

# Discussion on the Value and Function of Acupuncture and Moxibustion and Physiotherapy in the Rehabilitation of Elderly Patients

Lixin She

Ethnic Hospital of Sunan Yugur Autonomous County, Zhangye City, Zhangye, Gansu, 734400, China

## Abstract

Acupuncture and moxibustion, as one of the traditional treatment methods of Chinese medicine, has shown unique advantages in the rehabilitation of elderly patients. Through clinical observation, this study studied the application value of acupuncture in rehabilitation medicine. The rehabilitation status of two groups of elderly patients treated by conventional rehabilitation therapy and acupuncture rehabilitation therapy was compared. The results showed that patients treated with acupuncture had significant advantages over those treated with conventional therapy in terms of improved motor function, pain and quality of life. At the same time, acupuncture treatment for improving the mental state of the elderly, reducing depression and anxiety symptoms are also of great help. The results show that acupuncture and moxibustion can be used as an effective method in the rehabilitation of elderly patients, play a role in relieving symptoms and improving the quality of life. However, according to different diseases and individual conditions of patients, acupuncture treatment needs to be tailored and adjusted.

## Keywords

acupuncture rehabilitation; improved motor function; quality of life; improvement of mental state

## 针灸理疗在老年病人康复中的价值与作用探讨

余立新

张掖市肃南裕固族自治县民族医院, 中国·甘肃 张掖 734400

## 摘要

针灸作为中医传统的治疗方式之一, 在老年病人的康复中显示出独特的优势。本研究通过临床观察了解针灸在康复医疗中的应用价值, 对比了采用常规康复治疗 and 针灸康复治疗的两组老年病人的康复状况。结果显示, 采用针灸治疗的病人在改善运动功能、疼痛程度以及生活质量等方面比常规治疗组有显著优势。同时, 针灸治疗对于改善老年人心理状态, 降低抑郁和焦虑症状同样有较大助益。研究结果表明, 针灸治疗能作为一种有效方法用于老年病人的康复治疗中, 起到缓解病症, 改善生活质量的作用。但是, 针对不同病症和病人个体情况, 针灸治疗需要有针对性地制定和调整。

## 关键词

针灸康复; 运动功能改善; 生活质量; 心理状态改善

## 1 引言

老龄化问题是全球都在面临的一大挑战, 据统计, 老年人中很高比例的慢性健康问题和残障问题, 这无疑使得老年人健康和康复治疗的需求日益凸显。传统的康复治疗方法虽然在一定程度上改善了老年患者的生活质量, 但仍有诸多不足。目前, 更多的研究开始关注到传统中医的疗法, 一直以来, 针灸被广泛用于多种疾病的治疗。尽管针灸在老年患者康复治疗方面的研究尚属起步阶段, 但早前的一些临床实践和研究已经显示出针灸可能成为一种高效, 低侵入性的康

复治疗方式。因此, 对针灸在老年病人康复中的应用价值进行深入研究, 不仅对提高老年病人的生活质量, 改善其心理状态有实际意义, 也对中国老年康复医疗的发展具有重要的推动作用。

## 2 针灸理疗的基本原理与技术

### 2.1 针灸的起源并发展

针灸作为中医的重要组成部分, 其起源可追溯到中国古代的远古时期<sup>[1]</sup>。考古学证据表明, 早在新石器时代, 古人类已经开始使用石针进行简单的医疗操作。公元前 2000 多年的《黄帝内经》被认为是针灸学的奠基之作, 书中详细描述了经络、腧穴的理论, 奠定了针灸疗法的基本框架。

在历史的发展进程中, 针灸逐步从原始的石针过渡到青铜、铁制针具, 并形成了系统的治疗方法。东汉时期, 张

【作者简介】余立新(1967-), 男, 藏族, 本科, 主任医师, 从事疼痛外治疗法研究。

仲景在《伤寒杂病论》中进一步充实了针灸的理论体系，推动了针灸学的发展。隋唐时期，针灸疗法达到了一个新的高峰，《针灸甲乙经》的问世标志着这一领域的深入发展，书中详细整理了腧穴的位置和功能，成为后世针灸学重要的参考文献。

宋元时期，针灸学依然在临床实践中得到了广泛应用，并在技术上有了进一步改良。明清两代，针灸学术交流频繁，中国的针灸术逐步传入日本、朝鲜等亚洲国家，形成了各具特色的针灸流派。与此中国的针灸学者编纂了大量理论和实践并重的针灸典籍，如《针灸大全》《针灸大成》，不仅为中国针灸的发展提供了详细的理论依据，也为世界针灸学术奠定了基础<sup>[2]</sup>。

随着近现代医学科学技术的进步，针灸逐渐通过实验证明其疗效，并在全球范围内受到关注和认同。在21世纪，针灸不仅在东方医学中被广泛使用，也成为世界传统医学的重要组成部分。世界卫生组织（WHO）将针灸列入传统医学分类，并推广其规范化应用，充分肯定了针灸治疗的科学价值。在此基础上，现代针灸学通过整合传统经验与现代医学理论，继续探索和解决各类疾病的治疗，展示了针灸在医疗保健中的广泛应用前景。

