

腰舒脊宁汤联合针灸特定穴位治疗产后腰痹痛 显效个案分析

付建, 毕鸿雁

山东省中医药大学附属医院康复理疗中心, 山东 济南

收稿日期: 2024年5月20日; 录用日期: 2024年7月2日; 发布日期: 2024年7月11日

摘要

目的: 论述腰舒脊宁汤联合针灸特定穴位治疗产后腰痹痛个案的思路。方法: 本院于11月9日~11月23日收治1例产后腰痹痛患者, 给予腰舒脊宁汤结合针灸特定穴位治疗并随访3个月。结果: 在产后腰痹痛的治疗中, 予以腰舒脊宁汤结合针灸特定穴位治疗, 可有效改善产后腰痹痛的症状, 疗效好, 值得借鉴。结论: 腰舒脊宁汤联合针灸特定穴位治疗产后腰痹痛患者可提高治疗总有效率。

关键词

腰舒脊宁汤, 针灸, 穴位, 产后腰痹痛

A Case Study on the Efficacy of Yao Shujining Tang Combined with Acupuncture at Specific Acupoints for the Treatment of Postpartum Lumbago

Jian Fu, Hongya Bi

Rehabilitation Physiotherapy Center, Affiliated Hospital of Shandong University of Traditional Chinese Medicine, Jinan Shandong

Received: May 20th, 2024; accepted: Jul. 2nd, 2024; published: Jul. 11th, 2024

Abstract

Objective: To discuss the Yao Shujining Tang combined with acupuncture at specific points to treat

文章引用: 付建, 毕鸿雁. 腰舒脊宁汤联合针灸特定穴位治疗产后腰痹痛显效个案分析[J]. 中医学, 2024, 13(7): 1416-1419. DOI: 10.12677/tcm.2024.137214

a case of postpartum lumbago. Methods: One case of postpartum lumbago was treated in our hospital from November 9 to November 23. The patient was treated with Yao Shujining Tang combined with acupuncture at specific acupoints and followed up for 3 months. Results: In the treatment of postpartum lumbago, Yao Shujining Tang combined with acupuncture at specific acupoints can effectively improve the symptoms of postpartum lumbago, and the good effect is worth learning. Conclusion: Yao Shujining Tang combined with acupuncture at specific acupoints can improve the total effective rate in the treatment of postpartum lumbago.

Keywords

Yao Shujining Tang, Acupuncture, Acupoints, Postpartum Lumbago

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

腰痹痛在中医上可以分为瘀血腰痛、寒湿腰痛、湿热腰痛、肾阴虚腰痛及肾阳虚腰痛等几个证型。瘀血腰痛主要是由于用力不当导致腰部扭伤引起；寒湿腰痛往往是因为久居寒湿之地，寒湿邪气入侵体内导致的腰痛；湿热腰痛的病人往往没有诱因，但是腰痛症状可以在炎热天气或者遇热加重，同时病人体质呈现出湿热的表现，如舌苔黄腻，脉弦数或濡数，这提示体内湿热；肾阴虚及肾阳虚腰痛患者主要因为久病体虚，而腰为肾之府，因此腰部疼痛，症状反复，连绵不绝，喜按，还可以表现出筋骨痿软，劳累加重，盗汗，时有耳鸣耳聋等肾阳虚或肾阴虚的症状表现。产后腰痹痛是产后常见并发症之一，发病率高达 50%~80%，具体指腰部、骶髂关节疼痛，部分患者可伴下肢(单侧或双侧)放射性疼痛、酸胀等症状。中医认为产后发生腰间盘突出的病因、病机主要是因为产妇素体虚弱，失血过多，亡血伤津，虚阳浮散，冲任血虚，胞脉失养，产后脏腑伤动，百节空虚，腠理不实，卫表不固，摄生不慎所致[1]。为明确中医腰舒脊宁汤、针灸特定穴位联合治疗产后腰痹痛的价值，本文将回顾性分析我院收治的 1 例产后腰痹痛患者临床资料，以利于为今后临床医生合理取舍此类病患具体中医治疗方案提供可靠参考，现总结如下。

2. 病案

患者杨某某，33 岁，女，两年前生完孩子后腰痛，尤以负重、伸腰、气候变化后痛甚，身体前倾痛减，胸闷不舒。于 2023 年 11 月 9 日因受寒腰痛剧烈，不能伸腰来我院求治，脉涩迟、苔质紫暗，辗转反侧，难以入睡，二便食欲可。中医辨证：肝肾亏虚、寒凝经络、心阳不振，诊断为“腰痹痛”，给予腰舒脊宁汤，并联合针灸特定穴位治疗。

