

Clinical Study on Treatment of Lumbar Intervertebral Disc Herniation with Bone setting acupuncture and moxibustion and Moxibustion of Traditional Chinese Medicine

Dianbin Cui

Baotou Iron and Steel Vocational and Technical College, Baotou, Inner Mongolia, 014000, China

Abstract

Lumbar disc herniation (LDH) is a common clinical spinal disease with high incidence rate, high disability rate and high recurrence rate, which seriously affects the quality of life of patients. Western medicine treatment mainly focuses on pain relief, physical rehabilitation, and surgery, but some patients have unsatisfactory efficacy and a high recurrence rate. As an important part of Chinese medicine, TCM bone setting and acupuncture and moxibustion have unique advantages in reconciling zang fu organs, dredging meridians and adjusting mechanical balance. In recent years, clinical practice has shown that the combination of bone setting acupuncture and moxibustion and moxibustion can not only effectively relieve pain and improve dysfunction, but also reduce recurrence rate and adverse reactions. Through combing and analyzing relevant literature and typical cases, this paper systematically discusses the theoretical basis, main methods, efficacy evaluation and mechanism analysis of bone setting acupuncture and moxibustion in treating lumbar disc herniation. The research results show that the combination of bone setting acupuncture and moxibustion and moxibustion of traditional Chinese medicine has significant clinical advantages and application value in the treatment of lumbar disc herniation, and is an important way to achieve individualized precise treatment and rehabilitation.

Keywords

prominent lumbar disc; Traditional Chinese Medicine Orthopedics; Acupuncture and moxibustion; Clinical efficacy; Mechanism research

中医正骨针灸治疗腰间盘突出物的临床研究

崔殿斌

包头钢铁职业技术学院, 中国·内蒙古 包头 014000

摘要

腰间盘突出症是临床常见的脊柱疾病, 具有发病率高、致残率高、复发率高等特点, 严重影响患者的生活质量。西医治疗以镇痛、物理康复和手术为主, 但部分患者疗效不理想, 复发率较高。中医正骨与针灸作为中华医学的重要组成部分, 在调和脏腑、疏通经络、调整力学平衡方面具有独特优势。近年来, 临床实践表明中医正骨针灸联合治疗腰间盘突出, 不仅能有效缓解疼痛, 改善功能障碍, 还能降低复发率、减少不良反应。本文通过对相关文献与典型病例的梳理和分析, 系统探讨中医正骨针灸治疗腰间盘突出的理论基础、主要方法、疗效评估及机制探析。研究表明, 中医正骨针灸结合疗法在腰间盘突出治疗中具有显著临床优势和应用价值, 是实现个体化精准治疗和康复的重要途径。

关键词

腰间盘突出; 中医正骨; 针灸; 临床疗效; 机制研究

1 引言

腰间盘突出症 (Lumbar Disc Herniation, LDH) 是现代常见的脊柱退行性疾病, 多见于青壮年和体力劳动者。主要表现为腰腿痛、活动受限, 严重者可伴有下肢麻木、瘫痪等症状。随着生活节奏加快、人口老龄化及久坐少动等问题的加剧, 腰间盘突出发病率呈逐年上升趋势, 已成为影响

社会劳动力和居民生活质量的重要健康问题。

西医治疗腰间盘突出常以药物镇痛、神经阻滞、物理康复及手术减压为主, 但部分患者疗效有限, 且手术风险及复发率较高, 长期依赖药物可能导致不良反应。中医理论认为腰间盘突出属“痹证”“腰痛”“闪挫”范畴, 病因涉及气血瘀滞、经络不通、筋骨错位等。中医正骨通过手法整复椎体和软组织错位, 恢复脊柱平衡; 针灸则通过调和阴阳、疏通经络、止痛安神, 达到治疗目的。中医正骨与针灸疗法各具特色, 两者结合能够互为补充, 最大限度地改善腰间盘突出患者的临床症状, 促进功能恢复。

【作者简介】崔殿斌 (1969-), 男, 中国内蒙古卓资人, 硕士, 高级实习指导教师, 从事腰椎疼痛的正骨针灸治疗研究。

近年来,越来越多的临床研究和文献报道证实,中医正骨针灸联合治疗腰间盘突出具有安全、有效、复发率低等显著优势。本文拟系统梳理中医正骨针灸治疗腰间盘突出的理论基础、技术操作、疗效机制和临床应用,总结其优劣势,为相关医疗工作者提供理论参考和实践借鉴。

