

# 探究经雷火灸治疗腰腿痛行中医特色护理的应用效果

陈彩霞

广州市天河区中医医院 广东广州 510630

**摘要：**目的：分析腰腿痛患者在雷火灸治疗期间接受中医特色护理的相关效果。方法：对2021年10月至2022年12月就诊于我院腰腿痛并进行雷火灸治疗的患者100例进行研究，经随机数字表法分成对照组（常规护理）和观察组（中医特色护理），各50例，比较两组患者疼痛程度、直腿抬高高度、腰椎功能试验、治疗有效情况、情绪状态、康复指标以及生活质量。结果：观察组VAS评分、JOA评分、治疗有效率、直腿抬高高度、SAS、SDS评分、症状改善时间以及在情感职能、活力、精神健康、社会功能、生理功能、生理职能、躯体疼痛、总体健康方面的生活质量评分，均优于对照组各项数据（ $P < 0.05$ ）。结论：雷火灸对于改善腰腿痛患者不良情绪，减轻腰腿疼痛感，提高中医特色护理治疗效果，促进患者功能恢复有确切效果，有利于提升患者生活质量，提高其康复质量。

**关键词：**腰腿痛；雷火灸；中医特色护理；护理效果

## To explore the application effect of traditional Chinese medicine characteristic nursing on treatment of lumbago and leg pain by lightning moxibustion

Caixia Chen

Guangzhou Tianhe Hospital of Traditional Chinese Medicine, Guangzhou 510630, China

**Abstract:** objective : to analyze the related effects of traditional Chinese medicine (TCM) nursing on patients with low back and leg pain during the treatment of lightning-fire moxibustion. Methods: a total of 100 patients with lumbago and leg pain were 2021 from October to December 2022, the patients were randomly divided into control group (routine nursing) and Observation Group (LRB-traditioChinesenese medicine characteristic nursing) with 50 cases in each group, the pain degree, straight leg elevation, lumbar function test, therapeutic efficacy, emotional state, rehabilitation index and quality of life were compared between the two groups. Results: in the Observation Group, VAS score, JOA score, effective rate of treatment, straight leg elevation, SAS, SDS score, time of symptom improvement, and life quality score of emotional function, vitality, mental health, social function, physiological function, physical function, physical pain, and general health were recorded, all the data were better than those of the control group ( $p < 0.05$ ). Conclusion: Thunder-fire moxibustion has definite effect on improving the patients' bad emotion, relieving the pain feeling of waist and leg, improving the effect of nursing treatment with traditional Chinese medicine characteristics, promoting the recovery of patients' function and improving the quality of life of patients, improve the quality of rehabilitation.

**Keywords:** lumbago and leg pain; Thunder-fire moxibustion; traditional Chinese medicine characteristic nursing; nursing effect

腰腿痛具有诸多致病因素，包括腰椎间盘突出、腰肌劳损、骨质疏松、腰椎退行性变等，这一病症并非疑难杂症，但是病程迁延容易反复发作，且患者疼痛程度与疼痛部位容易受病因、环境、生活习惯等方面因素的影响而发生变化，所以对患者的正常生活、工作以及心理造成较大的困扰。中医学认为，腰腿痛与患者肾亏体恤、外邪侵入、气滞血瘀等有关，通过雷火灸治疗能够取得良好的效果。除此之外还需要配合有效的护理措施进行干预，以保证疗效。为此我院在对腰腿痛患者展开雷火灸治疗的同时，联合实施了其它中医特色护理治疗，并通过对照试验的方式分析了该护理模式的作用与优势，研究详情如下：

### 一、资料与方法

#### 1.1 一般资料

本次研究对象为我院行雷火灸治疗的腰腿痛患者100例，研究时间：2021年10月至2022年12月，采用随机数字表法分组处理。对照组50例，27例患者为男性，23例为女性，年龄18-65岁，均龄（ $40.2 \pm 5.8$ ）岁，平均病程

（ $7.6 \pm 1.4$ ）个月；观察组例数同对照组，男女各为25例，年龄20-64岁，均龄（ $41.8 \pm 5.2$ ）岁，平均病程（ $8.2 \pm 1.8$ ）个月。基础资料对比无差异（ $P > 0.05$ ）。

纳入标准：①符合临床对腰腿痛的诊断标准；②患者知情研究内容且配合度较高；③急性疼痛或慢性疼痛。

排除标准：①腰椎、下肢骨折等其他原因所引起的疼痛；②认知障碍，配合度不高；③合并感染性疾病、血液系统疾病等。

#### 1.2 方法

两组均接受雷火灸治疗。对照组实施基础宣教、皮肤护理、病情观察、饮食指导、改善病房环境等常规护理措施。

实验组在治疗基础上实施中医特色护理，具体措施包括：①加强对患者情志护理，为患者详细讲解疾病相关知识，鼓励患者保持良好心情，转变其对疾病的错误认知，并告知患者雷火灸对腰腿痛的有利影响，分享成功病案，增强患者治疗信心；根据患者疾病特征，灵活应用情志生克相关理论，疏导患者不良情绪；保持温和态度与患者及其家属接触，使患者获得医护人员充分的关怀，并在交流