3. 治疗方法

3.1. 腰舒脊宁汤

3.1.1. 腰舒脊宁汤方剂组成及用法

桑寄生 15 克、川芎 10 克、当归 10 克、杜仲(盐炙) 15 克、熟地 15 克、茯苓 10 克、怀牛膝 15 克、人参 10 克、独活 10 克、秦艽 10 克、防风 10 克、白芍 10 克、肉桂 5 克、红花 3 克、甘草 5 克、细辛 3 克。每日一剂，连用七剂，水煎浓缩待温分三次饭前服。另，伸筋草、透骨草加水 1000 ml，熬开半个小时

时, 待温熏洗患处。

3.1.2. 腰舒脊宁汤解

桑寄生苦燥甘补, 既能祛风湿, 又长于补肝肾、强筋骨, 故在此方中对缓解腰膝酸软以及筋骨无力等不适有一定帮助[2]-[4]; 川芎具有活血化瘀、行气止痛的作用, 故在此方中可以改善局部淤血症状, 促进局部恢复[2] [4] [5]; 当归具有补血活血作用, 故在此方中可以用于改善局部循环, 促进腰痹康复[2]-[5]; 杜仲味甘、微辛, 性温, 入肝、肾经, 能补益肝肾、强壮筋骨, 盐炙杜仲更能引药归肾经, 故为肝肾不足之证尤其是治腰痛之要药[2] [4]; 熟地味甘, 性微温, 归肝、肾经, 有补血滋阴, 益精填髓的功效, 故在此方中有健腰强筋的功效[3] [4]; 茯苓具有健脾利湿的效果, 故在此方中对腰痹有辅助治疗作用[3] [4]; 牛膝性味是苦、酸、平。归肝、肾二经, 具有活血祛瘀、补肝肾、强筋骨的功效, 因怀牛膝补益肝肾和强健筋骨的作用比较明显, 对于肝肾不足的筋骨痿软、无力有较好的治疗作用, 故此方选用怀牛膝[3] [4]; 人参味甘, 大补元气, 气运则血行, 故在此方中可奏疏通经络、缓解疼痛之功[4]; 独活具有祛风湿止痛的功效, 也具有解表的功效, 主要可以治疗风寒湿痹, 故在此方中可减轻疾病引起的疼痛, 改善活动受限[4]; 秦艽祛风除湿、温经通络, 故在此方中可以缓解疼痛, 并有利于腰痹康复[4]; 防风味辛、甘, 性微温, 归肝、肾、脾经, 故在此方中有改善腰膝酸软、筋骨无力的作用[4]; 白芍具有养血、柔肝止痛的功效, 而腰痹多因气血虚弱所导致的腰部受寒引起疼痛症状, 故白芍在此方中可缓解腰痛[4]; 肉桂具有温阳补火、散寒止痛的作用, 故在此方中可以驱散寒邪, 改善腰疼症状[4]; 红花具有活血通经、祛瘀止痛的作用, 故红花在此方中可以促进血液循环, 改善不适症状[4]; 甘草具有健脾利湿的效果, 本病患者脉涩迟、舌质暗紫为寒湿症候, 故用甘草既奏调和诸药之功, 又可祛寒湿辅助治疗腰痹[4]。细辛归肺、肾经, 能够温通经络、行气活血, 故在此方中达到缓解疼痛的作用[3] [6]; 透骨草具有祛风除湿、舒筋活血的作用, 伸筋草祛风除湿、舒筋活络, 故二药共煎熏洗患处, 可辅助缓解腰痹所致的腰痛[7]。

3.2. 针灸

3.2.1. 针灸方法

针灸取穴大肠俞、夹脊穴、环跳穴、阿是穴等穴位, 取下病上治之法。针灸治法为直刺 0.8~1.2 寸, 局部有酸胀感, 可有触电感向臀部及下肢放散; 向下平刺 2~2.5 寸, 透小肠俞, 局部酸胀, 针感可向骶髂关节放散。

3.2.2. 针灸特定穴位治疗方解

《医宗金鉴》载: “大肠俞治腰脊疼, 大小便难此可通, 兼治泄泻痢疾病, 先补后泻要分明”。《黄帝内经·素问》, 如“邪客于足太阳之络, 令人拘挛背急, 引胁而痛, 刺之从项始, 数脊椎侠脊, 疾按之应手如痛, 刺之傍三痛, 立已”。针灸环跳穴具有祛风湿、利腰腿、通经络的作用, 故用于对腰腿痛的辅助治疗[8] [9]。《千金要方》: “吴、蜀多行灸法, 有阿是之法。言人有病痛, 即令捏其上, 若果当其处, 不问孔穴, 即得便快或痛处, 即云阿是, 灸刺皆验, 故曰阿是穴”。故阿是穴用于腰痹痛, 乃对症治疗之法。

