

针灸疗法治疗腰椎间盘突出症的研究进展

魏艺萱^{1*}, 马莉^{2#}

¹黑龙江中医药大学研究生院, 黑龙江 哈尔滨

²黑龙江中医药大学附属第一医院针灸二科, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2024年11月3日; 录用日期: 2024年12月3日; 发布日期: 2024年12月16日

摘要

腰椎间盘突出症(LDH)是一种常见的脊柱疾病,给患者的生活带来诸多不便。针灸作为传统医学的瑰宝,以其安全性、有效性及经济性,在本病的治疗过程中扮演了不可或缺的角色,并得到了患者的广泛认可。作者全面梳理了近年来针灸治疗腰椎间盘突出症的研究动态,并对其进展进行了系统性综述,涵盖了电针、浮针、平衡针、热敏灸、透灸法、温针灸等多种疗法。同时,也指出了针灸治疗该病的局限性,并展望了未来的发展方向,以期更好地服务患者,提高临床疗效。

关键词

针灸, 腰椎间盘突出症, 研究进展, 综述

Research Progress on Acupuncture Therapy for Lumbar Disc Herniation

Yixuan Wei^{1*}, Li Ma^{2#}

¹Graduate School, Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

²Second Department of Acupuncture and Moxibustion, The First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

Received: Nov. 3rd, 2024; accepted: Dec. 3rd, 2024; published: Dec. 16th, 2024

Abstract

Lumbar disc herniation (LDH) is a common spinal disease that brings many inconveniences to patients' lives. Acupuncture, as the treasure of traditional medicine, plays an indispensable role in the treatment of this disease, with its safety, effectiveness, and economy, and it has been widely recognized by patients. The authors comprehensively reviewed the research trends of acupuncture treatment for

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 魏艺萱, 马莉. 针灸疗法治疗腰椎间盘突出症的研究进展[J]. 中医学, 2024, 13(12): 3391-3396.

DOI: 10.12677/tcm.2024.1312506

lumbar disc herniation in recent years and systematically reviewed its progress, including electroacupuncture, Fu's subcutaneous needling, balance acupuncture, heat-sensitive moxibustion, penetrating moxibustion, warm moxibustion, and other therapies. At the same time, it also pointed out the limitations of acupuncture treatment of the disease and looked forward to the future development direction in order to better serve patients and improve clinical efficacy.

Keywords

Acupuncture and Moxibustion, Lumbar Disc Herniation, Research Progress, Review

Copyright © 2024 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

腰椎间盘突出症(Lumbar Disc Herniation, LDH)是临床上较为普遍的脊柱疾病之一。该病症多由外部力量所致,引起纤维环破裂和髓核突出,进而导致腰椎间盘的退行性变化。患者往往表现为腰部及腿部疼痛、下肢感觉麻木以及坐骨神经痛等一系列症状[1]。根据调查结果显示,我国腰椎间盘突出症患者多见于中青年群体,其中以男性群体居多,该病的发病率在 7.4%~17.8%的范围内[2]。当前,针对该病的治疗策略主要包括手术治疗和保守治疗两大类。又因手术对患者机体造成的创伤较大,故而多数患者倾向于选择保守治疗[3]。针灸是治疗 LDH 常选择的保守方法,又因它具有简便有效且经济安全的特性[4],常受到来自医生和患者的认同与重视。现笔者将针灸疗法治疗腰椎间盘突出症的临床研究文献进行归纳总结。

2. 针法

2.1. 电针疗法

电针疗法是一种针灸临床常用的治疗方法,是将毫针刺入特定穴位后,当患者有局部的酸麻胀痛等感觉时,将电针仪的导线连接到毫针针柄上,这样便可使电针仪产生的脉冲电流通过导线和毫针传递至人体的穴位,以此来辅助治疗疾病的一种疗法。该法还可扩张血管、加快血液循环和增强代谢,能在一定程度上减轻 LDH 患者腰痛的症状。赵学君[5]将 62 例腰椎间盘突出致坐骨神经痛的患者随机分为普通针刺组和电针组,最终结果显示,电针组在疗效和镇痛方面均优于传统的普通针刺组,总有效率可达到 96.77%,疗效明显。刘正等[6]选取 32 只 SD 大鼠进行造模实验,得出研究结论:电针刺激“梨状二穴”能显著减少腰椎间盘突出症大鼠体内 IL-6、PGE2、NO 和 MMP-3 的表达水平,因此在抗炎和镇痛方面发挥了关键作用。

