

针灸康复护理在颈椎病护理中的应用效果分析

郭东霞

华北医疗集团石家庄华药医院 河北石家庄

【摘要】目的 探究针灸康复护理在颈椎病护理中的应用效果和使用价值。**方法** 选取我院收治的颈椎病患者84例,将其按照随机分组法分为对照组(42例,使用常规护理)和观察组(42例,使用针灸康复护理)。对两组的护理效果进行分析。**结果** 两组患者在接受护理后均取得一定效果,但观察组在采用针灸康复护理后,其颈椎功能评分、症状恢复时间、生活质量评分均优于对照组,差异均有统计学意义($P<0.05$)。**结论** 在颈椎病患者护理中,采用针灸康复护理能取得较佳的效果,可改善其颈椎功能,缓解其症状,提升其生活质量。

【关键词】 颈椎病; 针灸康复护理

Analysis of the application effect of acupuncture rehabilitation nursing in cervical spondylosis nursing

Dongxia Guo

North China Medical Group Shijiazhuang Huayao Hospital Hebei Shijiazhuang

【Abstract】Objective To explore the application effect and value of acupuncture rehabilitation nursing in cervical spondylosis nursing. **Methods** 84 patients with cervical spondylosis treated in our hospital were randomly divided into control group (42 cases, using routine nursing) and observation group (42 cases, using acupuncture rehabilitation nursing). The nursing effects of the two groups were analyzed. **Results** The two groups of patients have achieved certain results after receiving nursing care, but the observation group's cervical function score, symptom recovery time, and quality of life score after using acupuncture and moxibustion rehabilitation nursing care are better than the control group, and the difference is statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion** In the nursing of patients with cervical spondylosis, acupuncture rehabilitation nursing can achieve better results, improve their cervical function, alleviate their symptoms, and improve their quality of life.

【Key words】 Cervical spondylosis; Acupuncture rehabilitation nursing

颈椎是人体脊柱颈段的骨头,共7块。它们像砖块一样叠加在一起,颈椎之间有椎间盘,有缓冲震荡的作用。颈椎附近有重要的脊髓、神经、血管等结构走行,也有韧带肌肉等维持颈椎的稳定性^[1]。颈椎病是指椎间盘退变,进而导致椎间关节、韧带等退变,这些退变的组织压迫或刺激相邻的脊髓、神经、血管等,而出现一系列症状和体征的综合征。本病的症状表现多样,不同类型的颈椎病表现也不同^[2]。整体来看,最常见的症状是颈肩部疼痛和僵硬。因此,需对颈椎病患者采取有效护理措施。本文研究了对其使用针灸康复护理的应用效果,具体如下:

1 对象和方法

1.1 对象

选取我院于2021.07-2022.07月1年内收治的颈椎病患者84例。将其按照随机分组法,分为对照组(42例,男23例,女19例,年龄 45.37 ± 1.56 岁)和观察组(42例,男22例,女20例,年龄 45.41 ± 1.39 岁)。两组一般资料差异无统计学意义($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组采用常规护理方法,包括用药指导、日常生活指导、康复护理等。观察组在常规护理的基础上采用针灸康复护理,主要包括:

1.2.1 电针法

根据病情,每次取4-6穴。以颈项部、神经干上段为主穴。根据病痛扩散部位,循经选取远部穴位为配穴。以负极接主穴,正极接配穴。选疏密波,电流频率为每分钟120-300次,强度以患者忍受为度。每次15-20min,隔日一次,10次为1疗程,疗程间隔4-5d。电针是在针刺基础上结合通电的一种新疗法。当针刺穴位得气后,在留针过程中针体上通入特定的电流,用电刺激结合留针刺刺激,以达到适合的刺激量,使刺激的效应有所提高。

1.2.2 温针灸法

选取患者大椎、关元、气海、足三里穴位,在针刺得气后留针过程中,将艾绒捏在针柄上,点燃或装上1-2cm长艾条点燃,使艾绒点燃后的热力与针刺同时起作用达到康复目的。其能起到良好的温经通络、行气活血、祛湿散寒、解痉止痛与温阳补中、益气固表的作用。

