

颈椎病针灸治疗效果如何?

黄 艺

四川赫尔森康复医院 四川 成都 610000

【中图分类号】R246

【文献标识码】A

【文章编号】2096-1685(2021)31-0002-01

颈椎病是指颈椎间盘退变,进而导致椎间关节、韧带等退行性病变,这些病变组织压迫或刺激相邻的脊髓、神经、血管等出现一系列症状和体征的综合征。由于生活方式的改变,伏案工作增加以及手机、电脑等使用率越来越高,导致颈椎病已成为当代社会群体普遍存在的一种疾病,且呈年轻化趋势。

根据不同组织结构受累而出现的不同临床表现,可将颈椎病分为颈型、神经根型、脊髓型、椎动脉型和交感型等不同类型。颈椎病的治疗方法主要分为手术治疗和非手术治疗。临床上,绝大多数颈椎病患者采用非手术治疗即可治愈或缓解,只有少数严重脊髓型颈椎病需要进行手术治疗。

中医治疗如针灸、推拿、拔罐、艾灸等对颈椎病有明显疗效,与西医治疗相比,具有疗效好、副作用少、花费低等优势。其中针灸作为中医治疗颈肩腰腿痛的常用方法之一,具有操作简单、不良反应少等优点,在临床应用广泛,且能发挥出显著疗效,值得深入研究。

1 单纯针刺疗法

根据针刺穴位所在部位不同,可以将单纯针刺疗法分为体针疗法、腕踝针疗法、头针疗法及腹针疗法等,其中,体针疗法在临床上的应用范围最为广泛。部分临床医生将夹脊穴作为针刺主要穴位治疗颈椎病,操作过程中以针感向上肢放射为宜,具有显著治疗效果。部分医者根据患者的临床表现进行辨证分型,如肾虚型、气血不足型及痰浊上扰型,以风池、肾俞、百会等穴位为主穴,同时配合其他穴位进行治疗,也取得较好的临床疗效。透刺法治疗颈椎病也颇受医者们的欢迎,此方法是在患者两侧斜方肌外缘处最为明显处进针,并根据患者的症状配合选用其他穴位。有些医生将夹脊穴针刺治疗与“纳络取穴法”联合应用,选取值时经和对称经上的络穴进行治疗。临床证实神经根型颈椎病患者采取外关穴针刺治疗疗效更佳,在选择外关穴作为治疗穴位时,指导患者缓慢转动自身头颈部,配合治疗。有研究者对比了神经根型颈椎病、椎动脉型颈椎病、脊髓型颈椎病及交感型颈椎病患者采用针灸治疗的疗效,其中,对神经根型患者取风池、夹脊、肩井等穴位,并进行指尖放血操作;对椎动脉型患者取风池、夹脊、百会等作为主穴;脊髓型取风池、夹脊、台谷、环跳、肩井等穴;交感型取风池、百会等为主穴;研究结果表明,在这种四种类型的颈椎病当中,借助于单纯针刺疗法能使神经根型和椎动脉型患者收获显著疗效,并且起效速度较快,而其他两种类型颈椎病的治疗周期较长。

2 电针疗法

电针疗法是将针刺入穴位获得针感后,在针灸针上接通电针仪,利用针和微弱电流两种刺激相结合,以达到防治疾病的方法。临床上应用电针治疗颈椎病时,常采用夹脊穴作为主穴,并根据患者的症状表现选择其他辅助穴位。电针治疗颈椎病被证实具有很高的治疗有效率。电针作用于腧穴,通过对腧穴不断地刺激,促使机体产生内源性阿片肽类物质的释放,从而产生止痛效果。同时电针在治疗过程中能使局部肌肉产生微弱、有节律的跳动,增强局部肌肉收缩和舒张的幅度,从而促进局部血液循环,缓解软组织张力,使软组织气血通畅并得到滋养。

3 水针疗法

水针疗法是在临床治疗过程中将西药与针灸治疗相互结合,比较常用的是将4mL浓度为2%的利多卡因、醋酸曲安奈德注射

液注射于风池穴、阿是穴,该方法能有效治疗颈性眩晕。据统计,其治疗有效率在90%以上。另有医者在风池穴与颈夹脊穴注射10%的川穹注射液,主要治疗对象为椎动脉型颈椎病患者,在接受治疗的患者群体中,约有一半以上有病情好转迹象。将丹参注射液、地塞米松注射液注射于大椎等关键穴位,能起到较好治疗效果,并且联合应用此两种药物的治疗有效率非常高。针对椎动脉型颈椎病患者,可以尝试将醋酸曲安松混悬液与利多卡因注射液注射在双侧的百劳穴,研究证明其治疗有效率较高。

4 温针灸法

温针灸法是将针刺与艾灸相结合的一种方法,即在留针过程中,将艾绒搓团捻裹于针柄上点燃,通过针体将热力传入穴位。有研究者为了观察温针灸法治疗颈性眩晕是否有效,设置西医对照组进行对比实验。研究结果发现将风池穴作为主要穴位进行温针灸治疗,治疗有效率可高达96%;温针灸组不仅取得良好的治疗效果,且患者椎-基底动脉改善情况较西医对照组更加明显。有研究表明,采用温针灸督脉与阳经穴位治疗颈椎病,其治疗有效率可达94%。将风池、大椎、颈夹脊、颈部阿是穴等穴位作为温针灸法的主要操作穴位,在操作完毕后,将药液涂抹在上述穴位处,并同时放置艾灸盒进行治疗,发现还可提高其治疗有效率。

5 穴位埋线法

穴位埋线是根据中医的辨证原则,将不同型号的羊肠线或外科可吸收线,通过工具埋入相应穴位内,通过埋线对穴位的持续生化刺激作用来预防和治疗疾病的中医外治方法。穴位埋线治疗颈椎病常用穴位包括颈夹脊穴、大椎、大杼、风门、肩井、曲池、外关、合谷、阳性穴位及脐周穴等。有研究表明,穴位埋线较针刺和电针能提高临床有效率;穴位埋线治疗神经根型颈椎病能有效改善患者的VAS评分,且优于单纯针刺治疗。有医者在双侧颈穴1及颈穴2采取埋线治疗,总体有效率较高;另有学者埋线于双侧夹脊穴处治疗椎动脉型颈椎病,治疗有效性也得到了认可。

6 小针刀疗法

小针刀疗法是一种新型中医治疗方法,其通过松懈颈椎病病变部位关节囊,剥离粘连组织,以达到促进炎症消退、改善局部组织缺血症状的目的,同时缓解颈肌肉痉挛情况,从而发挥较好的干预效果,减轻临床症状。有医者在患者颈部棘突间及棘突旁1~2cm的压痛点或结节处,采取小针刀治疗法,所治疗的20多例患者全部收获显著疗效。临床研究通过比较常规针灸疗法、小针刀疗法用于治疗颈型颈椎病患者患者的疗效发现,小针刀治疗颈型颈椎病患者具有较好的治疗效果,可改善颈椎活动度,减轻患者的临床症状。

综上所述,针灸治疗颈椎病手段众多,大部分治疗手段都具有较高的临床治疗有效率,且治疗过程中不会产生明显的副作用,总体治疗费用较低,是一种非常便捷、患者易于接受的治疗方法,值得在临床推广和应用。然而,目前对于针灸治疗颈椎病的作用机理尚未十分明确,针灸治疗颈椎病的疗效尚可,但并不能完全治愈,未来需研究更多的治疗疗法,为颈椎病合理治疗方案的选择提供参考,从而进一步提高患者整体获益,改善其生活质量。