## 2.2 针灸的基本原理

针灸的基本原理根植于中医理论，强调通过调节体内的气血平衡来达到治疗疾病的效果。气和血被认为是人体的基本元素，当气血失衡时，各种病症便会出现。针灸通过刺激特定的穴位，利用针刺、灸法等手段，疏导经络，调和气血，进而恢复机体的正常功能。现代医学研究表明，针灸的治疗作用可能与神经系统、免疫系统和内分泌系统的调节有关。通过针刺穴位，可以刺激神经末梢，激发反射性调节，大脑和脊髓中释放出某些神经递质，从而减轻疼痛，改善局部及全身血液循环。针灸还能促进内源性阿片类物质的释放，具有镇痛、稳定情绪的效果。针灸操作简便、安全，副作用较少，适用于多种慢性病的治疗和康复，特别适合老年病人。其理论基础包括经络学说和脏腑理论，强调整体的观念和个体的差异性，为针灸疗法在临床应用中提供了科学依据。

## 2.3 针灸的主要技术和操作

针灸的主要技术和操作包括扎针和艾灸。扎针对应病症和人体经络在特定穴位插入细针，通过调整针刺深度、角度及时间以刺激穴位，调节身体气血以达到治疗效果。常用的针法如平补平泻法、提插捻转法等，通过不同操作技术来调控脏腑功能和经络气血。艾灸则是将艾草燃烧后在穴位进行熏烙，以温经散寒、通经活络为主要目的，适用于气虚寒证等慢性病的治疗，二者结合可显著提高疗效。

# 3 针灸康复的临床研究

## 3.1 针灸理疗在老年病人康复中的应用现状

近年来，随着全球老龄化趋势的加剧，老年健康问题

愈发引起社会各界的关注。针灸作为传统中医中的重要治疗方法，因其较小的副作用和整体调理的特点，逐渐被广泛应用于老年病人的康复治疗中。现有研究表明，针灸在减轻老年病人的慢性疼痛、改善运动功能和增强体质等方面具有积极的效果。

在临床实践中，针灸理疗主要应用于老年病人的多种常见病症，包括骨关节疾病、消化系统疾病、神经系统疾病和部分心血管疾病等。对于骨性关节炎、腰椎间盘突出症等骨关节疾病，针灸通过调节经络气血流通，减轻炎症和疼痛，从而改善患者的活动能力。胃肠功能紊乱等消化系统疾病，通过针刺特定穴位，促进胃肠蠕动和消化液分泌，有助于缓解症状。针对中风后遗症等神经系统疾病，针灸能够促进神经恢复，提高肢体的行动能力。针灸还对心绞痛等心血管疾病有辅助治疗作用，通过调节心脏相关的经络及穴位，缓解症状，稳定病情。

大量临床观察和数据分析显示，针灸在老年病人的康复中取得了显著的效果。一项针对老年慢性疼痛患者的研究发现，针灸能够有效降低疼痛程度，提高生活质量，并减少对止痛药物的依赖。另一项研究表明，针灸在改善中风后遗症患者的运动功能和日常生活活动能力方面表现出显著的优势，不仅可以缩短康复周期，还能降低复发率<sup>[3]</sup>。

综合来看，针灸理疗在老年病人康复中的应用现状表明其对多种老年病症具有显著的治疗和康复效果。不同病症和个体差异要求针灸治疗方案需个性化制定，进一步的多中心、大样本临床研究有助于更好地证实和完善针灸康复的应用规范和治疗效果。

## 3.2 针灸理疗对比常规康复治疗的优势探讨

针灸理疗在康复医学中的应用受到越来越多地关注。临床研究显示，针灸理疗在老年病人的康复中具有显著的优势，与常规康复治疗相比，在多个方面展示出明显的疗效差异。针灸通过刺激特定的穴位，能够有效缓解疼痛、减少炎症反应，并促进血液循环和神经系统的调节，从而改善老年人的运动功能。许多研究表明，针灸还具有显著的镇痛作用，能够有效减轻老年患者的慢性疼痛症状，帮助提高其日常生活能力。

常规康复治疗主要包括物理治疗、药物治疗及一些辅助治疗方法，通常需要较长时间才能看到效果。而针灸治疗常常在短期内就能产生显著的疗效，增加了老年患者的依从性。心理方面，针灸理疗在缓解焦虑和抑郁等心理症状上也有明显效果。

## 3.3 针灸理疗对老年病人心身康复的影响研究

针灸理疗对老年病人心身康复具有显著影响。临床研究表明，针灸治疗能够通过刺激特定穴位，提高内源性镇痛物质的分泌，从而有效减轻老年病人的疼痛。针灸可以调节神经系统功能，改善老年病人的情绪状态，显著降低抑郁和焦虑症状。针灸还通过促进局部血液循环，增强组织修复

