

Research Progress of TCM for Lumbar Disc Herniation

Zhanliang Jiang Xiangyang Leng*

Changchun University of Chinese Medicine, Jilin, Changchun, 130000, China

Abstract

Lumbar disc herniation (Lumbar Disc Herniation, LDH) is a common and common disease in the spinal family. Lumbar disc herniation is mainly the lumbar disc damage after making its fiber ring is completely damaged or partially damaged, in the ruptured position of the pulp nucleus protrusion, this prominent part is that will compress the nerve to cause low back pain and sciatica. At present, more and more patients live with the disease, seriously affecting the quality of life. Lumbar disc herniation can be divided into surgical treatment and non-surgical treatment. Studies have shown that the vast majority of patients with horsetail syndrome or motor neuron injury need surgery, the vast majority of lumbar disc herniation can take non-surgical treatment. With the development of science and technology and modern medicine, the mechanism of TCM in the treatment of lumbar disc herniation has been gradually clarified, and its clinical efficacy is being gradually recognized. TCM has been widely used in the treatment of lumbar disc herniation certificate. The treatment of lumbar disc herniation with traditional Chinese medicine can not only effectively relieve the pain and other symptoms in patients, but also has the characteristics of small side effects, convenient operation and low cost. On the basis of reference literature, the study reviewed the progress of TCM treatment of lumbar disc herniation from the two aspects of TCM internal treatment and external treatment, in order to provide reference and reference for the clinical treatment of lumbar disc herniation.

Keywords

lumbar disc herniation; traditional Chinese medicine; treatment methods; diagnosis and treatment

中医药治疗腰椎间盘突出症的研究进展

江占亮 冷向阳*

长春中医药大学, 中国·吉林 长春 130000

摘要

腰椎间盘突出症(Lumbar Disc Herniation, LDH)是脊柱外科的常见病和多发病。腰椎间盘突出症主要就是腰椎间盘突出发生损伤之后使其纤维环完全被破坏或者是部分被破坏,在破裂的位置上髓核突出,这个突出的部分就是会压迫到神经造成腰痛以及坐骨神经痛等。当下该疾病患者越来越多,严重影响了生活质量。腰椎间盘突出症在治疗上可分为手术治疗和非手术治疗。研究表明,除了出现马尾综合征或者运动神经元损伤表现的患者需要手术外,绝大多数腰椎间盘突出症的患者可采取非手术治疗。随着科学技术及现代医学的发展,中医药治疗腰椎间盘突出症的机理被逐渐阐明,其临床疗效正被逐渐认可,中医药在治疗腰椎间盘突出证上已经有了广泛应用。用中医药治疗腰椎间盘突出症不仅可以有效缓解患者的疼痛等症状,而且还具有副作用小、操作便捷以及成本低廉的特点。本次研究在参考相关文献资料的基础上,分别从中医药内治、外治两个方面入手综述了腰椎间盘突出症的中医药治疗进展,以期临床上治疗腰椎间盘突出症提供借鉴和参考。

关键词

腰椎间盘突出症; 中医药; 治疗手段; 诊疗

1 引言

腰椎间盘突出症是临床常见病与多发病,主要是由各种原因导致的腰椎间盘突出发生劳损退行性病变后,后在外力因素作用下,造成椎间盘纤维环破裂,进而导致髓核随之突出

【作者简介】江占亮(1996-),男,中国江西上饶人,硕士在读,从事脊柱疾病的基础与临床研究。

【通讯作者】冷向阳(1966-),中国吉林长春人,硕士,长春中医药大学校长,从事脊柱疾病的基础与临床研究。

或脱出,压迫局部相邻近的脊神经根,从而产生腰腿部疼痛、下肢麻木等一系列临床症状。其发病与性别、年龄、职业、外伤等多种因素有关。该病虽不能危及生命,却是导致患者丧失劳动能力的危险因素之一,严重影响患者的身心健康和生活质量。临床上可以采取手术治疗和非手术治疗,虽然手术治疗可以解除神经根或脊髓压迫所导致的临床症状,但手术也有一定的缺点,如价格昂贵、手术并发症、椎间盘退变加速、远期疗效无法评估等。部分腰椎间盘突出症患者术后疼痛症状仍然存在,而且此病腰椎手术失败的概率高