4. 结果

用药七剂, 针灸特定穴位七天后, 患者复诊自述腰痛明显减轻, 故按原腰舒脊宁汤续用七剂, 并同时按原针灸特定穴位处方继续针灸七日。电话随访三月, 患者自诉腰痛无复发, 嘱患者注意防寒保暖、避免负重。

5. 讨论

女性在妊娠期因机体生理改变, 会抑制宫缩、软化宫颈、松弛耻骨及骨盆韧带, 从而将显著增加多

肽类激素分泌量。有研究认为多肽类激素分泌量直至产后 3~5 个月方才有所下降, 而此类激素在确保腹中胎儿顺利娩出的基础上, 势必对女性盆底肌、腰椎关节等造成相应影响, 导致盆底肌松弛、腰椎关节失稳等后果。因此, 机体为维持腰部平衡, 腰椎关节失稳部位将实现自我调节, 加重脊柱周围附着的肌肉、韧带负荷量并最终导致腰痛症状。此外, 女性人群在产后将发生脊柱生理曲度变化, 腰部肌群平衡紊乱也是引发产后腰痹痛的主要因素之一。应注意的是, 产后腰痹痛发生后不仅对患者生活质量、生理舒适度造成相应影响, 由于此病具有病程长、病情迁延难愈且易反复发作等特点, 因此部分患者或因生理不适感从而影响其心理情绪, 家庭、社会负担随之增加。提示早诊断、早治疗是现阶段临床处理产后腰痹痛的主要原则, 也是保障此类病患疗效及预后的关键。

中医认为“不通则痛、通则不痛”, 因此治疗产后腰痹痛的主要原则为疏经通络、调理气机等。本文中腰舒脊宁汤方具有祛风行气、散寒除湿、祛瘀舒筋、温经活血、通络止痛之功效, 且方剂组成中各味药材均为纯天然中草药, 因此针对产后腰痹痛患者经水煎后口服给药安全性较为理想。针灸是中医常用外治疗法之一, 人体上下四周由经脉贯穿且联络脏腑、四肢关节, 因此中医通过刺激经络局部达到调节气血的目的。因此提示, 针对产后腰痹痛患者应用针灸特定穴位治疗, 能够起到濡养筋骨、祛瘀行血、驱寒除湿等作用, 以致“通则不痛、荣则不痛”。此外, 由于个体差异客观存在, 导致部分产后腰痹痛患者单用腰舒脊宁汤或针灸特定穴位效果欠佳, 二者联用则可通过不同途径共同发挥疾病治疗的目的, 从而确保此类病患获得理想疗效及预后。本文也已通过回顾性分析我院收治的 1 例产后腰痹痛患者临床资料后证实, 针对该患者联用腰舒脊宁汤、针灸特定穴位治疗有效, 其自述腰痛明显减轻, 因此证实该联合治疗方案具有重要的临床应用价值。

综上所述, 应用腰舒脊宁汤、针灸特定穴位联合治疗产后腰痹痛患者效果显著, 值得今后在实际工作中参考使用。

参考文献

- [1] 项燕, 李瑞, 谢依璇, 等. 针灸从“虚、郁、瘀”论治产后腰痛[J]. 陕西中医, 2022, 43(1): 90-92.
- [2] 马飞宏, 宋志靖, 贺智昌, 等. 腰痹逐瘀止痛汤联合调脊通督针法治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的疗效及对生活质量的影响[J]. 河北中医, 2023, 45(3): 428-432.
- [3] 刘登建, 卓超, 田昕, 等. 腰痹痛汤联合物理疗法治疗腰椎间盘突出症的临床效果[J]. 临床合理用药, 2023, 16(31): 84-87.
- [4] 李满意, 刘红艳, 陈传榜, 等. 腰痹的证治[J]. 风湿病与关节炎, 2022, 11(4): 49-52+71.
- [5] 刘玮炜, 苏子钦, 吴云, 等. 腰痹中药复方中高频中药抗炎镇痛研究概述[J]. 江苏海洋大学学报(自然科学版), 2022, 31(3): 72-79.
- [6] 王光焱. 腰痹逐瘀止痛汤联合中医正骨手法在腰椎间盘突出症中的应用[J]. 光明中医, 2020, 35(18): 2883-2885.
- [7] 舒遵华, 丁庆刚, 孙牧, 等. 痹症的中医治疗规范[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊), 2019, 19(77): 183-184.
- [8] 孙国杰. 针灸学[M]. 第 2 版. 北京: 人民卫生出版社, 2011.
- [9] 赵吉平, 李瑛. 针灸学[M]. 第 3 版. 北京: 人民卫生出版社, 2016.