

# 艾灸结合平衡火罐对血瘀气滞型腰椎间盘突出症患者护理效果分析

钟翠花

广西河池市宜州区中医医院 广西 河池 546300

**【摘要】**目的: 给予血瘀气滞型腰椎间盘突出症患者艾灸结合平衡火罐治疗, 并分析护理效果。方法: 选择 2022 年 1 月至 2023 年 11 月我院收治的 78 例血瘀气滞型腰椎间盘突出症患者, 随机分为两组。所有患者均接受艾灸结合拔罐治疗, 对照组实施常规护理, 观察组实施中医综合护理。比较两组护理效果。结果: 观察组治疗有效率与护理满意度均高于对照组, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。结论: 为接受艾灸结合平衡火罐治疗的血瘀气滞型腰椎间盘突出症患者实施中医综合护理, 可以改善治疗效果, 提高患者护理满意度。

**【关键词】**艾灸; 拔罐; 血瘀气滞型; 腰椎间盘突出症; 护理效果

血瘀气滞型腰椎间盘突出症是一种常见的腰椎疾病, 主要特征为腰背疼痛、活动受限和腰椎间盘突出等症状。根据中医理论, 血瘀和气滞是该病的主要病机<sup>[1]</sup>。血瘀指的是体内血液循环不畅, 气滞则是指气机不顺。因此, 针对血瘀气滞型腰椎间盘突出症, 中医治疗的目的是通过调理气血, 促进气机畅通, 从而缓解症状, 促进康复<sup>[2]</sup>。艾灸结合平衡罐治疗血瘀气滞型腰椎间盘突出症的效果理想。本研究分析了对血瘀气滞型腰椎间盘突出症患者实施中医护理的应用效果, 现报告如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选择 2022 年 1 月至 2023 年 11 月我院收治的 78 例血瘀气滞型腰椎间盘突出症患者, 随机均分为两组。对照组男 24 例, 女 15 例, 年龄 41~72 岁, 平均年龄 ( $52.45 \pm 5.67$ ) 岁; 观察组男 25 例, 女 14 例, 年龄 44~75 岁, 平均年龄 ( $53.78 \pm 5.21$ ) 岁。两组患者的一般资料比较 ( $P > 0.05$ ), 具有可比性。

### 1.2 方法

1.2.1 艾灸结合平衡罐治疗。第一, 艾灸治疗: (1) 选取穴位: 根据患者的病情和体质, 选择肾俞、命门、腰阳关等穴位。(2) 操作方法: 给患者取俯卧位或侧卧位, 然后护士将艾条的一端点燃, 对准应灸的腧穴部位或患处, 约距皮肤 2~3cm 左右, 进行熏烤, 使患者局部有温热感而无灼痛为宜。一般每处灸 10~15 分钟, 每日一次, 一周为一疗程。第二, 平衡罐治疗: (1) 选取穴位: 根据患者的病情和体质, 选择命门、肾俞、腰阳关等穴位。(2) 操作方法: 给患者取俯卧位, 然后护士使用玻璃火罐进行操作。闪罐: 从两侧膀胱经按对称顺序走向闪罐, 一个从上到下, 一个从下到上, 闪罐 3 个来回, 可以起到唤醒肌肤的作用; 揉罐: 在闪罐的基础上, 利用火罐罐体的热量在治疗部位带动皮肤一起做轻柔缓和的回旋动作, 使热度渗透入肌肤之中, 起到安抚唤醒肌肤的作用。抖罐: 从上到下、从左到右, 沿两侧膀胱经进行抖罐, 对已被唤醒的肌肤进行增强的刺激。走罐: 是平衡火罐的重要环节。护士在患者腰部涂抹适量的润滑剂, 沿督脉及膀胱经走向推

罐, 先中间、后两边, 以皮肤起红晕为度, 可以通经活络、行气活血。留罐: 在治疗区域的部位进行留罐, 巩固治疗效果, 有温经散寒、舒筋祛湿之功效。隔天治疗一次, 5 次为一疗程<sup>[3]</sup>。