1.2.3 耳针法

选取患者颈、颈椎、神门、枕、皮质下、肝、肾等相关穴位,每次选3-4穴,严格消毒后,以30号3.3cm长的毫针刺入0.7-1cm,每穴得气后留针20min,留针过程中行针2-3次,并配合颈部活动,幅度由小变大,每周2-3次,10次为一疗程。或以揸针行皮内针或王不留籽贴压耳穴,每穴按压3-5次/日,使产生酸、麻、胀、痛。每周1-2次,10次为一疗程。

1.2.4 头针法

神经根型患者取对侧感觉区上1/5的下段,对侧上肢感觉区;脊髓型取对侧运动区、双足运感区。快速进针,刺入一定深度后快速捻转,不提插。持续捻2-3min,留针10min,然后再重复捻转行针,

反复行针2-3min,此后即可出针。急性期,每日1次,缓解期隔日一次,10次为一疗程,疗程间隔4-5d。

1.2.5 刺血法

选取患者颈部夹脊穴、大椎、阿是穴,在颈项部穴位上用皮肤针中等刺激叩刺,或在颈项病变部位循经叩刺,待轻微出血后加拔火罐5min左右,使局部出血少许。每周1-2次,10次为一疗程。

1.3 观察指标

对两组颈椎功能评分进行对比,包括NDI评分(颈椎功能障碍指数问卷),满分50分,分数越低,障碍程度越低。VAS评分(疼痛评估量表),满分10分,分数越低,疼痛程度越低。CASCS评分(颈椎病临床评估量表),满分100分,分数越高,恢复越好;对两组症状恢复时间进行对比,包括疼痛恢复时间、麻木恢复时间、颈椎功能恢复时间;对两组生活质量评分进行对比,包括心理功能、躯体功能、物质生活、社会活动,每项总分均为100分,分数越高,生活质量越好。

1.4 统计学分析

使用SPSS22.0软件分析,使用t和“ $\bar{x}\pm s$ ”表示计量资料,使用 χ^2 和%表示计数资料, $P<0.05$ 为有统计学意义。

2 结果

2.1 两组颈椎功能评分对比

观察组颈椎功能评分明显优于对照组,差异均有统计学意义($P<0.05$)。如表1:

2.2 两组症状恢复时间对比

观察组症状恢复时间明显低于对照组,差异均有统计学意义($P<0.05$)。如表2:

表1 两组生活质量评分对比 ($\bar{x}\pm s$, 分)

组别	例数	NDI	VAS	CASCS
观察组	42	8.62±4.18	2.33±1.27	93.24±5.06
对照组	42	12.53±4.57	3.46±1.48	80.13±5.67
t	-	4.092	3.755	11.180
P	-	0.001	0.001	0.001

表2 两组症状恢复时间对比 ($\bar{x}\pm s$, d)

组别	例数	疼痛恢复时间	麻木恢复时间	颈椎功能恢复时间
观察组	42	4.33±1.67	6.91±1.09	7.94±2.08
对照组	42	7.85±1.45	8.87±1.63	11.35±2.54
t	-	10.315	6.478	6.732
P	-	0.001	0.001	0.001

2.3 两组生活质量评分对比

观察组心理功能 86.72±3.38 分、躯体功能 85.73±2.56 分、物质生活 84.35±3.27 分、社会活动 85.61±3.19 分；对照组心理功能 72.73±3.55 分、躯体功能 74.16±3.58 分、物质生活 73.62±3.33 分、社会活动 73.51±3.54 分。观察组生活质量评分明显高于对照组，差异均有统计学意义($t=18.497, P=0.001$ ； $t=17.037, P=0.001$ ； $t=14.899, P=0.001$ ； $t=16.456, P=0.001$)。