达10%。因此,非手术治疗也是治疗该病重要方法。而随着中医药的发展,其在腰椎间盘突出证治疗中的价值已经在临床中得到了充分的验证,对临床疗效的提升有着显著的促进作用。在中国古代医术之中并没有腰椎间盘突出症这一叫法,一般都是叫腰腿痛或者是痹症等,扁鹊的《素问》之中有关于此病的记载。中医认为该病与风寒湿邪、跌打损伤、慢性劳损、肝肾亏虚等因素有关。经临床实践证明中医对该病的治疗效果持续,且无创伤损害等特点^[1]。

2 中药内治

腰椎间盘突出证的中药内治以内服中药汤剂为主,通过内服中药能够改善患者病灶位置的炎性反应,可促进炎性因子水平的降低,并改善神经纤维的功能,在缓解患者疼痛上也有着显著的效果。在中医内治上,主要遵循辨证分型论治的原则,中国国家中医药管理局《中医病症诊断疗效标准》中辨证将腰椎间盘突出症分为气滞血瘀证、寒湿痹阻证、湿热痹阻证、肝肾亏虚证。临床各家对疾病病机认识各有异同,但大多认为该病由于外感风寒湿邪,同时肝脾肾功能衰退,因痰瘀阻络所致。早期常为实证,血瘀证与寒湿证居多。后期常为虚证,肝肾亏虚证居多。根据患者所处疾病阶段分期论治,各期所用方药不同。对血瘀证患者,需要以活血化瘀、疏经通络为基础治则,经典方剂可配桃红四物汤,并结合患者奠定症状进行加减用药。对寒湿证需要采用散寒除湿、温阳经络为基础原则,经典方剂可配独活寄生汤加减用药。而气血两亏证,则可以补气活血为主要治则,可配合八珍汤加减用药。脾肾阳虚则需要以补脾肾、疏经络为治疗原则,可使用肾气丸加减用药。肾阴不足证,则可以滋阴补肾为职责,使用左归丸加减用药。湿热蕴蒸证,则可采用清热、利湿的治疗原则,可使用加味二妙散进行治疗^[2]。

3 中药外治

3.1 中药药膏外敷

中药药膏外敷是中医特色的治疗方式之一,中药药膏是以中医基础理论为指导,根据中药四气、五味、归经等理论,多选择具有散寒祛湿、活血化瘀止痛的中草药材制成药膏,通过外敷的方式渗透入皮肤,直达病灶,刺激局部的经络脑穴可激发全身经气,并刺激神经末梢、特殊感受器,从而促进神经-体液的调节,增强抗病的能力和修复的能力,达到治疗作用。此外,中药药膏外用不仅疗效甚佳,而且可避免肝肾毒副作用,故安全可靠。有相关对照研究表明采用中医手法及外用膏药治疗腰椎间盘突出症,总有效率可以达

到92%,效果十分突出^[3]。

3.2 其他外治方法

中医外治方法众多,每种方法都具有自己的优势和特点,其中中药烫疗、中药熏洗、耳穴压豆、中药足浴等方法临床较为运用广泛。中药烫疗是指用中草药热敷于身体局部病变部位的一种治疗手段,通过一定时间的热接触以及药物本身的功效发挥其温经散寒止痛等作用。中药熏洗可以促进局部微循环,加快新陈代谢及炎症介质稀释和吸收,降低肌张力,从而达到止痛的效果。

4 针灸疗法

针灸可分针刺与灸法。其中针刺属于中医的经典治疗手段,疗效确切,在镇痛上,其能够显著提高患者体内的镇痛物质水平,并降低患者机体的对疼痛的敏感性,且可起到改善患者血液循环的作用,能够调动患者的免疫机制,进而发挥出疗效。临床常用的针刺方案包括普通针刺法、电针、火针、温针、小针刀等,通过针刺穴位能够改善患者体内的炎性因子水平,如IL-6,另外也可降低患者体内的hs-CRP炎性因子水平。而在灸法治疗上,可以艾柱直接灸、间接灸、雷火灸、温针灸等多种方案,可起到减毒的作用。现代研究表明,艾灸在产生温热的同时会产生红外辐射,红外辐射包括近红外辐射和远红外辐射^[4]。近红外辐射使人易于吸收,而远红外辐射可以通过传输能量改善皮肤微循环。而就针对腰椎间盘突出症的灸法来看,以热敏灸、温针灸以及盒灸应用最为广泛,效果极佳。