过程中尽量避免谈及与疾病有关的话题,转移患者对疼痛注意力。②根据中医辨证论治特点,为患者提供辨证护理。针对气滞血瘀型,可叮嘱患者食用黑木耳、金针菇、白萝卜、山楂的具有活血化瘀、温通经络效等食物,并减少甜腻、肥厚类食物摄入,同时可选择中医定向透药、中药熏药治疗等方法进行干预,达到活血化瘀效果;针对寒湿型,需为患者提供生活指导,叮嘱其根据天气变化增减衣物,做好腰腿部保暖,同时可在睡前进行热水泡脚驱散寒气,若疼痛发作,可选择具有散寒祛湿效果的药物调制为敷贴,为患者进行穴位贴敷,在贴敷过程中注意观察患者有无不良反应,同时可指导患者食用羊肉、胡萝卜、红枣、桂圆等具有温热性味的食物,并禁止患者食用生冷寒凉类食物;针对肾虚型,需遵医嘱为患者提供具有补肾益气作用的中药汤剂,并可指导患者进食具有滋养肝肾效果的食物,如绿豆、枸杞子、核桃、香菇、蛋黄等<sup>[1]</sup>。③告知患者日常生活中注意事项,例如睡硬板床、弯腰时尽量使腰部与地面保持垂直、坚持有氧运动锻炼、坚持按摩腰腿部缓解疼痛等。

### 1.3 观察指标

①疼痛程度:参照视觉模拟评分法(VAS)判定患者疼痛程度,总分10分,0分表示无痛,分数越高代表疼痛程度越严重,

②腰椎功能:应用日本骨科协会腰椎JOA评分反映两组护理前后腰椎功能,总分29分,分数越低表示功能越差。

③直腿抬高高度:通过直腿抬高实验记录两组直腿抬高

度,并进行对比。

④临床疗效:腰疼和下肢疼痛症状消失,相应症状和体征和表现消失,直腿抬高实验改善70%以上为痊愈;腰腿部和下肢疼痛缓解明显,相关症状表现明显好转,直腿抬高实验改善幅度在60%—70%之间为显效;疼痛感和临床症状好转,直腿抬高实验改善幅度不足60%为有效;未及上述标准为无效<sup>[2]</sup>。总有效率=(1-无效例数/总例数)×100%。

⑤情绪状态及康复指标:记录两组症状改善时间及住院时间,同时应用SAS、SDS量表,评估两组焦虑、抑郁情绪变化情况,前者临界分值50分,后者临界分值53分,分值高,情绪状态差。

⑥生活质量:通过SF-36量表对两组在情感职能、活力、精神健康、社会功能、生理功能、生理职能、躯体疼痛、总体健康共8个维度的生活质量进行评价,每个维度总分100分,分值与生活质量成正比。

### 1.4 统计学处理

数据录入软件SPSS28.0后统一处理,计数资料经百分数(%)表示, $\chi^2$ 检验,计量资料由 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,以t检验, $P < 0.05$ 提示数据有差异。

## 二、结果

### 2.1 疼痛程度、腰椎功能和直腿抬高高度

相比于对照组,观察组VAS评分更低,JOA评分及直腿抬高高度更高, $P < 0.05$ ,见下表1。

表1 两组疼痛程度、腰椎功能和直腿抬高高度对比 $(\bar{x} \pm s)$

组别	VAS(分)		JOA(分)		直腿抬高高度(°)	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组(n=50)	6.25±2.54	3.64±1.28	14.36±3.72	19.31±4.21	39.58±6.24	54.19±10.37
观察组(n=50)	6.32±2.32	1.87±0.82	14.52±3.81	24.56±5.08	39.62±6.45	78.63±10.44
t	0.143	8.233	0.212	5.626	0.031	11.744
P	0.885	0.000	0.832	0.000	0.974	0.000

### 2.2 临床疗效

相比于对照组,观察组总有效率更高, $P < 0.05$ ,详情见下表2。

表2 两组总有效率对比结果[n(%)]

组别	痊愈	显效	有效	无效	总有效率
对照组(n=50)	8(16.00)	12(24.00)	18(36.00)	12(24.00)	38(76.00)
观察组(n=50)	15(30.00)	20(40.00)	12(24.00)	3(6.00)	47(94.00)
$\chi^2$					6.352
P					/0.011