2.2. 浮针疗法

浮针疗法是一种采用一次性浮针对非疼痛区域的浅筋膜层执行扫散操作的针刺技术。与传统针刺方法相比,该技术见效更迅速,其适应症与前者大致相同,但针刺点数量有所降低,且治疗周期有所缩短[7]。张计臣等[8]的研究中,共有 80 名腰椎间盘突出症患者被随机分配至两个不同的治疗小组:一组为对照组,另一组为治疗组,每组包含 40 例患者,对照组接受了常规的毫针针刺治疗,而治疗组则接受浮针治疗。操作时,确保浮针针头与皮肤之间的夹角维持在 15°~25°,迅速刺穿至皮下组织,仅需触及肌肉

层即可, 不宜过深。完成后, 将针从肌肉层移出, 再放倒针身, 最终浮针治疗效果更为显著。任晓雅[9]发现浮针疗法能有效减轻患者疼痛, 改善患者腰腿功能障碍, 缓解患者临床症状, 提高患者腓总神经和胫神经肌电图 F 波出现率。

2.3. 平衡针法

平衡针法, 由王文远教授创立, 该针法是一种将传统中医针灸与现代医学理念融合的创新针灸治疗技术。该疗法侧重于通过针刺来调节大脑中枢系统的平衡, 进而实现对各内脏器官生理功能的恢复与修复。刘忠利[10]通过临床观察发现人体平衡的维护是平衡针法核心理念, 它通过激活内在的能量与物质, 推动机体向健康状态的正向转变。平衡针法在治疗腰椎间盘突出症时, 能有效提高患者痛感阈值, 缓解水肿症状, 并降低炎症反应的活跃度。符传庆[11]探讨用平衡针法治疗腰椎间盘突出症的临床效果, 将 LDH 患者随机分为针刺组与平衡针组, 观察两组患者的临床疗效和治疗后的 VAS 评分, 最终研究结果表明, 采用平衡针疗法的患者组治疗总有效率达到 97.44%, 这一成效显著优于单纯的针刺治疗组。此外, 与针刺组患者相比, 接受平衡针治疗的患者在治疗后 VAS 评分更低, 表明疼痛程度得到了更显著地减轻。

3. 灸法

3.1. 热敏灸

热敏灸疗法, 作为一种创新的灸疗方法, 侧重于选取对热反应敏感的特定穴位, 并采用适宜的灸量进行悬吊式灸法, 目的是增强治疗的效果。热敏灸技术利用其特有的温热效应, 巧妙地达到了传统针灸追求的“气至病所”的治疗效果。左姣姣[12]在研究热敏灸治疗腰椎间盘突出症的过程中, 探讨了得气与疗效之间的相关性, 并得出了相应的结论: 其临床疗效与热敏灸的得气程度呈现正向关联, 得气程度越强烈, 疗效越显著。在腰椎间盘突出症的治疗中, 不同级别的得气反应的热敏灸均证实了其有效性, 它有助于减轻患者的疼痛感, 全面提升症状和体征的改善, 增强日常生活的能力, 以及促进腰椎功能的恢复。唐福宇等[13]观察结果显示与传统艾灸相比, 热敏灸在治疗腰椎间盘突出症方面展现了更加稳定的疗效和更低的复发率, 因此被认为是一种有效的治疗方法。陈望龙等[14]在骨科常规治疗的前提下, 让实验组实施了热敏灸干预, 而对照组则接受了传统的温和灸治疗。两组均针对同一组穴位进行灸治, 结果显示, 在治疗急性期腰椎间盘突出症方面, 热敏灸的疗效优于对照组。

3.2. 透灸法

高希言教授基于古代医家对重灸理论的深入研究, 结合自己多年的临床灸疗实践经验, 探索并总结出了一种高效且实用的灸疗方法——透灸法。透灸法是一种灸疗技术, 它通过使用艾条或特制的灸箱, 并运用专门的透灸操作技巧, 使得热量能够深入到机体内部的深层组织, 从而产生显著的灸感。张雪琳等[15]发现透灸之法以其较强的温通效应, 能有效疏通经络, 全面调整气血, 对腰肌劳损、腰椎疾病及颈椎病等的治疗展现出良好的疗效。高希言等[16]研究结果显示透灸法在治疗腰椎间盘突出症方面的临床效果十分显著, 透灸法组有效率可达 93.3%, 单纯针刺组有效率达 73.3%。刘利[17]通过分析透灸法治疗腰椎间盘突出效应与疗效结果得出透灸法旨在激发经络之气, 通过调和血液流通、神经传导、内分泌平衡、免疫功能以及经络体系, 全方位提升人体的防御能力。

3.3. 温针灸

温针灸, 是一种结合了针灸与艾灸技术的综合治疗方法, 也被称为针柄灸。其操作是在留针的同时, 将艾绒揉成团状并缠绕在针柄上, 随后点燃艾绒, 使得热量通过针身传导至特定的穴位。研究表明[18]温

针灸能够加速血液循环,从而有助于炎症的消退和减轻神经刺激,进而缓解腰部疼痛。此外,通过针刺特定穴位,温针灸能够放松肌肉,减轻患处的压迫感和疼痛。倪小婷[19]经过对夹脊穴实施温针灸治疗腰椎间盘突出症患者疗效的观察分析发现,相较于单纯的夹脊穴针刺治疗,温针灸展现出更佳的疗效,能够减轻患者疼痛,改善腰椎的活动功能以及凝血功能的相关指标。史峰[20]研究发现在采用腰椎牵引疗法的基础上,结合温针灸治疗腰椎间盘突出症,能够显著减轻患者的症状,有效减少机体的炎症反应,并促进腰椎功能的恢复,同时确保治疗的安全性。

4. 其他疗法

4.1. 针刀疗法

针刀疗法是一种结合了传统针灸和现代微创手术技术的治疗方法。该疗法使用一种特制的工具——针刀,这种工具外观类似于针灸用的针,但其尖端是切割刀,可以用来松解粘连的组织、切开挛缩的筋膜、瘢痕或者钙化点,以达到缓解疼痛和改善功能的目的。葛明富等[21]进行了一项临床研究,旨在探讨针刀松解夹脊穴与深刺次髂穴联合治疗腰椎间盘突出症的效果分析,结果显示在 JOA 评分、VAS 评分、ODI 指数方面,针刀组优于对照组。胡江杉等[22]对现有文献中探讨针刀治疗腰椎间盘突出症机制的研究动态进行了梳理与分析,结果表明针刀疗法在临床治疗腰椎间盘突出症方面取得了显著效果。该治疗方法能够有效缓解机械性压迫,抑制炎症因子的释放,调整人体的自身免疫反应,具有镇痛作用,促进局部血液循环,同时还能调节脊柱的生理环境和人体的电生理状态。

4.2. 刺络拔罐法

刺络拔罐法,又称刺血拔罐,是一种将刺络和拔罐技术融合的常见治疗手段。该法首先对拔罐区域进行皮肤消毒,随后使用三棱针进行点刺以促使出血,或者用皮肤针进行叩击,继而将火罐吸附在已刺的部位上,促使血液流出,从而提升刺血治疗的效果。谢贞瑶等[23]开展了一项 Meta 分析研究,旨在评估刺络拔罐在腰椎间盘突出症患者中对于疼痛减轻和腰椎功能恢复的效果,最终得出腰椎间盘突出症患者通过刺络拔罐治疗,可以显著提升临床治疗的总有效率,减轻腰腿部的疼痛感,优化腰椎的功能,进而促进生活质量的提高。贾利军等[24]通过观察发现刺络拔罐联合中药组比起单纯的中药组,愈显率明显更高,在治疗 LDH 方面具有更确切的临床疗效。邱旋[25]观察发现委中穴刺络拔罐结合针刺组疗效更佳,总有效率可达 96.7%。

4.3. 康复训练

康复治疗的核心在于针对各种疾病引起的功能丧失进行干预,其宗旨是协助患者恢复或提升功能障碍[26],从而增强其日常生活自理能力及整体生活质量。胡红芳[27]通过分析得出 LDH 患者采用康复训练疗法能够有效增强腰背部的肌肉力量,提升身体的灵活性和协调性,增强脊柱的稳固性,显著促进病情的好转。杨岷松等[28]选取 60 例 LDH 患者,随机分为常规针刺组和针刺配合康复训练组,后者的治疗总有效率显著高于前者,可达 95.00%,可以在多个维度上,提高 LDH 患者的生活质量。黄先平[29]通过观察得出 LDH 患者通过康复训练,能够减少椎间盘所承受的压力,还能够调整突出物的位置,解除粘连,因此有效地减少了神经根受压的情况,进而实现了疼痛缓解的目标。

5. 小结

在中医理论中,腰椎间盘突出症被归属于“痹证”与“腰痛”等范畴,其病因主要涉及外界的风寒湿邪侵袭、意外跌伤、长期劳损、肾精亏损等因素。在临床治疗中,针灸作为一种普遍采用的方法,能够起

到调和气血、通络止痛的作用。针灸治疗能够调节神经系统,改善神经的超微结构,调整神经的电生理活动,提升痛觉阈值,促进局部血液循环,调控炎症反应,并保持脊柱的稳定性,从而有效缓解LDH患者的症状,并提升其生活质量。尽管如此,该领域的研究仍有许多不足,比如对作用机制的研究不够深入,现有研究多集中于临床观察,而动物实验和病理机制研究较少;疗效评价标准不统一,针灸治疗LDH的效果评估方法多种多样,缺少一个统一的标准;缺乏针对个体差异的治疗方案,由于LDH患者的病情和体质各不相同,治疗方案应依据患者具体情况进行个性化设计。未来,期待更多科研工作者对针灸治疗LDH的机制进行深入研究,为临床治疗提供坚实的理论支撑。同时,建议建立起规范的疗效评价体系,并制定个性化的治疗方案。随着科技进步和研究深入,针灸治疗LDH有望得到进一步的发展和完善,为广大的LDH患者带来福祉。

