估,评分4分,疼痛强度为中度。

2.1.2 颈椎活动度评估(ROM)

采用颈椎活动度评估(ROM)评估患者颈椎活动度。因条件有限,采用量角器测量,一般正常活动度:颈椎中立位屈伸活动度为35°~45°,左右侧弯为45°,左右旋转为60°~80°。本例患者颈椎活动度为前屈15°、后仰15°、左侧屈20°、右侧屈20°,患者颈椎活动受限明显。

2.2 护理诊断

患者疼痛明显,C5-7、T1-3棘突及双侧横突压痛(+),双侧肩胛骨内侧缘压痛(+),右侧臂丛牵拉试验(+),双侧椎间孔挤压试验(+).颈部活动受限,前屈15°、后仰15°、左侧屈20°、右侧屈20°。

2.3 护理计划

发挥中医技术特色优势,运用平衡火罐技术及温灸器灸法,达到温经通络、疏通瘀阻、行气活

血、消肿散结、减轻疼痛的作用。做好健康宣教,加强功能锻炼、饮食及生活起居护理。

2.4 护理措施

2.4.1 中医适宜技术

遵医嘱予患者平衡火罐治疗。患者取俯卧位配合治疗,暴露操作部位。步骤如下:①闪罐。沿颈部两侧膀胱经、两侧肩部分别闪3个循环,重点闪大椎穴、两侧肩井穴及大杼穴等重点穴位。②揉罐。在闪罐的基础上,利用罐体的热量,沿颈部按照先对侧膀胱经再督脉再近侧膀胱经的治疗顺序,自上而下带动局部皮肤做回旋动作,使热度渗透于拔罐部位。③走罐。在患者的颈肩部涂少量润肤油,沿颈项部经络来回走行3个循环,动作宜缓慢柔和,以患者感舒适为度。④抖罐。在颈肩部沿两侧膀胱经及两侧肩部斜方肌肌肉丰厚处,用手腕的力量带动火罐,进行左右抖动3个循环。以上两种方法具有提高神经、肌肉兴奋性,加快血液循环,推动新陈代谢。⑤留罐。根据颈项部经络腧穴走行,选取大小合适的火罐,分别在大椎穴、肩井穴、大杼穴及颈部肌肉丰富的部位留罐5 min,⑥起罐。手持罐体,另一手拇指按压罐口皮肤,空气进入罐内即可起罐。2次/周,为1个疗程,共治疗2个疗程。

遵医嘱予温灸器灸法治疗。使用温灸器,选大椎、膏肓、肩井穴,将艾炷置于皮肤上方2 cm~3 cm,进行悬灸,灸至潮红即可,1次/d,7 d为1个疗程,共治疗2个疗程。

2.4.2 健康指导

结合患者具体症状予如下常规护理措施:①功能锻炼:根据患者情况,循序渐进指导患者进行颈部拔伸、项臂争力、耸肩扩胸、仰首观天、翘首望月、颈部的保健“米字操”等锻炼,注意量力而行,避免过度用力。②饮食指导:进食行气活血、化痰解毒的食品,如:山楂、白萝卜、木耳等,避免煎炸、肥腻、厚味。③生活起居:避免长时间低头劳作,伏案工作时,每隔1 h~2 h,活动颈部,如仰头或将头枕靠在椅背上或转动头部。座椅高度要适中,以端坐时双脚刚能触及地面为宜。避免长时间半躺在床上,屈颈斜枕看电视、看书。睡眠时应保持头颈部在一条直线上,避免扭曲,枕头的颈部稍高于头部,避免颈部悬空。

3 结果和评价

两个疗程治疗及干预后,患者主诉颈背部疼

痛较前明显减轻,颈部活动受限情况好转,效果明显,详见表1。2023年10月7日患者治疗结束后两周,进行电话随访,患者遵从护理指导,颈背部疼痛已缓解,颈部活动受限情况未加重。

表1 疗效评估

评估项目	NRS	ROM			
		前屈	后仰	左侧屈	右侧屈
干预前	4分	15°	15°	20°	20°
第一疗程后	3分	20°	20°	25°	25°
第二疗程后	1分	30°	30°	35°	35°

4 讨论

古今医家认为,CSR可由体虚不固、久坐失枕、风寒湿邪侵袭等三个方面因素所致,属“项痹”之范畴,中医学观点认为“血为气母”“气滞则血凝”,由于长期伏案工作,CSR患者多存在血气运行凝滞,因而,多见气滞血瘀证候^[4]。刘胜等指出,CSR气滞血瘀证患者病机在于脉络气机不畅,认为“经脉通则不痛”^[5]。

火罐对于皮肤有较强的刺激作用,皮肤内的末梢神经将刺激信号传入大脑中枢,使脑的兴奋抑制平衡重新建立,从而达到改善机体疲劳状态,缓解局部疼痛症状的作用^[6]。平衡火罐是在中医经络学说基础上进行的火罐技术,主要作用于膀胱经、督脉^[7]。两经络体表皮肤毛细血管扩张,促进组胺释放,机体自我修复能力增强;同时,罐体自带的热力,局部气血增强,代谢产物加速运转,促进炎症消退,疼痛缓解。另外,治疗中大椎、肩井穴、大杼穴多次受到机械性刺激。大椎又名“百劳”,是气血阳气汇聚之所,有益气壮阳之功效。肩井穴主治肩背痹痛,手臂不举,颈项强痛等疾病。大杼穴,别名背俞,属足太阳膀胱经,为督脉别络。具强筋骨之功效,主治项背等疾患。平衡火罐反复牵拉、熨烫、挤压人体的大椎、大杼、肩井穴,可刺激穴位、疏通经络、调和气血、改善机体功能,有效减轻颈部疼痛,改善颈部活动功能。

