

壮医经筋疗法治疗腰肌劳损的护理

林琴

广西国际壮医医院, 广西 南宁 530200

【摘要】目的:分析探讨壮医经筋疗法治疗腰肌劳损的临床护理效果。**方法:**从2018年8月至2019年8月来我院接受腰肌劳损治疗护理的患者中抽取80例作为研究对象,进而观察分析壮医经筋疗法治疗腰肌劳损的临床护理效果,并且归纳总结相关的护理措施。**结果:**80例患者治疗护理后治愈例数为27例,显效例数29例,有效例数19例,无效例数为5例,总有效率为93.75%。**结论:**壮医经筋疗法治疗方式结合护理干预可以有效的提高腰肌劳损的临床效果,值得在临床中推广。

【关键词】壮医;经筋疗法治疗;腰肌劳损;临床护理

腰肌劳损是临床中常见的骨科疾病之一,是引起患者腰部疼痛的一种疾病,患者的临床症状主要是腰部疼痛、活动不便等,具有慢性、病程长、易复发的特点,严重影响着患者的正常生活。目前临床上常用的治疗方式主要是壮医经筋疗法治疗,为了进一步明确壮医经筋疗法治疗方式结合护理干预的临床效果,特将2018年8月至2019年8月来我院接受治疗的80例患者作为研究对象,期望为腰肌劳损的临床治疗护理工作提供有建设性的意见,现作如下报道。

1 资料与方法

1.1 一般资料

80例患者均是2018年8月到2019年8月来院接受治疗的患者,所有的研究对象经过检查均确定为腰肌劳损患者,签署了相关的治疗知情书,经过医学伦理会批准,同时排除了肿瘤、骨折及其他疾病的患者。80例患者中男女例数分别为(55、25)例,年龄26~71岁,平均(41.3±6.9)岁,病程1个月~15年,平均(1.5±0.9)年,病变的部位见于双侧型的患者有58例,单侧型患者有22例。

1.2 方法

对80例患者采用壮医经筋疗法治疗,具体的内容是:(1)经筋查灶和手法理筋:首先对患者的腰3横突上下部位、腰部后棘突以及腰部深筋进行全面细致的检查,探查患者神经疼痛的反应点;随后对患者的腰部、腿部以及背部夹脊进行广泛性的舒筋解结治疗,疏通患者的腰背部的经络;最后对患者的腹股沟外侧的筋结点施以点穴疗法治疗,按照筋筋的理筋凡是进行施治,每筋结点施手法(双手拇指或者肘尖按揉),在按揉的过程中要对力度进行把握,根据患者的接受能力随时进行调整,总的来说,力度由轻到重,反复按揉3~5次,进而实现提高松解粘连,让病灶全面初步松解的目的[1]。(2)固灶行针:取穴时,要重点选择患者的腰部2-3、3-4、4-5横棘突之间,具体的操作方式是用左手拇指尖按压固定患者的“筋结病灶点”,以固灶行针方式对患者施以针刺“消灶”治疗。(3)拔罐治疗:利用手动真空罐对患者的腰部、腿部、背部夹脊以及针刺部位进行拔罐治疗,留罐时间控制在5~8min,之后取罐即可[2]。

以上治疗方式3天进行1次,每次的时间控制在30~50min,治疗5次是1个疗程,1个疗程治疗结束后,让患者休息3天,之后再行后续疗程的治疗。

1.3 疗效评定标准

治愈:患者的腰部疼痛症状完全消失,日常的活动不受限制。显效:患者的腰部疼痛有明显的减轻,日常活动基本如常。有效:患者的腰部疼痛减轻,腰部活动功能有所改善。无效:患者腰部疼痛没有改善,甚至有加重的趋势。

2 临床护理

2.1 一般护理

叮嘱患者养成良好的站、坐、行和劳动姿态,在日常的生活中注意保护腰部,注意腰部保暖,处于急性期的患者要注意休息,避免腰部活动,康复期可以进行适度的体育锻炼,比如倒走、俯仰伸腰等活动。

2.2 心理疏导

对患者进行腰肌劳损相关知识的宣教,对于治疗过程中患者出现的不良情绪,要及时和患者进行沟通交流,帮助患者树立治疗信心,增强治疗护理的配合度,建立良好的护患关系。

2.3 辨证护理

2.3.1 寒湿型

对于寒湿型的患者,要注意保持室内环境清新,忌阴冷,保证室内阳光充足,对患者进行防寒保暖,患者的饮食以清淡为主,忌油腻食物。

2.3.2 潮湿型

潮湿型患者的饮食以清淡爽口为主,忌烟酒、煎炸食物。

2.3.3 气血瘀滞型

对于气血瘀滞型的患者,室内静止寒风入侵,最大限度降低风邪入侵,饮食以活血之品为主,忌食生冷、甜腻食物[3]。

2.3.4 肾虚型

肾虚型患者要注意休息,防止过劳,饮食以补脾益气之品为主,忌食生冷食物。

2.4 指导患者进行科学有效的康复训练

根据患者的心肺功能、血压状况以及耐受力等因素决定训练强度和方法,进而为患者制定科学有效的康复训练计划,康复训练计划主要以腰部肌肉训练为主,后期还要根据患者的恢复情况,进行有针对性的锻炼[4]。

3 结果

80例患者经过治疗护理后,治愈、显效、有效、无效人数分别为(27、29、19、5)例,总有效率为93.75%。

4 讨论

壮医认为,人体的3道(谷道、水道、气道),2路(龙路、火路)是畅通协调并且相互制约的,任何一条阻滞都会造成人体发病。腰肌劳损在中医中属于“腰痹”范畴,中医认为,腰肌劳损主要的发病机理是气滞血瘀、痹阻经络,不通的情况下患者的血管受压,代谢产物累积导致患者的腰部疼痛久治不愈,对患者的正常生活造成了严重的影响。

壮医经筋疗法治疗方式主要针对病灶的“手法理筋-针刺消灶-拔罐祛除瘀”,进而构成科学的综合消灶、系列解结以及整体调整的新型治疗体系。在治疗过程中,治疗人员能够根据患者的具体病情,通过手法理筋、改善患者的血液循环,促进代谢废物的消解,应用“固灶行针”的治疗方法,将针刺至患者的软组织,松解粘连处的筋结部位。最后利用拔罐治疗,加速患者的局部血液循环,改善患者的营养代谢。在治疗的基础上对患者施以针对性额的护理,有效的改善了患者的病情。

综上所述,对腰肌劳损患者施以壮医经筋疗法治疗方式结合护理干预,可以有效的提高治疗效果,所以在腰肌劳损临床治疗中,要将壮医经筋疗法治疗方式和护理干预积极的结合起来,进而全面提升患者的生活质量。

参考文献

- [1]夏天,梁栋,唐宏亮.壮医经筋综合疗法治疗腰椎间盘突出症的临床观察及理论探讨[J].中华中医药杂志,2019(7):3146-3150.
- [2]戴衍崇,林辰.壮医经筋疗法治疗肩周炎疗效概况[J].中国民族民间医药,2017,26(4):76-77.
- [3]张春侠,唐巍,许海.针刺滞针经筋刺法治疗腰椎间盘突出症30例疗效观察[J].中华全科医学,2019(5):837-840.
- [4]刘渊,孙雪莲,邓健.痧脊经筋疗法对兔膝骨性关节炎软骨组织及细胞因子的影响[J].中华中医药杂志,2019(6):2746-2749.