参考文献

- [1] 杨训红, 陈幸生, 孙强. 针灸辨证取穴联合刺络放血疗法治疗腰椎间盘突出症患者疗效观察[J]. 辽宁中医杂志, 2024, 51(7): 156-160.
- [2] 龚红姣, 孙佳. 针灸治疗腰椎间盘突出症临床研究进展[J]. 内蒙古中医药, 2024, 43(7): 164-166.
- [3] 王倩倩. 针灸治疗腰椎间盘突出症的有效性研究[J]. 实用中医内科杂志, 2019, 33(11): 96-98.
- [4] 邸学士, 陈江, 王新茹, 等. 针灸治疗腰椎间盘突出症作用机制研究进展[J]. 针刺研究, 2024, 49(5): 526-533.
- [5] 赵学君. 电针治疗腰椎间盘突出致坐骨神经痛的疗效探讨[J]. 临床医药文献电子杂志, 2016, 3(41): 8185-8186.
- [6] 刘正, 郑永仁, 陈致宏, 等. 电针“梨状二穴”治疗腰椎间盘突出症大鼠的实验研究[J]. 世界中医药, 2023, 18(6): 792-795.
- [7] 刘玲, 范刚启. 浮针疗法与传统针刺疗法之比较[J]. 针灸临床杂志, 2013, 29(2): 51-53.
- [8] 张计臣, 徐贵云. 浮针治疗腰椎间盘突出症疗效观察[J]. 上海针灸杂志, 2011, 30(7): 472-474.
- [9] 任晓雅. 浮针治疗腰椎间盘突出所致坐骨神经痛的临床观察[D]: [硕士学位论文]. 哈尔滨: 黑龙江中医药大学, 2024.
- [10] 刘忠利. 平衡针法对腰椎间盘突出症腰腿痛的疗效观察[J]. 深圳中西医结合杂志, 2016, 26(10): 69-70.
- [11] 符传庆. 平衡针法治疗腰椎间盘突出症的临床效果分析[J]. 当代医药论丛, 2017, 15(24): 172-173.
- [12] 左姣姣. 热敏灸治疗腰椎间盘突出症得气与疗效相关性研究[D]: [硕士学位论文]. 福州: 福建中医药大学, 2021.
- [13] 唐福宇, 黄承军, 陈日新, 等. 热敏灸治疗腰椎间盘突出症疗效观察[J]. 中国针灸, 2009, 29(5): 382-384.
- [14] 陈望龙, 冯淑兰, 刘伟明. 热敏灸治疗腰椎间盘突出症急性期临床观察[J]. 中国中医急症, 2020, 29(11): 2022-2025.
- [15] 张雪琳, 陈新旺, 高希言. 透灸法临床应用集萃[J]. 中华中医药学刊, 2018, 36(12): 2880-2884.
- [16] 高希言, 徐翠香, 王鑫. 透灸法治疗腰椎间盘突出症临床研究[J]. 中医学报, 2013, 28(11): 1749-1751.
- [17] 刘利. 透灸法治疗腰椎间盘突出效应与疗效的分析[J]. 医疗装备, 2016, 29(2): 8-9.
- [18] 李佳, 肖丽萍, 曾俊, 等. 温针灸联合中药塌渍对腰椎间盘突出症患者疼痛、腰椎功能和生活质量的影响[J]. 辽宁中医杂志, 2024, 51(11): 164-167.
- [19] 倪小婷. 夹脊穴温针灸治疗腰椎间盘突出症患者的效果[J]. 中国民康医学, 2022, 34(11): 120-122.
- [20] 史峰. 温针灸联合腰椎牵引治疗腰椎间盘突出症的临床研究[J]. 现代医学与健康研究电子杂志, 2024, 8(19): 84-87.
- [21] 葛明富, 王柏卿, 高曦, 等. 针刀松解夹脊穴配合深刺次髂穴治疗腰椎间盘突出症的疗效分析[J]. 针灸临床杂志, 2018, 34(1): 40-43.
- [22] 胡江杉, 李佳, 黄重生, 等. 针刀治疗腰椎间盘突出症的机制研究进展[J]. 针灸临床杂志, 2022, 38(1): 104-107.
- [23] 谢贞瑶, 唐锐, 张晶晶, 等. 刺络拔罐对腰椎间盘突出症患者疼痛和腰椎功能干预效果的 Meta 分析[J]. 当代护士(下旬刊), 2021, 28(11): 1-5.
- [24] 贾利军, 管宏钟, 陈小砖, 等. 刺络拔罐配合中药内服治疗腰椎间盘突出症疗效观察[J]. 中医临床研究, 2018, 10(9): 79-81.
- [25] 邱旋. 委中穴刺络拔罐结合针刺治疗腰椎间盘突出症疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州中医药大学,

2019.

- [26] 雷赛, 余可斐, 周庆焕, 等. 康复医学共享决策应用研究进展[J]. 护理研究, 2021, 35(20): 3685-3688.
- [27] 胡红芳. 针灸联合康复训练疗法治疗腰椎间盘突出症的效果分析[J]. 当代医药论丛, 2019, 17(14): 94-96.
- [28] 杨岷松, 刘利. 针刺配合康复训练对腰椎间盘突出症患者腰椎功能及疼痛的影响[J]. 慢性病学杂志, 2021, 22(12): 1853-1855.
- [29] 黄先平. 康复训练联合针灸缓解腰椎间盘突出患者疼痛的效果[J]. 医疗装备, 2017, 30(10): 121-122.