

# 康复护理在针灸推拿治疗神经根型颈椎病中的应用体会

李艳

(石阡县中医医院康复科 贵州 铜仁 555100)

**摘要:**目的:探究康复护理在针灸推拿治疗神经根型颈椎病中的应用价值。方法:在我院收治的神经根型颈椎病患者中随机抽取 100 例,所有患者接受针灸推拿治疗。然后对患者进行分组观察,采用的分组方法为数字表法,对一组患者(50 例)实施康复护理措施,此组记录为研究组;然后另外一组患者(50 例)应用常规护理方案,将此组作为参照组。分别在开展不同护理管理措施后,统计分析两组患者在护理前后的疼痛情况,总结不同护理措施对患者病情的影响。结果:护理前两组患者的疼痛评分检测结果(VAS)较高,此时研究组与参照组不存在明显差异( $P > 0.05$ ),治疗后患者病情改善,研究组 VAS 评分明显低于参照组( $P < 0.05$ )。结论:对神经根型颈椎病患者在进行针灸推拿治疗的过程中,结合实施康复护理措施,可以帮助患者的颈椎更好的恢复,减轻患者病痛的同时,患者也掌握更多保护颈椎的方法与知识,对于患者病情控制有重要意义,值得推广。  
**关键词:**康复护理;针灸推拿;神经根型颈椎病;应用效果

神经根型颈椎病是一种常见的颈椎病类型,患者的症状主要表现为肩颈疼痛、麻木、手指疼痛等等。神经根型颈椎病如果没有及时得到治疗,还可能导致患者的脊神经受到影响,对患者日常生活、工作等均造成较大影响。在对神经根型颈椎病患者进行治疗的过程中,可以采取针灸推拿的方式,帮助患者改善脊神经受刺激的情况。同时还要加强对患者的康复护理,通过康复护理措施指导患者进行自我颈椎保健。此次研究即抽取了 100 例神经根型颈椎病患者进行分组实验,探究康复护理在针灸推拿治疗神经根型颈椎病中的应用效果,具体如下。

## 1. 基础资料与护理方法

### 1.1 一般资料

此研究从我院收治的神经根型颈椎病中随机抽取 100 例进行实验分析,在此科室的就诊时间为 2019 年 12 月起至 2020 年 12 月期间,纳入受试者均为成人,人数共有 100 例,参照受试者护理模式差异性,对受试者进行分组。参照组与研究组内,各有 50 例病患。参照组 50 例病人人群体,有 26 位男病患,24 位女病患,50 位病患为 22-72 岁年龄区间,平均值为(47.62 ± 2.49)岁。研究组 50 例病人人群体,有 27 位男病患,23 位女病患,50 位病患为 21-70 岁年龄区间,平均值为(47.02 ± 2.32)岁。本研究符合伦理委员会规定,在患者家属了解研究内容前提下进行研究,患者家属签署同意书,两组病患基线资料的统计学比较,提示不具差异性( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

**治疗:**所有患者接受针灸推拿治疗,首先对患者的大椎穴、夹脊穴、风门穴、外关穴、阿是穴等进行针刺处理,采取常规针刺,平补平泻针法,留针时间在 20 分钟左右,每日为患者针灸 1 次,连续针灸 1 周。每日针灸完成后,对患者进行推拿,采取揉、捏、按等手法,充分让患者肩部肌群得到放松后,帮助患者进行患侧手臂的外展、外旋等运动,同样连续推拿治疗 1 周。

**护理:**参照组患者接受常规临床基础护理措施。研究组采取针对性的康复护理指导:首先是对患者进行神经根型颈椎病的病理知识宣教,告知患者日常保护颈椎健康的注意事项,比如枕头不宜过高或过低,选择 10-15cm 即可;避免以卧姿看书、看手机等,会对颈椎造成较大压力;同时,引导患者进行颈椎功能锻炼,每天进行两次的颈椎旋转、摇摆、回望等活动,适当进行肩部的环绕、耸肩等,放松肩颈。最后还要注意对患者进行心理上的指导,让患者在疼痛不适时,保持冷静,不可过于焦虑烦躁,遵从医嘱进行治疗和颈部锻炼。