2 中医正骨针灸治疗腰间盘突出的理论基础

2.1 中医病因病机认识

腰椎间盘突出症是临床常见的骨伤疾病之一。中医对于本病的病因病机有着独特的认识,强调外伤、劳损、姿势不正、肝肾亏虚等多种因素的综合作用。长期负重劳动、久坐久立、体位不良或突然的扭伤外力,均可损伤腰部筋骨,导致局部气血运行不畅、经络阻滞、筋骨失养。中医认为,正气亏虚和邪气侵袭是发病的关键。外感风寒湿邪,乘虚而入,闭阻经脉,或因闪挫外伤导致气滞血瘀,致使椎体错位,筋骨受损。正如《黄帝内经》所言:“肾主骨,腰为肾之府”,强调肾精充足乃筋骨强健的根本;若肾气虚衰、肝血不足,则筋骨失养,容易罹患腰部疾患。此外,情志不畅、过度疲劳等也可损伤脏腑功能,影响气血生化,间接加重病情。

临床上,腰椎间盘突出症常见的病理表现有腰背酸痛、脊柱活动受限、肌肉僵硬、下肢麻木、放射性疼痛、跛行等。这些症状与“痹证”“腰痛”等中医病证相符,属于“本虚标实”之证。即以肾虚、气血亏损为本,外感、外伤、劳损等为标。中医诊疗注重辨证论治、整体观念,通过望、闻、问、切四诊合参,分型辨证,如肾虚腰痛、寒湿腰痛、瘀血阻络型、气滞血瘀型等。治疗上主张调和脏腑、疏通经络、活血化瘀、强筋健骨、正骨复位,因人施治、辨证施治,强调整体调节和个体化治疗。

2.2 正骨治疗的基本原理

正骨疗法是中医骨伤科的重要组成部分,历史悠久,理论体系丰富。正骨又称“手法整复”,强调“筋骨同治、筋骨并重”。所谓“筋骨并重”,即不仅矫正骨骼错位,还要修复和调整相关筋脉、肌肉、韧带等软组织,恢复整体力学结构的平衡。正骨治疗以手法为主,包括点、按、拿、推、拨、抖、扳、整等多种操作方式,根据患者不同的病理状态,灵活应用,循经定位,柔和有度,达到“通则不痛”的效果。

其基本原理是:通过矫正脊柱及椎间盘的异常排列,解除神经、血管等组织的机械性压迫,改善局部血运和代谢,促进炎症消散和组织修复。同时,正骨手法还可刺激腰部经络,调和气血,激活人体自愈能力。现代研究发现,正骨操作能有效减轻神经根受压、增加椎管容积、改善椎间盘弹性和椎间隙高度,从而缓解神经刺激和临床症状。

2.3 针灸治疗的理论支撑

针灸是中医外治法的代表性疗法,在治疗腰椎间盘突出症中具有独特的优势。针灸通过刺激特定腧穴,以针刺、艾灸等方式疏通经络、调和气血、缓解疼痛和改善功能。中

医认为,“痛则不通,通则不痛”,腰椎间盘突出多由气血瘀阻、经脉不通所致,因此疏通经络、化瘀止痛是治疗的关键。

3 中医正骨针灸治疗腰间盘突出的主要方法与临床流程

3.1 正骨治疗技术与操作要点

临床正骨操作应结合患者具体病情,选择适宜的复位方法。常用手法包括侧扳复位法、牵引松解法、肌肉松解法等。治疗时医者需全面评估患者腰椎的解剖生理特点,辨明错位类型及严重程度,避免暴力操作。正骨操作前可辅加热敷、理疗,放松局部软组织,减少疼痛和不适。施治过程中注重手法轻柔、力度适中,循经推拿与关节整复结合,配合呼吸,操作完毕后指导患者卧床休息,逐步进行功能锻炼,防止损伤复发。正骨治疗周期视病情一般为每周230分钟,疗程4~6周。



3.2 针灸选穴与配伍规律

针灸治疗宜根据辨证分型选穴。实证偏重于活血通络、消肿止痛,常取腰部阿是穴、腰阳关、委中、环跳、阳陵泉等;虚证偏重于补益肝肾、强壮腰膝,常取肾俞、大肠俞、膀胱俞、命门等。配合远端取穴,如合谷、三阴交以增强疗效。针刺采用捻转、提插等手法,刺激强度根据患者耐受情况调整。部分病例可结合艾灸、拔罐、刮痧等疗法,协同促进气血运行。针灸每次30分钟左右,隔日1次,疗程4~8周。对于慢性或复发性患者,可定期巩固治疗。