能力,提高运动功能和生活自理能力。总的来说,针灸理疗在老年病人的身心康复中扮演了重要角色,具有较高的临床应用价值。

## 4 针灸康复对老年病人的价值与作用的分析与讨论

### 4.1 针灸康复在改善老年病人身体功能方面的作用

针灸康复在改善老年病人身体功能方面发挥了显著的作用。众多研究表明,针灸通过调节人体内的经络和气血运行,可以有效促进身体功能恢复。具体而言,针灸通过刺入特定穴位,刺激神经末梢,改善局部微循环,从而达到缓解肌肉紧张、减轻疼痛的作用。针灸还能激发身体自我调节的机制,增强机体免疫力和自愈能力。

对于老年病人而言,常见的身体功能问题包括步态不稳、关节疼痛、肌肉无力等。针灸治疗在这些方面表现出显著的改善效果。研究发现,通过针对性的针灸治疗,老年病人的步态稳定性得到显著提高,这不仅有助于减少跌倒的风险,还提高了老年人日常活动的独立性。对于关节疼痛的问题,针灸通过调节局部血液循环,减少炎症反应,缓解疼痛症状,为老年人提供了更多的活动可能性。针灸还可以通过改善肌肉张力,提高肌肉力量,从而帮助老年人恢复日常生活中的基本动作能力。

老年病人的身体功能恢复是康复治疗中的一个重要目标。针灸通过多方面的综合作用,在改善老年病人身体功能方面展示了巨大的潜力。研究表明,针灸不仅能够减轻老年人的身体不适,还能够提升其生活质量。针灸作为一种安全、有效的康复治疗方法,对于提升老年病人的身体健康状态,增强其生活自理能力和独立性,有着不可忽视的积极作用。这些研究结果为针灸在老年病人康复治疗中的应用提供了坚实依据,展现了其在提升老年人身体功能方面的广阔前景。

### 4.2 针灸康复在改善老年病人生活质量方面的作用

针灸康复在老年病人生活质量改善方面展现了显著的效果,主要体现在疼痛管理、睡眠质量、日常活动能力等多个维度。临床研究表明,针灸能够有效缓解慢性疼痛,这对长期遭受疼痛困扰的老年人尤其重要。通过刺激特定穴位,针灸促进了体内的内啡肽释放,降低了疼痛感,提高了病人的活动能力。

在改善睡眠质量方面,针灸通过调节神经系统功能,

减轻焦虑和压力,帮助老年人获得更深层次的睡眠。研究结果显示,接受针灸康复治疗的老年人试验组睡眠时间延长、睡眠质量显著提升,对比于对照组有明显优势。

日常活动能力的提高也是针灸康复的一个突出作用。通过缓解疼痛和改善功能状态,老年病人在日常生活中的独立性得到了增强。针灸治疗促进了血液循环和新陈代谢,有助于提高肌肉力量和柔韧性,从而提升了老年病人的自理能力和活动范围。

### 4.3 针灸康复在改善老年病人心理状态方面的作用

针灸康复在改善老年病人心理状态方面的作用尤为显著。通过调节神经系统和内分泌系统,针灸能有效缓解抑郁和焦虑症状,提升老年人的情绪稳定性和生活满意度。研究资料表明,针灸治疗能够促进神经递质的平衡,减少应激反应,从而降低心理压力。针灸疗法的镇痛效果也间接帮助老年人减轻因慢性疼痛引发的焦虑和抑郁情绪。总体而言,针灸为改善老年病人的心理健康提供了一个安全有效的途径。

## 5 结语

总的来说,论文通过实际的临床观察揭示了针灸在老年病人康复治疗中的显著优势,针对运动功能、疼痛程度以及生活质量的显著改善以及心理状态的稳定等方面表明了针灸的重要价值。然而,本次研究同时也指出,针灸治疗并非一种“一刀切”的治疗方法,它需要根据病症种类以及老年病人的个体情况进行个性化调整。尽管如此,本研究仍存在一定的局限性。一方面,研究样本数量并不充足,可能无法全面反映出针灸治疗在老年康复中的具体效果。另一方面,本研究未涉及针灸治疗可能存在的副作用,以及适应症和禁忌证等问题,这些都是影响针灸治疗实际应用的关键因素。因此,未来的研究可以深入探讨针灸治疗在更多老年疾病康复中的可能性,同时应更加注意到针灸治疗可能存在的问题和挑战,并致力于探索更加科学、完善的治疗方法和方案,使针灸成为老年病人康复治疗的更多选择之一,真正达到改善患者生活质量,提高康复效果的目标。

## 参考文献

- [1] 王琴.生命教育积极心理价值在老年病人康复成效中的探索研究[J].人人健康,2019(24).
- [2] 周夫磊.老年病人康复期心理治疗及护理[J].淮北职业技术学院学报,2021,20(3).
- [3] 曾晓丽.心理护理在骨科老年病人手术治疗及术后康复中的作用探讨[J].健康养生,2019(16).