1.2.2 对照组实施常规护理。包括疼痛管理、康复运动、饮食调理等。

1.2.3 观察组实施中医综合护理。第一, 生活起居护理: 患者需避免长时间保持同一姿势, 如长时间站立、久坐等。建议适当休息, 避免过度劳累和力竭, 避免剧烈活动和提重物。同时, 注意保持室内外环境的温暖, 避免受凉和受潮。第二, 腰背肌功能锻炼: 中医强调通过锻炼和调理腰背肌群来改善血瘀气滞型腰椎间盘突出症患者的症状。可以进行一些适量的腰背肌群的伸展和强化运动, 如俯卧撑、腰部旋转运动、背部伸展等, 有助于加强支撑肌肉, 缓解腰椎间盘的移位和压力。第三, 饮食调理: 中医认为, 腰椎间盘突出症与湿气和痰湿等因素有关, 因此, 在饮食方面需要避免食用辛辣刺激和油腻食物, 尽量选择新鲜蔬菜水果、粗粮和易消化的食物。此外, 适量补充优质蛋白质和维生素, 有助于促进组织修复和康复。第四, 情志护理: 患者常常因疼痛和功能受限而产生焦虑和抑郁情绪, 需要提供心理支持和鼓励。可以通过与家人和医护人员的交流, 参加康复活动和心理疏导等方式来缓解患者的心理压力<sup>[4]</sup>。

### 1.3 疗效观察

(1) 疗效评判标准。显效: 临床症状完全消失; 有效: 临床症状改善; 无效: 未达到以上标准。

(2) 自制患者护理满意度问卷调查表。满分 100 分, 超过 90 分为“非常满意”、70~90 分为“一般满意”、低于 70 分为“不满意”。

### 1.4 统计学方法

利用 SPSS20.0 对研究数据进行计算处理, 计量资料用均数  $\pm$  标准差 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示, 计数资料用率 (%) 表示, 采用 t 和  $\chi^2$  检验, 以  $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

观察组治疗有效率高于对照组, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。见表 1。

表 1 两组患者治疗效果比较 [n(%)]

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
观察组	39	25 (64.10%)	12 (30.76%)	2 (5.12%)	37 (94.87%)
对照组	39	15 (38.46%)	14 (35.89%)	10 (25.64%)	29 (74.35%)
$X^2$	-				8.976
p	-				< 0.05

观察组护理满意度高于对照组, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。见表 2。

表 2 两组患者护理满意度比较 [n(%)]

组别	例数	非常满意	一般满意	不满意	总满意度
观察组	39	27 (69.23%)	11 (28.20%)	1 (2.56%)	38 (97.43%)
对照组	39	14 (35.89%)	18 (46.15%)	7 (17.94%)	32 (82.05%)
$X^2$	-				7.987
p	-				< 0.05

### 3 讨论

血瘀气滞型腰椎间盘突出症是一种常见的腰椎间盘突出退行性病变, 其危害主要表现在以下几个方面: 第一, 疼痛和功能障碍: 血瘀气滞型腰椎间盘突出症引起的疼痛常常严重影响患者的日常生活和工作。疼痛不仅限制了患者的活动范围, 还可能导致腰肌劳损和痉挛, 进一步加重症状。同时, 腰椎间盘突出症还可能压迫神经根或脊髓, 造成下肢麻木、无力和运动功能障碍。第二, 影响生活质量: 腰椎间盘突出症的疼痛和功能障碍严重影响了患者的生活质量。患者可能无法完成一些基本的日常活动, 如走路、上下楼梯、弯腰等。长期的疼痛和功能障碍还可能导致患者情绪低落、失眠和焦虑, 严重影响其身心健康和社交生活。第三, 进一步损伤腰椎: 血瘀气滞型腰椎间盘突出症的症状长期存在, 如果不及及时治疗, 可能导致腰椎进一步的退行性变和损伤。突出的椎间盘可能导致椎间隙变窄、骨刺形成和椎间盘退变, 进而引起腰椎关节病变和椎管狭窄等并发症<sup>[5]</sup>。因此, 对于患者来说, 及时进行有效的治疗和护理是非常重要的。

