

# 腰椎间盘突出症的中医药保守治疗

宋秋敬 张智达

(河北北方学院研究生学院)

摘要：腰椎间盘突出症是骨科的常见病和多发病，近年来随着市场经济的飞速发展，人民群众的生活方式和节奏发生了巨大变化导致此病的发病率不容可观。中医药是我国医药卫生体制的巨大财富，积极发挥中医药治骨病的优势，每一位中医人必须面对的课题。本文结合近年来中医药对本病的治疗手段，总结如下。

关键词：腰椎间盘突出症；中医药；保守治疗

腰椎间盘突出由髓核、纤维环和软骨板组成，腰椎间盘突出症(LDH)是椎间盘生理性退化衰老并受外力影响所产生的一组症状群。在外力的作用下，纤维环会骨质破裂，髓核和软骨板会向外突出压迫神经和神经根，产生腰背部疼痛和坐骨神经性疼痛<sup>[1]</sup>。体格检查可见屈颈试验、压颈实验、直腿抬高试验、拉塞氏征阳性。本病多发生于20-50岁的人群，男性是女性的4倍，一般有长期坐位或弯腰搬物的情况，突出部位多发生与腰椎4-骶椎1间隙。

本病在中医上并无对应的确切病名，但多有相关论述，如《素问·刺腰痛篇》曰：“衡络之脉令人腰痛，不可以俯仰，仰则恐仆，得之举重伤腰”<sup>[2]</sup>；其具有疼痛的症状多归属为“腰痛、痹证、痿证”的范畴。《济生方·腰痛》：“腰者肾之府，转摇不能，肾将惫矣。审如是说，则知肾系于腰，因嗜欲过度，劳伤肾经，肾脏既虚，喜怒忧思，风寒湿毒，得以伤之，遂致腰痛。又有坠下闪肭气凝血滞，亦致腰痛。”详细论述的本病由年老肾气亏虚，腰府失养，易受风寒湿毒邪侵袭；或因外伤所致局部气血瘀滞不通，经络闭塞后不通则痛。在治疗上结合病因治疗，外伤即活血化瘀、通络止痛，内伤以补益肝肾，强筋健骨为主。

## 1. 中药内服

中医教材根据辨外感和内伤大多将其分为寒湿、湿热、瘀血、肾虚四型；多数医家都认同此分型但又不拘泥于此。王彦辉<sup>[3]</sup>等以复元活血汤为治疗气滞血瘀型LDH的主方，对照组为成药腰痛宁胶囊，连续治疗40天，治疗组的有效率为90.6%高于对照组的80.6%。池尾东以四妙舒腰方为治疗湿热型腰痛的主方，此方在四妙散的基础上增加除湿热、理气滞、化瘀血的药物，将90例患者分为三组，依次是理疗组，理疗加中药组、理疗加西药组，治疗14天后统计三组的疗效后发现使用中药组别在改善患者腰部疼痛方面效果显著<sup>[4]</sup>。陈龙等将伤寒经方治疗寒湿型LDH，与西医的非甾体类镇痛消炎药对比治疗2周，发现中药在改善患者疼痛和肢体活动障碍方面近期疗效不及西药组，但是从长远效果来看，明显优于对照组，也是中医审证求因、因证施治的体现，直击疾病根本<sup>[5]</sup>。肾虚型是常见的证型之一，对于中老年LDH多和此病有关，因此郭张浩等以桃仁杜仲汤治疗肾虚血瘀型LDH共41例，同藤黄健骨片对比治疗，连续治疗4周，统计发现中药治疗在改善症状、减少复发等方面显著优于西药组，桃仁杜仲汤集补肾活血、行气止痛方药组合为一体，方组精简融洽<sup>[6]</sup>。