艾灸具有理气行血、散寒除湿、温经通络等功效,对颈椎病的治疗具有一定的促进作用^[8]。北宋琼瑶真人所著《针灸神书》载:“浑身疼痛要升阳,气上提搓仔细详,若筋疼痛宜汗法,膏肓多灸莫针良。”为施用艾灸治疗痹证指引了方向^[9]。指压膏肓穴,可以治疗肩膀肌肉僵硬、酸痛。对大椎、膏肓、肩井穴进行艾灸,能够促进颈肩部血液循环、激发经气,舒筋活络,缓解疼痛、麻木等症

状,具有一定的有效性、可行性。同时采用温灸器固定艾灸,具有不易滑脱、稳固性好、安全性高,对提高护理服务质量有积极作用。综上所述,运用平衡火罐联合温灸器灸法可以有效缓解气滞血瘀型神经根型颈椎病患者的症状,疗效显著且安全,能有效减轻患者痛苦,值得临床推广。

患者知情同意:病例报告公开得到患者或家属的知情同意。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 王祥瑞,程志祥. 脊柱源性疼痛[M]. 上海: 上海科学技术出版社, 2021: 9.
- [2] 吴柯敏. 平衡火罐与中药塌渍在神经根型颈椎病康复护理中的应用[J]. 内蒙古医学杂志, 2021, 53(1): 122-123.
WU K M. Application of balanced cupping and Chinese medicine collapse in rehabilitation nursing of cervical spondylotic radiculopathy [J]. Inn Mong Med J, 2021, 53(1): 122-123. (in Chinese)
- [3] 汪容羽, 鲜浏霖. 温灸器的发展与展望[J]. 世界最新医学信息文摘, 2016, 16(65): 30.
WANG R Y, XIAN L L. Development and prospect of warm moxibustion apparatus [J]. World Latest Med Inf, 2016, 16(65): 30. (in Chinese)
- [4] 段生艳. 中医治疗神经根型颈椎病的临床研究概况[J]. 现代医学与健康研究电子杂志, 2020, 4(2): 141-144.
DUAN S Y. General situation of clinical research on treatment of cervical spondylotic radiculopathy with traditional Chinese medicine [J]. Mod Med Health Res, 2020, 4(2): 141-144. (in Chinese)
- [5] 刘胜, 刘玲, 海兴华, 等. 桂枝加葛根汤加味治疗神经根型颈椎病气滞血瘀证患者颈部、上肢功能的临床观察[J]. 中国实验方剂学杂志, 2020, 26(1): 92-97.
LIU S, LIU L, HAI X H, et al. Clinical efficacy of modified Guizhi Jia Gegen Tang on qi stagnation and blood stasis syndrome of cervical spondylotic radiculopathy and function of neck and upper limb [J]. Chin J Exp Tradit Med Formulae, 2020, 26(1): 92-97. (in Chinese)
- [6] 罗丹. 平衡火罐在气滞血瘀型腰椎间盘突出症患者护理中应用价值[J]. 辽宁中医药大学学报, 2020, 22(3): 215-218.
LUO D. Value of balance cupping in nursing patients with lumbar disc herniation of qi stagnation

- and blood stasis type [J]. J Liaoning Univ Tradit Chin Med, 2020, 22(3): 215–218. (in Chinese)
- [7] 江婉明, 杨帆, 邓眉敏, 等. 平衡火罐联合针刺法治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的临床研究[J]. 医学食疗与健康, 2021, 19(5): 30–31, 35.
- JIANG W M, YANG F, DENG M M, et al. Effect of Balanced Cupping and Acupuncture on Lumbar disc herniation with qi stagnation and blood stasis [J]. Med Diet Heath, 2021, 19(5): 30–31, 35. (in Chinese)
- [8] 曹玉华. 艾灸结合针刺治疗神经根型颈椎病临床观察[J]. 中国中医药现代远程教育, 2021, 19(14): 119–121.
- CAO Y H. Clinical observation on moxibustion combined with acupuncture in the treatment of cervical spondylotic radiculopathy [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2021, 19(14): 119–121. (in Chinese)
- [9] 廖焦鲁, 王竹行, 毛翔, 等. 基于量效学的艾灸治疗神经根型颈椎病的临床研究[J]. 湖南中医杂志, 2021, 37(11): 79–81.
- LIAO J L, WANG Z H /X, MAO X, et al. Clinical study on the treatment of cervical spondylotic radiculopathy with moxibustion based on dose–efficacy [J]. Hunan J Tradit Chin Med, 2021, 37(11): 79–81. (in Chinese)

声明:此案例经过本平台同行评议,全文开放获取,采用知识共享(CC 4.0 BY-NC-ND)许可协议,作者可在其他媒体再次发表。