3 讨论

颈椎病很常见，25%40 岁以下的人，50%40 岁以上的人和 85%60 岁以上的人存在颈椎退行性变化。多见于 50 岁以上的人群，65 岁的患病率可高达 95%^[3]。其主要病因有：颈椎间盘退行性病变：这是颈椎病发生和发展最基本的病因。由于颈椎间盘退行性病变，导致椎间隙狭窄、颈椎稳定性下降，进而椎间关节、韧带等退变，最终压迫和刺激相邻的脊髓、神经、血管等结构，引起本病；损伤：急性损伤，如头颈部外伤，可以使原本退变的颈椎间盘和颈椎损害加重而引发本病。慢性损伤，如枕头过高、长时间低头等，会加速颈椎间盘退变颈椎发育性颈椎管狭窄；颈椎轻微退变，也容易发生本病^[4]。因此，需对颈椎病患者采取有效的护理措施。

中医认为颈椎病是由人体经脉气血引起的，经脉不通就导致了疼痛症状的出现^[5]。而针灸康复护理就是用精制的金属针刺入人体的一定部位中，用适当的手法进行刺激，灸法则是用艾条或艾炷点燃后熏烤穴位进行刺激，通过刺激来达到调整人体经络脏腑气血的功能和防治疾病的目的^[6]。针灸康复护理主要是通过改善局部血液循环，解除粘连和痉挛而起作用。相关研究表明，针刺可使血管痉挛得以缓解，使颈椎动脉血流增加；可使患者的主观疼痛感觉缓解，颈部肌电明显改善。颈椎病是退行性病变，针灸可缓解疼痛、改善症状，减少复发^[7-9]。在本研究中，通过对颈椎病患者实施针灸康复护理，观察组颈椎功能评分、症状恢复时间、生活质量评分均优于对照组，差异均有统计学意义($P<0.05$)。说明其可有效提升患者颈椎功能，缓解其症状，提高其生活质量。在王培培^[10]等研究中也表明，应用针灸康复护理于颈椎病患者中，能有效提升加快其

康复速度，提升其颈椎功能。与本研究结果类似，说明针灸康复护理具有较高的使用价值，值得推广。

综上所述，对颈椎病患者实施针灸康复护理，能有效改善其颈椎功能，促进其症状缓解，提升其生活质量。

参考文献

- [1] 钟振美. 针灸推拿联合康复理疗对颈椎病护理效果的影响[J]. 中国药物与临床, 2021, 21(09): 1619-1621.
- [2] 王英霞. 中医针灸推拿护理在颈椎病患者护理中的应用[J]. 黑龙江科学, 2020, 11(16): 68-69.
- [3] 刘素丽. 中医针灸推拿护理在颈椎病患者护理中的应用[J]. 临床医药文献电子杂志, 2020, 7(38): 95-97.
- [4] 丁珊. 针灸推拿与康复理疗相结合治疗颈椎病患者的护理体会[J]. 中国社区医师, 2021, 37(21): 115-116.
- [5] 苏淑云, 冯裕董, 吴惠团等. 针灸康复护理对颈椎病患者临床指标、生活质量及康复效果的影响分析[J]. 中国社区医师, 2021, 37(15): 143-144.
- [6] 胡冰星. 探讨针灸康复护理在颈椎病护理中的应用效果[J]. 中国社区医师, 2019, 35(30): 137.
- [7] 邱玉玲. 针灸康复护理在颈椎病护理中的应用效果分析[J]. 饮食科学, 2019(12): 235.
- [8] 曾惠莎. 颈椎病护理中针灸康复护理的临床护理效果分析[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2019, 7(13): 130.
- [9] 王兰芬. 针灸康复护理在颈椎病护理中的应用效果分析[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4(08): 104-105.
- [10] 王培培, 张文文, 郭菲菲. 针灸康复护理在颈椎病护理中的应用效果观察[J]. 黑龙江中医药, 2020, 49(02): 273-274.

收稿日期: 2022 年 10 月 13 日

出刊日期: 2022 年 11 月 25 日

引用本文: 郭东霞. 针灸康复护理在颈椎病护理中的应用效果分析[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1(8): 109-111
DOI: 10.12208/j.jmm.202200497

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网(CNKI Scholar)、万方数据(WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS