

督灸在原发性骨质疏松症患者腰背疼痛改善中的应用

杜 炯¹ 惠银银²

1. 上海中医药大学附属曙光医院 上海 200021

2. 上海市临汾路街道社区卫生服务中心 上海 200070

【摘要】：目的：分析针对POP（原发性骨质疏松症）患者督灸在改善腰背疼痛中的效果。**方法：**纳入66例POP患者（病例抽取时间：2020.5~2022.5），随机分成观察组（33例，督灸）、比较组（33例，常规疗法），对两组患者腰背疼痛情况、肩关节活动情况、治疗效果、中医症状积分以及骨密度进行观察。**结果：**在治疗前比较两组VAS评分，差异不够明显，（ $P>0.05$ ）；在治疗之后，比较两组VAS评分，观察组低，（ $P<0.05$ ）；治疗后，观察组内旋与外旋和内收角度比较组大，差异显著，（ $P<0.05$ ）；比较两组疗效，观察组优，（ $P<0.05$ ）；治疗前，两组患者步履艰难及下肢疼痛等中医症状积分对比，无明显差异，（ $P>0.05$ ）；在治疗之后，比对两组步履艰难等中医症状积分，观察组低，差异显著，（ $P<0.05$ ）；在治疗前，比较两组股骨粗隆骨与股骨颈骨密度，无明显差异，（ $P>0.05$ ）；在治疗后，对两组骨密度比较，观察组高，差异显著，（ $P<0.05$ ）。**结论：**针对原发性的骨质疏松症患者来说，采用督灸治疗，可在帮助患者改善腰背疼痛及步履艰难等症状的基础上，提升整体疗效。

【关键词】：督灸；原发性骨质疏松症；腰背疼痛

Application of Du Moxibustion in Improving Low Back Pain in Patients with Primary Osteoporosis

Jiong Du¹ Yinyin Hui²

1. Shuguang Hospital Affiliated to Shanghai University of Traditional Chinese Medicine Shanghai 200021

2. Shanghai Linfen Road Street Community Health Service Center Shanghai 200070

Abstract: Objective: To analyze the effect of Du moxibustion on improving low back pain in patients with primary osteoporosis (POP). Methods: 66 patients with POP (case extraction time: 2020.5~2022.5) were randomly divided into an observation group (33 cases, Du moxibustion) and a comparison group (33 cases, conventional therapy). The lumbar and back pain, shoulder joint activity, treatment effect, TCM symptom scores, and bone mineral density of the two groups of patients were observed. Results: Before treatment, the difference in VAS scores between the two groups was not significant ($P>0.05$); After treatment, comparing the VAS scores of the two groups, the observation group showed a low score ($P<0.05$); After treatment, the angles of internal rotation, external rotation, and adduction in the observation group were significantly greater than those in the comparison group ($P<0.05$); The efficacy of the two groups was compared, and the observation group was excellent ($P<0.05$); Before treatment, there was no significant difference in the scores of traditional Chinese medicine symptoms such as difficult walking and lower limb pain between the two groups ($P>0.05$); After treatment, comparing the scores of traditional Chinese medicine symptoms such as walking difficulties between the two groups, the observation group showed a significant difference ($P<0.05$); Before treatment, there was no significant difference in bone mineral density between the femoral trochanter and femoral neck between the two groups ($P>0.05$); After treatment, the bone mineral density of the two groups was significantly higher in the observation group ($P<0.05$). Conclusion: For patients with primary osteoporosis, using Du moxibustion treatment can improve the overall efficacy on the basis of helping patients improve symptoms such as low back pain and difficulty walking.

Keywords: Du moxibustion; Primary osteoporosis; Low back pain

POP（原发性骨质疏松症）的主要特点为骨微构造的完整性受到破坏，且骨量丢失与骨骼脆性变多能等，在中医学当中被归纳至“骨痿”的范畴内^[1]。在我国，POP的发病率较高，对于五十岁以上的女性患者，其治疗有效率仅在25%左右，但骨折率却在50%以上，我国在2020年时用到治疗髌部骨折的费用已达850亿元左右，进一步加重了社会经济负担^[2]。因此，对POP防治已经成为急需解决的重大问题。对于POP，其发病十分隐匿且病程较为漫长，伴随骨质的不断流失，患者慢慢的会有肢体协调性降低以及活动不便等情况出现。所以，在治疗POP时不但应该将患者的骨密度提升，也应该结合临床症状，使患者的运动功能

可快速康复。西药对POP治疗虽然可获得一定成效，但整体效果不佳^[3]。所以，可考虑采用中医疗法进行治疗。鉴于此，本次纳入66例POP患者，研究督灸的应用效果，如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