## 2. 中药外用

热奄包是临床中常用的中医适宜技术之一，主要针对寒湿体质的人群，它凭其热力和药力具有较强的渗透作用，疏经活络，改善局部血流，促进血液的循环，驱邪外出，选药多取穿透力强、温阳散寒、舒经理血性质的药物。丁杰采用70℃左右的热奄包外置与患处部位，每次半小时，每日1次连续治疗2周，在此基础上口服西乐葆；对照组只行西乐葆治疗。后统计发现治疗组在缓解局部疼痛、促进肢体下部活动等方面明显优于纯西药组<sup>[7]</sup>。

熏蒸疗法与“外治之法即内治之法，外治之理即内治之理”相吻合，可以达到以局部治疗来调节整体，是人体整体观的体现。熏蒸在合适湿度和温度的条件下，可以消散局部水肿、减轻炎症病灶、缓解肌肉痉挛、疏通肌纤维，汪宝军自拟中药熏蒸1号方用于LDH的治疗，将中药材浸泡在专用的熏蒸仪上，对准病患部位在恒温状态下熏蒸，对照组为寒痛乐熨剂外贴在病患部位。治疗时长为两周，治疗周期结束后统计发现熏蒸组的疗效是优于寒痛乐熨剂<sup>[8]</sup>。

## 3. 综合治疗

除使用中药的治疗外，还有很多非药物治疗，如拔罐、针刺、灸法、推拿、正骨、牵引疗法，这些方法简便易实施，实用性强。胡庆照首选刺络拔罐法，他认为此法刺激作用强大，作用于局部有调理脏腑、疏通局部气血的作用，使得瘀血和邪气外出，最终气血调和。在此法的基础上配合牵引使腰肌放松，纤维软组织松解，椎间隙变宽，解压受刺激的神经根。推拿法可以减轻组织间隙水肿，促进炎症因子的吸收。并在双足三里、大肠俞、肾俞、阳陵泉穴位上行针刺疗法，辅助加强通经络、调气血的作用。胡庆照在刺络放血拔罐的基础上配合这四种适宜技术治疗LDH，对改善患者的疼痛，提升腰部正常功能发挥着积极作用，效果显著。

现代医学研究认为，电针对人体经脉间的感应传导具有促进和激励作用，加强经脉和经气之间的沟通。潘鸿锥将电针与易罐灸联合治疗LDH，主要观察坐骨神经疼痛情况、复发率、对自主生活的改善情况，发现可有效缓解患者最为棘手的问题。

综上所述，对于LDH的治疗采用中医药进行保守治疗具有简便易行、经济实效，且复发情况可观。

## 参考文献：

- [1]陈孝平,汪建平.外科学[M].8版.北京:人民卫生出版社,2013:753..pdf>[J].
- [2]阿热艾·阿达力,周文涛.中医药非手术方法治疗腰椎间盘突出症研究进展[J].中医药临床杂志,2021,33(3):584-588.pdf>[J].
- [3]王彦辉,李引刚.复元活血汤治疗腰椎间盘突出症气滞血瘀型32例观察[J].实用中医药杂志,2015,31(06):506-507.
- [4]池尾东.加味四妙舒腰方治疗湿热型腰椎间盘突出症临床研究[D].广州中医药大学,2019.
- [5]陈龙,杨雷,陈若万, et al. 桂枝附子汤治疗腰椎间盘突出症临床研究[J]. 亚太传统医药, 2022, 18(01): 87-90.
- [6]郭张浩,叶贵生,周长征. 桃仁杜仲汤治疗腰椎间盘突出症(肾虚血瘀型)41例临床观察[J]. 亚太传统医药, 2021, 17(03): 85-87.
- [7]丁杰,解传勇,丁文. 中药热奄包治疗腰椎间盘突出症患者的临床效果[J]. 医疗装备, 2021, 34(24): 81-83.
- [8]汪宝军,王竹风,李爱君, et al. 中药熏蒸治疗腰椎间盘突出症的临床观察[J]. 中国医药导报, 2017, 14(35): 172-175.