

中医药治疗神经根型颈椎病的研究进展

谢宗洋¹, 王先滨^{2*}

¹黑龙江中医药大学研究院, 黑龙江 哈尔滨

²黑龙江中医药大学第一附属医院推拿科, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2025年5月11日; 录用日期: 2025年6月3日; 发布日期: 2025年6月10日

摘要

神经根型颈椎病是临床上最常见的颈椎病类型, 其患病率高, 患病人群逐渐增多, 中医药对其治疗有着巨大的优势, 本文论述了中医药治疗神经根型颈椎病的方式, 旨在为临床医生提供参考, 以便提高神经根型颈椎病患者的治疗效果, 笔者查阅相关的文献如下。

关键词

神经根型颈椎病, 中医药, 研究进展

Research Progress on Traditional Chinese Medicine Treatment for Cervical Radiculopathy

Zongyang Xie¹, Xianbin Wang^{2*}

¹Research Institute, Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

²Tuina Department, The First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

Received: May 11th, 2025; accepted: Jun. 3rd, 2025; published: Jun. 10th, 2025

Abstract

Cervical radiculopathy is the most common type of cervical spondylosis clinically, with a high prevalence rate and an increasing patient population. Traditional Chinese Medicine (TCM) holds significant advantages in its treatment. This article discusses various methods of TCM in treating cervical radiculopathy, aiming to provide references for clinicians to improve the therapeutic effects for

*通讯作者。

patients with cervical radiculopathy. The authors reviewed relevant literature as follows.

Keywords

Cervical Radiculopathy, Traditional Chinese Medicine, Research Progress

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

颈椎病多见于长期伏案工作的中老年人群, 高发年龄为 30~50 岁, 近年来发病人群日益增长且趋势逐渐年轻化。其中最常见, 受累人数最多的类型为神经根型颈椎病(cervical spondylotic radiculopathy, CSR), 约占所有颈椎病中的 60%~70% [1]。该病主要由颈椎间盘突出、黄韧带肥厚、骨刺形成、椎间孔缩小或椎管狭窄等因素引起[2], 导致颈神经根受压或受刺激, 引发无菌性炎症和周围软组织水肿等病理变化。患者常表现为颈肩僵硬、疼痛、肌肉紧张和颈椎活动受限, 以及上肢放射性痛、麻、无力等神经根症状, 严重影响日常生活。中医作为我国独有的医疗体系, 对于 CSR 预防、治疗及康复的有着突出的效果[3]。

2. 神经根型颈椎病的病因病机

(1) 中医学上的神经根型颈椎病: 尽管古医书中没有直接提到神经根型颈椎病的名称, 但其临床表现与中医的“项痹”症状相似。历代医学家认为, 项痹的成因涉及外邪入侵、肝肾亏损、长期劳累、气血亏损、挫伤扭伤以及情绪内伤等方面。首先, 由于先天体质虚弱, 肾气不足, 肝肾功能障碍, 导致筋骨失养, 气血虚弱, 从而容易受到风寒湿邪的侵袭, 正如《诸病源候论·风湿痹候》所载: “气血虚弱, 感受风湿之邪而生此病。”其次, 过度劳累和缺乏锻炼可导致精气耗竭, 气血失衡, 使得颈部易受邪气影响, 这一点在《金匱要略·方论》中也有所论述: “痹症伴随背部疼痛, 多因劳累而发。”再者, 外邪如风寒湿邪的侵袭会导致气血阻塞, 经络不畅, 这是疾病发生的另一个重要因素, 正如《素问·痹证》所说: “风寒湿邪三者相合, 可形成痹症。”最后, 跌打损伤等外伤会引起气血瘀滞, 这在《伤科补要》中有所描述。中医认为神经根型颈椎病的病机为本虚标实, 其中标实指的是风寒湿邪阻塞筋脉, 而本虚则是肝肾亏损。颈肩部疼痛与手部三阳经、督脉及足太阳膀胱经有关, 治疗时应当依据这些经络的穴位进行。