### 1.3 观察指标

**疼痛评分:**分别在护理前后对两组患者的 VAS 评分进行评估,严格按照 VAS 评分表的执行标准,分值在 0-10,0 分为不痛,10 分为最痛,分值高则表示疼痛度高。详细记录研究组与参照组患者在护理前后的评分结果,采取统计学分析了解两组之间的差异。

### 1.4 统计学处理

统计学资料根据表述方式分为计数资料(%)和计量资料( $\bar{x} \pm s$ ),检测工作分别利用卡方值( $\chi^2$ )、T 进行,评价工作均利用 P 值进行,数据处理工作均利用 SPSS20.0 展开,当且仅当  $P < 0.05$ ,有统计学意义。

## 2. 结果

护理前两组患者的疼痛评分检测结果(VAS)较高,此时研究组与参照组不存在明显差异( $P > 0.05$ ),治疗后患者病情改善,研究组 VAS 评分低于参照组( $P < 0.05$ ),见表 1。

表 1. 护理前后两组患者的疼痛评分比较

| 组别             | 例数   | 护理前         | 护理后         |
|----------------|------|-------------|-------------|
| 参照组            | n=50 | 5.31 ± 0.77 | 3.91 ± 0.64 |
| 研究组            | n=50 | 5.28 ± 0.75 | 1.80 ± 0.52 |
| X <sup>2</sup> |      | 0.7490      | 4.3164      |
| P              |      | > 0.05      | < 0.05      |

## 3. 讨论

近年来,颈椎病的治疗逐渐受到关注,神经根型颈椎病本身是由于患者的颈椎间盘突出导致,或者患者的椎体有骨质增生的情况,进而对患者的神经根造成了压迫或刺激。神经根型颈椎病的起病较急,在短时间内就可能发展为较重的病情,患者还可能出现上肢放射痛的情况,疼痛会导致患者的生活、工作均受到影响。在对患者进行治疗时,通过针灸推拿,有效改善神经根周围的血液运行,推拿缓解颈椎疼痛的情况。其次,治疗期间配合对患者的康复护理指导,从颈部康复锻炼、疼痛护理、心理护理等多个角度出发,及时缓解患者身体不适。此次研究中对 100 例符合要求的患者进行分组实验后可知,在康复护理指导下,患者的颈椎疼痛不适感有了明显减轻,临床护理效果较好。

综上所述,对神经根型颈椎病患者在进行针灸推拿治疗的过程中,结合实施康复护理措施,可以帮助患者的颈椎更好的恢复,减轻患者病痛的同时,患者也掌握更多保护颈椎的方法与知识,对于患者病情控制有重要意义,值得推广。

## 参考文献:

- [1] 安味生. 神经根型颈椎病针灸推拿治疗的效果研究[J]. 健康必读 2020 年 29 期,176 页,2020.
- [2] 荣兵,李建. 针灸推拿治疗神经根型颈椎病 42 例临床研究[J]. 河南中医,2014(12):2438-2439.
- [3] 罗海强,冯仲成. 黄芪桂枝五物汤联合针灸推拿治疗神经根型颈椎病的效果分析[J]. 内蒙古中医药,2020,039(004):138-139.
- [4] 杨静波,李小梅. 穴位注射与针灸推拿用于神经根型颈椎病患者治疗中的临床分析[J]. 中医临床研究,2019,v.11(18):119-120.
- [5] 李洲进,吴官保,汤伟. 颈痛颗粒配合针灸推拿治疗神经根型颈椎病 65 例临床观察[J]. 中国中医药咨讯,2018,3(5):49-49.