

颈椎病的综合治疗

★ 张昊 李泳高 陈品红 (广东省台山市人民医院 台山 529200)

关键词:颈椎病;手法;药物治疗;理疗及功能锻炼

中图分类号:R 274.981.5⁺5 文献标识码:B

颈椎病为临床多发、常见病,作者自 2002 年 6 月~2005 年 4 月采用手法结合药物、理疗治疗颈椎病有完整资料的共 167 例,疗效良好,现报道如下:

1 临床资料

本组病例男 96 例,女 71 例,年龄 31~76 岁,平均 51 岁。根据《广东省常见病基本诊疗规范标准》临床分型为神经根型 86 例、椎动脉型 45 例、交感型 16 例、混合型 11 例、脊髓型 9 例。

2 治疗方法

2.1 手法

2.1.1 预备手法 患者取坐位,术者立于身后,分别采用拍打、摩擦、揉捏、提拿等手法,力度应从轻到重、动作幅度应从小到大,主要起放松肌肉、缓解紧张(包括精神紧张)的作用,一般施术时间为 5~15 分钟。

2.1.2 治疗手法 患者坐位,以右侧为例,术者立于患者的后方偏左,右手托住患者下颌,左手托住枕后部,向上慢慢用力拔伸,同时可做颈部的上下左右回旋运动,施术时间约 3~5 分钟,以达到放松肌肉、松弛关节的作用。随后在中立位维持拔伸,慢慢向右旋转至感觉到一定阻力时突然发力快速右旋,此时可听到一连串清脆的弹响声,然后左右手互换,以同样的手法行左旋一次,治疗手法即告完成。如病人颈部有明显的压痛点,X 片显示(或触诊)有关节错位的,可同时用枕部手的大拇指在痛点或错位点行按压手法,疗效更佳。随后以抚摩、拿捏、推按等手法放松肌肉、清除不适感。

2.2 药物治疗

以葛根汤方为基本方加减:葛根 15 g,桂枝 12 g,川芎 12 g,当归 12 g,赤芍 15 g,白芍 15 g,黄芪

12 g,生草 7 g。如伴有上肢麻木、颈项紧束感加秦艽、全蝎、地龙等;若头晕目眩,症属气血虚弱的加羌活、独活、桑寄生、白芷、虎杖等;若头晕目眩伴胸闷口苦、甚则恶心呕吐的,症属脾虚夹湿加半夏、云苓、菊花等。

2.3 理疗及功能锻炼

颈椎牵引重量一般为体重的 1/7~1/10,颈部医疗体操,自我穴位按摩及良好的生活习惯。

3 治疗结果

治愈(原有各种症状和体征基本消失,颈和肢体功能恢复,能正常参加工作)76 例(46%),好转(症状体征部分或大部消失,工作生活无大的影响)85 例(51%),未愈(症状体征无改善或加重)6 例(3%),以上病例治疗天数 1~21 天,平均天数 7 天。

4 讨论

在整个治疗过程中,以手法最为重要,尤其是旋转手法,能纠正颈椎小关节的错位,松解韧带和肌肉等软组织的粘连,恢复颈椎的正常生理曲度,解除对神经、血管的压迫,再辅以拿、捏、按、揉、提等各种手法以消除软组织的痉挛、水肿,在手法操作过程中,切忌暴力,手法要准确、轻柔,(对年老体弱及严重心脑血管疾病的病人忌用回旋手法及重手法)再配合舒筋活血、通络活络的药物以及理疗和锻炼从而达到治疗目的。

医患配合在整个治疗过程中至关重要,嘱病人养成良好的生活习惯,不要长时间低头伏案工作,要适当抬头活动或自我按摩,长时间开车要尽量停车休息,没法休息也要变换体位以放松颈部,不要睡高枕头,高度以一拳之高为度。若医患合作,疗效往往事半功倍。

(收稿日期:2005-09-12)