(2) 现代医学: CSR(神经根型颈椎病)主要因颈椎间盘退行性变导致失稳, 进而引发椎体边缘、小关节增生、韧带钙化及椎间孔狭窄, 压迫或刺激颈神经根, 表现为颈上肢麻木疼痛等。其机制涉及生物力学不稳(软组织损伤致平衡打破)、机械压迫(影响神经根血供)、免疫反应(椎间盘抗原引发)及炎症因子释放(刺激神经根, 损伤背根节细胞致异常放电与疼痛递质合成增加)。

3. 中医治疗

3.1. 针灸和针刀治疗

针灸作为中医特色疗法的重要组成部分, 通过刺激经络和穴位, 能够调整气血运行、平衡阴阳、畅通风邪, 进而实现治疗疾病和增进健康的效果。现代科学研究显示, 针灸具有缓解疼痛、调节神经系统和免疫系统功能等多种作用。在治疗神经根型颈椎病(CSR)的过程中, 针灸已被证实能够有效缓解其临床

症状。

近年 CSR 的患病人群的上涨及中医传统文化的发扬,越来越多的人选择针灸技术来治疗 CSR,使针灸治疗 CSR 的方法也逐渐增多。周鹏[4]在超声下行针刺及触激特定神经根区、肌间沟臂丛神经区及锁骨上臂丛神经区的神经点联合电针治疗 CSR,结果表明神经触激针刺法联合电针相较于传统针刺在改善中医证候积分、疼痛因子水平(PGE2, IL-1 β , TXB2)、颈椎功能指标上较好。唐臻一[5]等人用浮针于斜方肌、颈夹肌、头夹肌、斜角肌、胸锁乳突肌等颈周责任患肌区域压痛点,进针向病灶方向,沿皮下浅筋膜层缓速进针,进针后呈扇形扫散。结果表明浮针相较于单纯牵引,在改善 VAS、VRS、中医症状积分、JOA 评分上有着巨大优势。宋来娜[6]等人运用白虎摇头针刺手法与常规针刺手法相比较,在改善中医证候积分、NPQ 评分、VAS 评分上有较大优势,总有效率治疗组为 95.24%,高于对照组。曹玉华[7]在针刺的基础上施加艾灸疗法与单纯的常规针刺治疗对比,观察组有效率为 94.29%高于对照组,观察组的患者在使用视觉模拟评分(VAS)评估疼痛时得分低于对照组,而在生活质量评分上则高于对照组,这一差异在统计学上具有显著性($P < 0.05$)。这表明,采用艾灸与针刺相结合的治疗方式能够产生相互增强的效果,有助于缓解疾病的临床表现,并减少患者的痛苦感。

针刀结合针具与刀身,具有通络祛痛、松解粘连、调整颈椎力线、恢复力学平衡的作用。通过深松解颈部软组织粘连,改善椎管内外应力,解除神经根压迫,增加活动度,减少神经血管受压刺激,最终恢复颈椎稳定。杨阳[8]等人采用超声引导下针刀“颈骶并治”治疗与其采用超声引导下“T”形针刀治疗相对比,经治疗后 VAS 评分、CSR20 评分均有改善,证明针刀能有效减轻 CSR 患者颈痛、改善症状、体征。

3.2. 推拿和导引治疗

推拿按摩这一治疗方法,可以通过按压经络来疏通经络,通过摩动来消散瘀血肿块,以此实现气血通畅的效果。这种外部治疗手段不仅能够减轻肌肉的紧绷状态,解开经筋的约束,还能矫正关节的错位,以此达到疏导身体,促进健康的目的。在推拿过程中,使用扳法、拔伸法等技巧能够调整关节的错位,恢复小关节的正常秩序,减轻受损椎间孔和关节的压力,减缓椎间盘的退变过程,扩大椎间孔和椎间隙,从而减轻对神经根的压迫,放松周围组织。此外,推拿按摩还能促进血液循环,减少炎症因子的产生,进而缓解疼痛、麻木和异常感觉等症状。推拿按摩作为我国传统医学的一个重要组成部分,对维护人类健康发挥着重要作用。

陈飞[9]等对患者采用筋骨并举手法治疗,2个疗程后,患者 VAS、PPI 评分均显著降低,尺神经和正中神经传导速度显著升高,证明手法治疗对于 CSR 的疗效显著。郑亚立[10]等人针对 98 例神经根型颈椎病患者,将患者分为两组。一组接受常规的正骨推拿治疗(对照组),另一组则在正骨推拿的基础上,加用了温经除湿蠲痹汤(治疗组)。治疗持续了 4 周后,疗效评估显示,治疗组的总有效比例达到了 98%,这一结果在统计学上具有显著差异($P < 0.05$)。贾冬梅[11]采用平乐正骨平衡理论指导下的推拿手法与传统推拿手法做对比,经两周治疗后,实验组治疗后 VAS 评分下降($P < 0.05$),CASCs 评分增大($P < 0.05$),且试验组 VAS 和 CASCs 评分均优于对照组($P < 0.05$),推拿手法在治疗神经根型颈椎病方面展现出良好的效果,能够显著缓解患者的疼痛及其他不适感。其作用机制在于能够疏通经络、畅通气血、促进血液循环,同时还能松解因慢性劳损或炎症引起的组织粘连,并增加关节的灵活性,使关节活动更加顺畅。

导引作为中医古老的养生术,融合了呼吸与肢体运动。“导”指调息,“引”指导引肢体(如屈伸弯腰)以活动筋骨。其目的在于疏通气血,平衡阴阳(阴平阳秘)。杨娥峰[12]予针刺联合八段锦气功导引术经治疗后,NDI、VAS 均降低,颈椎症状评分上升,证明八段锦具有调气活血,疏经通络,舒筋止痛的功能,导引能作为治疗及康复 CSR 的有效手段之一。

3.3. 中药口服治疗

口服汤药治疗是中医治疗不可或缺的手段之一, 凭借其深厚的中医历史底蕴和独特的优势, 在治疗 CSR 上具有重要地位。该方法遵循辨证论治原则, 综合考虑患者各方面因素, 实施个体化、整体化的治疗, 通过调整脏腑平衡与气血运行来达到治疗效果。刘伟杰[13]等人采用甲钴胺组治疗的基础上加用归芎活血行气汤治疗 CSR, 研究表明与单独使用甲钴胺相比较, 加服归芎活血行气汤效果更佳, 颈椎功能 JOV 评分更高。林少平[14]等人采用葛根汤联合高能量体外冲击波治疗、牵引治疗(观察组)与高能量体外冲击波治疗联合牵引治疗(对照组)作比较, 研究表明 VAS、CASCs、NDI、白细胞介素-1 β 、白细胞介素-6、肿瘤坏死因子- α 两组均有改善, 但观察组改善程度明显大于对照组, 患者满意度更佳。王伟[15]等人采用独活寄生汤联合颈部康复训练(研究组)与单纯颈部康复训练(对照组)进行比较, 研究表明两组 ASCs、VAS、中医证候积分均有改善, 研究者改善程度更佳, 独活寄生汤与颈椎康复训练相结合, 在治疗神经根颈椎病时, 能够有效改善患者的临床症状, 减轻疼痛感, 增加颈椎的活动范围, 并促进其功能的恢复。