纳入标准：患者的临床症状为腰痛或者背痛等等；（2）患者经X线诊断后，均显示未骨质疏松症；（3）CT等检查证实，椎体受到损伤，呈现楔形变，椎体骨折压缩五分之一到三分之二；（4）骨质疏松为原发性的；（5）患者有着清晰的意识，沟通与交流能力正常；排除标准：

(1) 患者存在精神疾病。(2) 患者的脊神经根受到压迫;(3) 肿瘤患者; 以上述标准为基础共66例POP患者(病例抽取时间: 2020.5~2022.5) 入选, 随机分成观察组(33例)、比较组(33例), 观察组: 男23例, 女10例; 年龄: 48~72岁, 平均年龄(60.89±6.35)岁。比较组: 男22例, 女11例; 年龄: 48~71岁, 平均年龄(60.12±6.05)岁, 两组一般资料比较, 统计学结果显示, (P>0.05)。

1.2方法

比较组: 常规西医疗法: 骨质疏松症治疗, 主要予以患者促进骨形成、抗骨吸收的药物。

观察组: 督灸: 治疗步骤如下:①责任护理人员应该按照医嘱为患者提供仙灵骨葆胶囊, 口服用药, 每次3片, 一天2次。②引导患者保持俯卧位体位, 暴露其背部, 取患者的沿督脉循行从大椎穴到腰俞穴为督灸位置, 先为患者常规消毒背部暴露位置, 再将1000克的新鲜生姜制成合理的湿度, 并将适量的鲜姜汁对施灸位置进行涂擦, 然后取25克的中药粉铺于脊柱正中线位置, 并把长条形桑皮纸铺于患者的大椎穴到腰俞穴间, 在纸上铺敷姜泥, 宽度和厚度分别是2.5厘米与5厘米, 之后点燃铺在姜泥上面的1条呈现叠瓦状所拼接成的橄榄形艾炷头及尾与身, 使其可以充分的自然燃烧, 用此方式持续灸1到3柱, 一直到艾炷全部燃尽之后, 用温热湿毛巾将患者的背部轻轻擦净, 将艾灰、姜泥移除, 这样督灸完成。督灸之后, 患者的局部皮肤保持在红润的状态下, 但是在4小时到6小时之后, 督灸位置皮肤会起少量像珍珠形状的水泡, 若是水泡小, 则可以自行让其慢慢吸收, 若是水泡过大, 则可借助消毒针引流水泡液, 揩干之后, 用碘伏擦抹, 隔天为患者涂抹一次, 直到皮肤愈合结束。督灸平均七天进行一次, 若患者病情严重, 可以每七天进行两次, 每次共治疗一个小时。持续为患者治疗三个疗程, 1个月为一个疗程。为患者治疗期间, 应注意以下内容:医护人员应该于督灸之前, 为患者讲述督灸的治疗方法的目的, 且告知患者相关注意事项与配合方法; 为患者进行督灸治疗期间, 需要注意观察患者的面色及皮肤温度与心率等情况。在督灸后的10分钟, 扶助患者坐起, 且用干的毛巾为其将汗液擦干, 辅助其更衣。

1.3观察指标

(1) 腰背疼痛情况: 对患者腰背疼痛情况评估时借助VAS评分进行, 最高分10分, 分值若高则, 疼痛严重。

(2) 肩关节活动情况: 统计患者内旋及内收与后伸和外旋情况。

(3) 治疗效果: a显效: 相关症状已无, 关节功能已经恢复; b有效: 症状缓解, 关节活动力提升; c无效: 症状没有改善甚至变重。a率+b率为总有效率。

(4) 中医症状积分: 统计患者步履艰难及腰膝酸软与下肢疼痛情况, 每项最高分是3分, 最低分0分, 若分高则有关症状严重。

(5) 骨密度: 统计患者股骨颈与股骨粗隆骨密度。

1.4统计学方法

计量资料以($\bar{x} \pm s$)展示, 检验t, 计数资料以%表示, 检验2; 若差异显著, 则统计学软件显示: P<0.05。

所用的统计学软件版本为: SPSS22.0,

2结果

2.1两组患者腰背疼痛情况比较

通过下表可看出: 在治疗前比较两组VAS评分, 差异不够明显, (P>0.05); 在治疗之后, 比较两组VAS评分, 观察组低, (P<0.05)。

表1比较腰背疼痛情况[$\bar{x} \pm s$, 分]

组别	例数	治疗前	治疗后
比较组	33	6.08±0.22	3.12±0.11
观察组	33	6.07±0.33	1.91±0.31
t		0.145	21.131
P		0.885	< 0.001

2.2两组患者肩关节活动情况比较

治疗后, 观察组内旋与外旋和内收角度比比较组大, 差异显著, (P<0.05), 见表2。

表2肩关节活动情况[$\bar{x} \pm s$, °]