5 推拿正骨手法

推拿作为治疗腰椎间盘突出症的自然疗法,历史悠久,特色鲜明,疗效肯定,内在机制比较复杂,能够有效改善患者的局部组织痉挛问题,可起到松解粘连、降低脊椎负荷,纠正生理解剖位置的作用,进而改变神经与腰椎间盘突出部分的位置,以减少神经根的压迫,并降低炎性因子水平。亦可通过改善椎间盘等局部软组织和骨组织的微循环,抑制神经元痛觉过敏,缓解疼痛而增强活动度。推拿手法门类较多,可分为正骨以及松解两种手法,细分涵盖了推、拿、弹、波、抖、扳、摇等,每种推拿正骨方法有各自的适应症,同时,在治疗过程中,各种手法之间往往要相互配合,从而达到最佳疗效。另外在推拿手法应用的过程中,常可配合使用针灸、中药内服、穴位注射、拔管等方案,即为中医综合疗法,可通过辨证用药配合中医药外治,进一步提高临床效果。有研究将腰背肌功能锻炼与腰背肌功能锻炼基础上进行正骨推拿做对比,

发现腰背肌功能锻炼联合正骨推拿治疗腰椎间盘突出症效果更佳。将推拿正骨手法与常规治疗方法治疗LDH做对比,证明推拿正骨可以使腰曲值水平得到改善,从而缓解临床症状,并且安全可靠。

6 牵引疗法

腰椎牵引是治疗腰椎间盘突出症的常用保守治疗手段,多用于有明确神经根性疼痛的患者。使用该方式进行治疗之后其主要的的作用就是能够将腰椎之间的间隙增大,使其间隙之间形成负压,然后再加上韧带本身的压力,就会使得髓核突出不再明显,将椎管之中的压力有效降低,以此将神经根压迫的情况有效降低,将腰椎小关节的负重问题减轻,最后将要求的正常力线得以恢复,起到缓解疼痛以及肌肉放松的目的。而且有利于组织水肿的有效吸收,达到疏通筋骨、散瘀止痛的功效,在使用该方式最开始的目的就是将患者本身的疼痛减轻,在后期治疗的时候就是要将患者耐受作为度。有一些文献给研究对象使用了骨盆牵引以及倒悬牵引的方式,几乎有95%的患者各项功能都有所改善。该方式本身与生理曲度相符合,然后在这样的基础上使用了与腰椎相垂直的冲击力,最后能够有效治疗该疾病,并且不易再发生。

7 刮痧拔罐

现代研究表明,拔罐疗法可显著降低肌肉僵硬,对机体具有调节新陈代谢,丰富局部营养状态,增强机体免疫力,改善局部血液循环、促进受损组织修复的作用。刮痧主要有抗氧化、调节免疫力等作用,具有疗效显著、操作便捷的优点。

8 联合治疗

联合疗法是指通过中医辨证论治,在中医众多治疗方法中,选取其中几种或者多种治疗方法对腰椎间盘突出症进行

综合治疗的方法。面对不同症状的腰椎间盘突出症患者,采取最佳的联合治疗方法,往往能达到事半功倍。采用较多的是中药联合针刀、针灸推拿并用、针灸敷药牵引、中药口服联合拔罐热敷及针灸联合功法等综合方法。综合疗法也是目前临床应用较多的方法。

9 结语

近来,学者们普遍认为只有很少的腰椎间盘突出症患者需要进行手术干预,所以非手术治疗是治疗腰椎间盘突出症的首选。在临床上,越来越多的腰椎间盘突出症患者开始尝试接受中医药治疗。特别是对于年龄较大、惧怕手术,或者身体状况不能耐受手术的患者,可以首先考虑中医药治疗。中医非手术治疗可促进突出的髓核的吸收,有效改善腰椎功能,促进患者康复。其治疗手段丰富,有中药内服、中药外治、针灸推拿、牵引、针灸、牵引疗法等。它们有各自的适应症,因此在临床上,我们要根据患者的病情,选择最佳治疗办法,从而达到最佳临床疗效。虽然运用中医药治疗腰椎间盘突出症具有广阔的前景,但是临床上尚未形成统一的标准,导致运用中医药疗法尚不普遍。今后应不断加强中医药治疗腰椎间盘突出症的临床及基础研究,全面深入研究中医药治疗腰椎间盘突出症的机制,使其在临床上更好地推广运用。

参考文献

- [1] 梁来德.推拿治疗腰椎间盘突出症的研究进展[J].吉林中医药,2010,30(6):546-547.
- [2] 罗莎,李军文.中医治疗腰椎间盘突出症的研究进展[J].江苏中医药,2017(8):87-90.
- [3] 曹寅生.中医药治疗腰椎间盘突出症研究进展[J].湖南中医药导报,2002(8):24-25.
- [4] 祝延蕾,李振华.腰椎间盘突出症中医治疗的研究进展[J].亚洲临床医学杂志,2021,4(1):44.