4. 讨论

神经根型颈椎病属于临床常见病种, 其致病因素复杂多样, 已严重影响患者的生活质量。中医将神经根型颈椎病归属于“痹证”或“颈肩痛”范畴, 中医治则为通络止痛, 舒筋活络, 益气活血。中医治疗方式多样, 操作较为便捷, 成本低廉, 创伤小, 易于被人们接受。在改善症状、缓解疼痛、恢复功能方面具有显著的临床效果。现代医学虽能通过影像学等技术明确颈椎结构病变, 但在明确导致神经根受压的具体软组织炎症或水肿等病因方面存在局限, 通常只能进行对症治疗, 方法相对单一, 且可能存在侵入性操作, 费用昂贵, 治疗效果有时不尽人意。并且, 部分相关研究样本量较小, 这本身就削弱了其结论的可信度, 研究设计不够严谨更是加剧了这一问题, 未来我们应该加大样本量进行更严谨的研究, 以增强结论的可信度, 更好地服务临床。预防和早期干预是减轻疾病负担的关键, 中医对于神经根型颈椎病的早期干预, 如中药、针灸、推拿及功法指导等, 有着丰富的手段和独特的优势, 值得我们推广运用, 并积极探索更加行之有效的治疗思路。

参考文献

- [1] 卜寒梅, 王平, 杨光, 等. 神经根型颈椎病根性疼痛疗效评价方法研究进展[J]. 中国中西医结合杂志, 2021, 41(3): 380-384.
- [2] 杨小瑞, 曹林忠, 胡康一, 等. 手法治疗神经根型颈椎病的研究进展[J]. 中国中医急症, 2023, 32(3): 560-564.
- [3] 崔学军, 姚敏. 颈椎病中西医结合诊疗专家共识[J]. 世界中医药, 2023, 18(7): 918-922.
- [4] 周鹏. 神经触激针刺法联合电针治疗神经根型颈椎病临床观察[J]. 实用中医药杂志, 2025, 41(4): 852-854.
- [5] 唐臻一, 王博韬. 中医浮针治疗对神经根型颈椎病患者疼痛程度及中医症状积分的影响[J]. 医学信息, 2025, 38(7): 116-119.
- [6] 宋来娜, 唐伟伟, 李思康. 白虎摇头针刺手法治疗神经根型颈椎病 42 例临床观察[J]. 湖南中医杂志, 2022, 38(2): 64-66.
- [7] 曹玉华. 艾灸结合针刺治疗神经根型颈椎病临床观察[J]. 中国中医药现代远程教育, 2021, 19(14): 119-121.
- [8] 杨阳, 张娟, 周胜利, 等. 基于“颈骶并治”超声引导下针刀治疗神经根型颈椎病的临床研究[J]. 针灸临床杂志, 2025, 41(4): 49-54.
- [9] 陈飞, 李业甫, 郭庆军, 等. 李业甫筋骨并举手法治疗神经根型颈椎病临床研究[J]. 安徽中医药大学学报, 2020, 39(2): 46-49.
- [10] 郑亚立, 童支援. 温经除湿蠲痹汤联合正骨推拿治疗神经根型颈椎病疗效观察[J]. 中国中医药科技, 2020, 27(4): 665-667.
- [11] 贾冬梅. 平乐正骨平衡理论指导的推拿治疗神经根型颈椎病临床观察[J]. 光明中医, 2023, 38(16): 3169-3172.

-
- [12] 杨娥峰. 针刺联合八段锦治疗神经根型颈椎病的临床疗效观察[J]. 西北民族大学学报(自然科学版), 2025, 46(1): 56-60.
 - [13] 刘伟杰, 菅炎鹏, 王一公, 等. 归芎活血行气汤联合甲钴胺治疗神经根型颈椎病临床研究[J]. 新中医, 2025, 57(6): 46-50.
 - [14] 林少平, 伦婷婷, 王世雄, 等. 葛根汤联合高能量体外冲击波治疗神经根型颈椎病疗效观察[J]. 中华中医药学刊, 2024, 42(11): 67-70.
 - [15] 王伟, 叶杏杏, 王小祥. 独活寄生汤配合颈椎康复训练治疗神经根型颈椎病临床观察[J]. 实用中医药杂志, 2024, 40(10): 1973-1975.