艾灸和平衡火罐作为中医独特的疗法, 可以改善血瘀气滞型腰椎间盘突出症患者气血循环、活血化瘀、调理气机, 从而缓解症状, 促进康复。首先, 艾灸可以通过艾草燃烧产生的热量和特殊的药性刺激特定的穴位, 来调整气血运行和促进组织修复。对于血瘀气滞型腰椎间盘突出症, 艾灸可通过热力的刺激和药性的作用, 改善局部血液循环, 促进气血运行, 缓解疼痛和肌肉紧张。其次, 拔罐可以通过负压刺激改善局部血液循环、活血化瘀, 促进气血运行, 缓解疼痛和肌肉紧张。在治疗时患者需要配合医师的指导, 注意治疗过程中的饮食和生活调理, 以获得更好的疗效<sup>[6]</sup>。

中医综合护理干预是指在中医治疗基础上, 通过结合多种中医护理方法和手段, 对患者进行全面护理。本研究发现, 为接受艾灸结合平衡火罐治疗的血瘀气滞型腰椎间盘突出症患者实施中医综合护理干预具有较高的应用价值。第一, 改善治疗效果: 中医综合护理干预可以在艾灸结合平衡火罐治疗的基础上, 采取一系列针对血瘀气滞型腰椎

间盘突出症的护理措施, 如中药调理、推拿按摩等。这些措施可以增强治疗的综合效果, 改善气血运行, 促进组织修复, 从而加速康复进程。通过中医综合护理干预, 患者的疼痛症状可以得到缓解, 活动功能得到改善, 治疗效果明显提高。第二, 提高护理满意度: 中医综合护理干预不仅关注疾病的治疗效果, 还注重患者的全面护理。通过艾灸结合平衡火罐治疗并实施中医综合护理, 患者可以感受到身心的放松和舒缓, 体验到中医独特的治疗方法对其带来的积极影响。同时, 中医综合护理强调个性化的护理方案和关爱患者的细节, 使患者在治疗过程中感到被重视和关心, 提高了其对护理的满意度。

综上所述, 通过实施中医综合护理干预, 结合艾灸和平衡火罐治疗血瘀气滞型腰椎间盘突出症, 可以改善治疗效果, 并提高患者的护理满意度。这不仅有助于患者的康复, 也为中医治疗的推广和应用提供了实践依据。

### 参考文献

- [1] 蒋云青. 艾灸联合中药熏蒸对气滞血瘀型腰椎间盘突出症患者的护理效果研究 [J]. 新疆中医药, 2023, 41(05): 75-77.
- [2] 刘彩霞, 张思能, 陈碧贤, 赵丹, 陈金明, 冯嘉琪, 宋佳洋. 火龙罐联合中药封包治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的临床研究 [J]. 实用中医内科杂志, 2023, 37(10): 135-137.
- [3] 苏玉梅. 中医特色护理对血瘀气滞型腰椎间盘突出症的影响 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2023, 21(01): 142-145.
- [4] 林诗婷, 李春蓉. 火龙罐综合灸对气滞血瘀型腰椎间盘突出症患者腰椎功能及炎症反应的影响 [J]. 中医外治杂志, 2022, 31(06): 6-8.
- [5] 叶金平, 刘美珍, 谢小美. 艾灸与中药熏蒸对气滞血瘀型腰椎间盘突出症患者护理干预效果分析 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20(16): 146-148.
- [6] 陈秀平. 电针、艾灸、拔罐结合中频脉冲治疗气滞血瘀型腰椎间盘突出症的临床效果 [J]. 中外医学研究, 2022, 20(05): 145-148.