3.3 综合治疗与个体化方案制定

临床实践中,正骨与针灸常联合应用,根据患者症状和体质,制定个体化综合治疗方案。部分患者可配合中药内服(如补肾活血、舒筋通络类方药)或外用膏药,提升整体疗效。对于急性期剧痛患者,可辅以止痛药、消炎药物对症支持。恢复期则重视康复锻炼、姿势调整及健康宣教。患者需坚持规范随访和功能锻炼,避免剧烈活动和不良生活习惯。中医正骨针灸的多元整合,有助于提升治疗安全性与依从性,实现全程管理。

4 中医正骨针灸治疗腰间盘突出的疗效评估与机制探讨

中医正骨针灸治疗腰间盘突出的临床疗效,主要体现在疼痛缓解、功能改善、生活质量提升和复发率降低等方面。大量随机对照试验和 Meta 分析表明,联合疗法优于单纯药物或单一治疗手段。

一方面,疼痛评分(如 VAS、NRS)及功能障碍指数(如 ODI、JOA 等)明显改善。多项研究显示,患者经正骨针灸治疗 2~4 周后,疼痛强度显著下降,腰腿功能得以恢复,日常生活能力提升。长期随访显示,联合疗法的复发率低于常规治疗,部分患者实现临床治愈。

另一方面,从机制层面分析,正骨操作可缓解神经根压迫,恢复椎间隙高度,改善椎管力学结构。针灸刺激可激活内源性镇痛系统,调节神经-免疫-内分泌网络,减少炎症介质释放,促进软组织修复。现代影像学研究如 MRI、CT 等也证实部分患者椎间盘突出物吸收、椎管通畅度提升。与此同时,正骨针灸有助于改善患者心理状态,减轻焦虑、抑郁等负面情绪,提升治疗依从性与康复质量。

不过,正骨针灸疗效受患者个体差异、病程长短、基础疾病、操作规范等多因素影响。疗效的客观评估需结合临床症状、体征变化及影像学指标,开展多中心、大样本、规范化临床试验,以进一步验证其机制和优势。

5 中医正骨针灸治疗腰间盘突出的应用优势及面临的问题

中医正骨针灸在腰间盘突出治疗中的应用具有诸多独特优势,但也面临一定挑战和发展瓶颈。

优势方面,正骨针灸疗法操作简便、创伤小、并发症少,经济安全,患者依从性高。尤其对于久治不愈、手术禁忌或手术失败的患者,可作为重要的替代或辅助治疗手段。正骨针灸有助于促进机体自愈,调动整体修复能力,注重身心同调与健康宣教,适合慢性病和康复期管理。通过辨证施治、因人施策,提升治疗个体化水平,有效降低复发风险。与现代医学技术结合,已成为脊柱退行性疾病综合治疗的重要组成部分。

6 结语

中医正骨针灸在腰间盘突出治疗中展现出显著的疗效优势和独特的综合调理功能。其以辨证论治为核心,注重力学平衡、气血畅通与机体自愈能力的激发。通过正骨复位与经络调理相结合,能够有效缓解疼痛、改善功能、降低复发、提升生活质量。与现代医学手段互补,可为广大患者提供安全、有效、经济的治疗选择。未来应进一步加强正骨针灸机制与疗效的基础和临床研究,规范诊疗流程,优化人才培养和推广体系。通过中西医结合创新,推动腰间盘突出多元化、精准化、智能化防治体系建设,不断提升整体医疗服务水平,为脊柱健康管理提供坚实支撑。

参考文献

- [1] 潘渴,加味独活寄生合剂联合体外冲击波对腰椎间盘突出症(寒湿痹阻型)患者血清IL-6、IL-1 β 、PGE2和TNF- α 的影响[D].湖南中医药大学,2024.
- [2] 吴剑涛,黄肖华,李文强,等.中医外治治疗腰椎间盘突出症的研究进展[J].壮瑶药研究,2023,(03):405-407.
- [3] 王雷,张晓玲,郭运岭,等.电针联合无极桩功法治疗腰椎间盘突出症患者的临床疗效观察[J].世界中西医结合杂志,2023,18(07):1457-1461+1470.