

· 短篇论著 ·

综合疗法治疗腰椎间盘突出症的疗效观察

望开森 彭克生

腰椎间盘突出症是一种常见疾病,严重影响患者的生活质量,临床多采用非手术治疗,但疗程长、显效慢,并且复发率高。我科从 2005 年 12 月至 2006 年 12 月运用以 McKenzie 法和 Maitland 关节松动术为主的方法对腰椎间盘突出症患者进行治疗,疗效显著,并且疗程短、复发率低。现报道如下。

一、资料与方法

1. 临床资料:120 例患者为 2005 年 12 月至 2006 年 12 月我院康复医学中心门诊患者,均根据临床表现和影像学(CT 或 MRI)检查确诊。按就诊顺序随机分为 2 组。治疗组 60 例中,男 27 例,女 33 例;年龄 16~75 岁;病程 3 d~5 年。对照组 60 例中,男 25 例,女 35 例;年龄 21~81 岁;病程 2 d~6 年。2 组患者性别、年龄、病程差异无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。

2. 治疗方法:2 组均采用腰椎牵引和超短波疗法,治疗组在此基础上加用 McKenzie 法与 Maitland 关节松动术。①腰椎牵引,采用江苏产 T-YZQ 型微电脑牵引床,患者仰卧位,持续牵引,重量为体重的 40%~80%,每次牵引时间为 20~30 min。②超短波疗法,采用日本产 SW-101 型短波治疗仪,患者仰卧位,用电容电极腰部对置,无热量或微热量,每次 15 min。③McKenzie 法,伸展性俯卧位 10~20 min;俯卧位伸展运动,患者俯卧位,双手支撑在治疗床上(江苏 B-DZC-02 型多体位治疗床),使脊柱腰段尽可能后伸,腹部紧贴床面,并且保持数秒,每次 10 遍。④Maitland 关节松动术,根据 Maitland 手法分级,早期以疼痛为主者,采用 I~II 级手法;以功能障碍为主者,采用 III~IV 级手法。具体为患者取俯卧位,分别采用垂直按压棘突、垂直按压横突及旋转摆动等,每次 10~20 min。

以上方法每日 1 次,1 周为 1 个疗程,2 个疗程后观察疗效,3 个月后随访。

3. 疗效标准^[1]:痊愈——腰腿痛症状体征完全或基本消失,直腿抬高 $> 70^\circ$;显效——腰腿痛症状明显缓解,体征未完全消失;好转——腰腿痛症状好转,体征未达正常;无效——腰腿痛症状体征无缓解或加重。

4. 统计学分析:2 组患者疗效比较采用 χ^2 检验。

二、结果

治疗组痊愈率为 76.7%,有效率为 96.7%;对照组痊愈率为 25.0%,有效率为 73.3%。治疗组与对照组痊愈率、总有效率比较差异有统计学意义($P < 0.01$),见表 1。

表 1 2 组疗效比较(例)

组别	例数	痊愈	显效	好转	无效	有效率(%)
治疗组	60	46	10	2	2	96.7 ^a
对照组	60	15	20	9	16	73.3

注:与对照组比较,^a $P < 0.01$

三、讨论

腰椎间盘突出症为临床常见病和多发病,约占门诊腰腿痛患者的 20%,其主要临床表现为腰腿痛及腰部活动受限等,主要由椎间盘移位压迫、刺激硬膜囊和神经根产生炎症反应及力学失衡所致。腰椎间盘突出症的治疗,目前大多采用非手术综合疗法,多数患者经治疗后症状都能缓解或治愈。

腰椎牵引的疗效已得到国内外公认,它可以缓解腰背肌痉挛、减轻疼痛、改善局部血液循环、促进炎症消退、增大椎间隙和椎间孔、改变突出物与神经的位置关系,并能松解软组织粘连,改善或恢复脊柱的正常生理弯曲,从而缓解神经根的压迫和刺激症状,促进突出的椎间盘回纳^[2]。

超短波治疗能改善血液和淋巴循环,使水肿消散、炎症产物排出,并使组织张力降低、肌肉痉挛缓解,同时能提高痛阈而镇痛等^[2]。

McKenzie 法采用特定方向的脊柱伸展体位和伸展运动使引起症状的椎间盘产生偏移负荷,这种应力作用可使椎间盘纤维环内髓核或神经根向负荷的反方向移动,减轻或消除髓核移动对神经根的刺激和压迫,松解椎间盘与神经根之间的粘连,使疼痛向心化或消失,再通过姿势保持促使突出的椎间盘还纳。在治疗过程中患者出现“向心化”现象,可以表明 McKenzie 法产生了较好的力学效应^[3,4]。McKenzie 法在治疗的同时,教会患者采用合适的伸展体位和伸展运动进行自我治疗,可减少患者依赖性,增加独立性;同时对患者的健康教育指导,让患者学会自我治疗的方法,既可以巩固疗效又可预防复发^[5]。

Maitland 关节松动术是现代康复治疗技术中的基本技能之一,主要利用关节的生理运动和附属运动被动活动患者关节,对腰椎间盘突出症主要针对疼痛、麻木、活动受限等进行治疗,有解除肌肉痉挛、松解粘连、缓解疼痛并改善关节活动范围,增加本体反馈等作用^[4]。

综上所述,综合疗法治疗腰椎间盘突出症有较好的力学效应和治疗效果,从而可以减少患者的各种负担,同时能让患者进行自我治疗,有利于巩固疗效,预防复发。

参 考 文 献

- [1] 胡有谷,主编. 腰椎间盘突出症. 北京:人民卫生出版社,1993:220.
- [2] 南登崑,主编. 康复医学. 北京:人民卫生出版社,2004:132,143.
- [3] 王晓红,张益珍,张黎明,等. McKenzie 力学疗法结合推拿治疗腰椎间盘突出症的临床研究. 中国康复医学杂志,2004,19:652.
- [4] 王刚,张德清,林元平,等. 麦肯基技术与关节松动术治疗腰椎间盘突出症的疗效观察. 中华物理医学与康复杂志,2006,28:62.
- [5] 徐军. McKenzie 力学诊断和治疗方法在腰部疾病的应用. 中华物理医学与康复杂志,2002,24:310.

(修回日期:2007-08-31)

(本文编辑:松 明)

作者单位:443100 宜昌,湖北省宜昌市夷陵医院康复医学中心