### 2.3 情绪状态及康复指标

相比于对照组,观察组SAS、SDS评分更低,症状改

善时间、住院时间更短, $P < 0.05$ ,结果详见表3。

表3 两组情绪状态及康复指标对比 $(\bar{x} \pm s)$

项目	SAS		SDS		症状改善时间(d)	住院时间(d)
	护理前	护理后	护理前	护理后		
对照组(n=50)	55.53±3.14	47.44±3.20	53.66±3.14	44.56±3.37	12.23±1.63	15.03±2.71
观察组(n=50)	55.60±3.27	40.02±3.74	53.30±3.67	38.57±3.02	9.42±1.87	10.26±2.18

t	0.109	10.659	0.527	9.359	8.009	9.697
P	0.913	0.000	0.599	0.000	0.000	0.000

### 2.4 生活质量

相比于对照组，观察组在各维度的生活质量评分均更高， $P < 0.05$ ，结果详见表 4。

表 4 两组生活质量对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

项目	情感职能	活力	精神健康	社会功能	生理功能	生理职能	躯体疼痛	总体健康
对照组 (n=50)	65.29±5.62	61.21±6.46	63.65±5.61	58.35±5.56	60.39±7.57	61.82±6.38	64.71±5.28	62.13±6.86
观察组 (n=50)	76.28±5.65	71.42±6.23	72.51±5.37	67.48±5.32	71.40±6.09	72.66±6.28	76.75±5.68	75.51±6.36
t	9.751	0.165	8.067	8.389	8.013	8.561	10.978	10.113
P	0.000	0.868	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

### 三、讨论

腰腿痛的发生、发展通常与软组织急性损伤、慢性劳损、炎症反应等有关，因此会使患者腰腿部出现剧烈疼痛，对其正常的生活和工作造成较为严重的影响<sup>[3]</sup>。腰腿痛多以保守治疗为主，其中，中医治疗具有较为确切的效果，中医认为腰腿痛的病理机制在于肾气亏虚、气血瘀滞、外感风邪等，因此需要以益气活血、通络止痛、补益肝肾、祛风除湿等为治疗原则<sup>[4]</sup>。雷火灸作为一种中医治疗手段，灸疗利用药物燃烧时的热量，通过悬灸的方法刺激相关穴位，其热效应激发经气，使局部皮肤肌理开放，药物透过相应穴位内，渗透至组织深处，起到疏经活络、活血利窍、改善周围组织血液循环的作用，从而对人体机能进行调节，具有良好的治疗效果。大多数患者经过雷火灸治疗后均能够有效缓解病情，甚至治愈，治疗效果显著，但与此同时，患者也存在情志不畅、饮食不当、对治病知识缺乏等情况，所以还需要配合相应的护理，以便减轻患者腰腿疼痛感。尽可能改善患者的生活质量。

中医特色护理具有扶正祛邪、护病求本的特点，主要是基于中医理论的指导所展开，相较于常规护理而言，其更能够尊重患者之间的个体差异，从而使护理措施更具针对性。根据患者的辨证分型情况，从饮食、运动、生活等方面出发进行干预，可有效活血化瘀、通经舒络、祛痰除湿，使患者的病情得以减轻，改善预后<sup>[5]</sup>。另外注重对患者情志护理的实施，也有利于纠正患者认知，增强其治疗信心，同时也能够使患者保持正常的精神状态，避免机体在持久、强烈不良情绪的刺激下导致阴阳失和，从而达到深入治疗

的效果<sup>[6]</sup>。笔者研究数据可见，两组疼痛程度、直腿抬高高度、腰椎功能、治疗有效情况、情绪状态、康复指标以及生活质量均存在差异( $P < 0.05$ )。提示通过情志护理、饮食调护、生活指导等中医特色护理措施，有利于达到辅助治疗的目的，可有效缓解患者腰腿痛等症状，促使治疗效果提高，并能够调节患者情志，使患者重视不良行为习惯对疾病的影响，具有明显的护理优势。

总之，在腰腿痛患者接受雷火灸治疗时，联合中医特色护理措施展开干预，有利于促进患者不良情志改善，并能够有效辅助治疗，促使患者疼痛减轻、功能恢复，进而有助于生活质量的提升。

#### 参考文献:

- [1] 李维燕, 张丽平, 车云霞, 等. 腰椎间盘突出症保守治疗的中医特色护理技术应用进展 [J]. 中西医结合护理 (中英文), 2020,6(09):91-93.
- [2] 苏玉梅. 中医特色护理对血瘀气滞型腰椎间盘突出症的影响 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2023,21(01):142-145.
- [3] 吴燕莲. 中药贴敷联合艾灸对腰腿痛患者的护理效果 [J]. 中医结合护理 (中英文), 2021,7(12):65-68.
- [4] 张丽. 中医特色护理对改善腰椎间盘突出症患者腰腿痛的疗效分析 [J]. 中医外治杂志, 2020,29(06):59-60.
- [5] 张鑫娟. 中医辨证施护及中医护理技术在腰腿痛患者中的应用 [J]. 中外医学研究, 2021,19(28):119-121.
- [6] 袁银娟. 情志护理在针灸治疗颈肩腰腿痛患者中的应用分析 [J]. 黑龙江中医药, 2021,50(02):354-355.