组别	例数	内旋	外旋	内收	后伸
比较组	33	48.01±0.25	35.13±0.15	28.61±0.21	37.91±1.21
观察组	33	53.09±0.33	42.92±0.51	33.61±1.21	42.51±1.21
t		70.488	84.180	23.388	15.442
P		< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001

2.3两组患者治疗效果比较

比较两组疗效, 观察组优, (P<0.05), 见表3所示。

表3 治疗效果比较[n, (%)]

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
比较组	33	9(27.27)	13(39.39)	11(33.34)	22(66.66)
观察组	33	13(39.39)	19(57.58)	1(3.03)	32(96.97)
χ^2	-	-	-	-	10.185
P	-	-	-	-	0.001

3讨论

当前, 骨质疏松症的患病人数明显升高, 老年群体是此病高发人群, 患者发病后会明显的疼痛感, 其出现和骨吸收变多, 有着直接的联系, 甚至严重的患者其骨皮质还会变薄, 严重影响患者的微循环^[4]。患者在发病之后, 其腰背部还会出现明显的疼痛感, 使其夜不能寐, 导致其正常生活受到严重影响。因此, 对于医务人员来说, 应为患者采用科学的治疗方案进行治疗^[5]。

从中医角度出发, 认为骨质疏松症痛属于虚痛, 会有绵延不绝的特点, 所以痛势隐隐。中医学认为, 督脉赖肾之精气之充实及涵养, 属于“阳脉之海”, 是肾之精气的通路, 所以如果肾之精气虚弱, 督脉则空疏^[6]。经本次研究可知, 督灸来源于民间, 又被称作“铺灸”等等, 属于传统的灸法。为患者采用此种治疗方法治疗期间, 主要经是协调激发多个经络, 对虚实调节, 而起到阴阳平衡以及抵御病邪的效果, 针对顽痹与虚劳性的疾病来说, 此种灸疗手段疗效十分显著。但是督灸直接在人体督脉产生作用, 属于中医特色外治治疗方法, 因为其可以直接抵达至病所, 能起到温肾壮阳等等效果。而对于骨质疏松症就是因为患

者的督脉受到阻滞，导致其肾虚精亏而引起的^[7-8]。从中医角度发出，督灸针对虚寒证，有着将血液循环改善的效果，借助“寒者温之”手段，能够促使骨髓变得更加充盈，进而可以改善骨代谢，达到对虚寒证治疗的效果。本次研究结果显示：在治疗之后，比较两组VAS评分，观察组低，（ $P<0.05$ ）；治疗后，观察组内旋与外旋和内收角度比比较组大，差异显著，（ $P<0.05$ ）；比较两组疗效，观察组优，（ $P<0.05$ ）；在治疗之后，比对两组腰背疼痛等

中医症状积分，观察组低，差异显著，（ $P<0.05$ ）；在治疗后，对两组骨密度比较，观察组高，差异显著，（ $P<0.05$ ）。由此可以看出：督灸效果明显，能将肩关节活动度改善，且可缓解腰背疼痛等疾病症状。

综上：对于原发性的骨质疏松症患者，应用督灸进行治疗，对帮助患者改善腰背疼痛及步履艰难的同时，提升整体疗效，且也能提升患者的肩关节活动度，可推广。

参考文献：

- [1] 李海勇,方梅,卢慧,等.督灸治疗脾肾阳虚型原发性骨质疏松症79例[J].中国中医骨伤科杂志,2023,31(01):66-68.
- [2] 张晓改,赵恩广,吴红莲.督灸对老年骨质疏松症患者骨转换及微循环的影响[J].中国医学创新,2022,19(18):131-135.
- [3] 哈娜,张新建,海鑫.抗骨质疏松药物预防原发性骨质疏松症患者骨折发生风险--基于贝叶斯框架的网状Meta分析[J].中国药物经济学,2022,17(05):84-98.
- [4] 王瑛,冯明宣.强化肌力训练辅助阿仑膦酸对原发性骨质疏松症患者骨密度及骨代谢生化指标的影响[J].中国现代医生,2022,60(13):66-69.
- [5] 李丽,徐长辉.中医护理在老年原发性骨质疏松症患者中的应用效果[J].医学食疗与健康,2022,20(10):125-128.
- [6] 李佳智,叶永浓.鹿瓜多肽联合唑来膦酸对老年原发性骨质疏松症患者血清学相关指标的影响[J].医学理论与实践,2022,35(04):617-619.
- [7] 朱璐,吴文忠,陈铭,等.电针对原发性骨质疏松症患者运动功能的影响：随机对照研究[J].中国针灸,2022,42(02):145-149.
- [8] 王彩红.抗疏强骨合剂联合基础抗骨质疏松药物治疗原发性骨质疏松症患者的临床效果[J].中国现代药物应用,2021,15(22):209-211.