

# 针灸治疗慢性腰腿疼痛综合征的临床疗效分析

冉树芳

(重庆市石柱合协医院)

**【摘要】**目的探讨针灸治疗慢性腰腿疼痛综合征的临床疗效分析。方法选取2023年5月-2024年5月我院收治的慢性腰腿疼痛综合征患者104例,分为两组,对照组选择常规治疗,研究组选择针灸治疗。结果研究组治疗效果更好( $P < 0.05$ );研究组VAS评分更低且CASCs评分更高( $P < 0.05$ );研究组生活质量更高( $P < 0.05$ )。结论针灸治疗慢性腰腿疼痛综合征的临床效果明显,可以有效改善其临床症状,恢复活动功能,减轻疼痛效果,从而提高临床生活质量,应该推广。

**【关键词】**针灸;慢性腰腿疼痛综合征;临床效果;安全性;生活质量;疼痛评分

Analysis of acupuncture in the treatment of chronic lumbar and leg pain syndrome

Ran Shufang

(Chongqing Shizhu United Association Hospital)

**[Abstract]** Objective To explore the clinical efficacy of acupuncture in the treatment of chronic lumbago and leg pain syndrome. Methods 104 patients with chronic lumbago and leg pain syndrome admitted to our hospital from May 2023 to May 2024 were selected and divided into two groups. The control group chose conventional treatment and the research group chose acupuncture treatment. Results The study group had better treatment outcomes ( $P < 0.05$ ); the study group had lower VAS scores and higher CASCs score ( $P < 0.05$ ); and the study group had higher quality of life ( $P < 0.05$ ). Conclusion The clinical effect of treating chronic lumbar and leg pain syndrome is obvious, which can effectively improve the clinical symptoms, restore the activity function, reduce the pain effect, and thus improve the clinical quality of life, which should be promoted.

**[Key words]** acupuncture; chronic lumbar and leg pain syndrome; clinical effect; safety; quality of life; pain score

慢性腰腿疼痛综合征属于临床非常多发的一种慢性病症,主要的临床表现是腰腿疼痛,还会出现腰部活动的受限以及腿部酸胀痛等,在发病后如果不能及时治疗,会严重影响患者的整体日常生活<sup>[1]</sup>。该病的主要发病群体为中老年人群,发病原因大部分是因为腰肌劳损以及腰椎间盘突出症等造成的,整体的复发率较高,而且伴随病程的不断增加,还会明显限制肢体活动,有些还会造成肢体末梢循环出现变化,使得肌肉发生萎缩,从而提高致残率,而且治疗难度较大<sup>[2]</sup>。临床对于该病西医大多选择药物治疗,来改善其疼痛表现,可如果长时间服用很容易造成较多的不良反应,从而影响整体效果。目前中医疗法被临床所逐渐应用并获得了良好效果,其中针灸属于一种非常常用的中医外治疗法,通过对穴位进行刺激,可以有效改善其临床症状,并减轻疼痛,整体效果较好<sup>[3-4]</sup>。因此我院在慢性腰腿疼痛综合征治疗期间,配合针灸进行治疗,并分析其具体效果,现进行以下报道。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取2023年5月-2024年5月我院收治的慢性腰腿疼痛综合征患者104例,分为两组,对照组52例,男27例、女25例;年龄40~78岁,平均 $(68.27 \pm 2.26)$ 岁。研究组52例,男28例,女24例;年龄41~81岁,平均 $(69.01 \pm 3.42)$ 岁,且一般资料具有可比性( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

对照组:常规治疗,口服腰腿丸,剂量是1次3g,次数是1天3次;口服甲钴胺,剂量是1次20毫克,次数是1天3次;并每天服用0.5mg剂量的维生素B13。

研究组:针灸治疗,以患者痛点当作切入点,如果痛点位于太阳神经,就选取昆仑、承山、膀胱俞以及委中等相关穴位。若是痛点位于肝胆经络,就选取悬钟点、环点以及风市点;若是痛点在肝胆经络,就选取三阴交。并结合患者的身体素质来对去进行具体治疗,若是身体素质比较好,就选择腹泻疗法,若是患者体弱多病,就选择平补平泻疗法;在施针结束之后,留针20分钟,并在此过程中把艾条去放在针柄上,予以艾灸处理,一周一次。所有患者都持续治疗4周。

### 1.3 观察指标

分析治疗效果。

分析VAS评分及CASCs评分。

分析生活质量。

#### 1.4统计学方法

数据用 SPSS22.0 做分析, 其中计数行  $X^2$  (%) 检验, 计量行 t 检验,  $P < 0.05$ , 有显著差异。

## 2 结果

研究组治疗效果更好 ( $P < 0.05$ ), 见表1。

研究组VAS评分更低且CASCs评分更高 ( $P < 0.05$ ), 见表2。

研究组生活质量更高 ( $P < 0.05$ ), 见表3。

表1 临床效果对比(例, %)

组别	例数	显效	有效	无效	有效率
研究组	52	26 (50.0)	24 (46.2)	2 (3.8)	96.2%
对照组	52	16 (30.8)	26 (50.0)	10 (19.2)	80.8%
$X^2$	/	5.412	1.875	6.456	4.989
P	/	<0.05	>0.05	<0.05	<0.05

表2 评分比较( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	VAS 评分		CASCs 评分	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
对照组	52	8.13 ± 0.24	3.11 ± 0.12	35.56 ± 3.13	71.37 ± 5.14
研究组	52	8.14 ± 0.25	1.12 ± 0.13	36.98 ± 3.24	92.21 ± 5.45
T 值		0.585	9.745	0.612	11.853
P 值		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表3 生活质量对比(分,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	时间	物质功能	社会功能	日常生活	心理功能
对照组	治疗前	65.7 ± 5.4	63.4 ± 3.4	64.4 ± 4.6	64.5 ± 3.6
	治疗后	73.4 ± 4.3	71.2 ± 3.6	72.5 ± 3.7	74.1 ± 3.4
研究组	治疗前	65.1 ± 4.8	62.9 ± 4.4	64.9 ± 4.7	63.9 ± 4.1
	治疗后	85.3 ± 5.1	83.6 ± 3.7	82.6 ± 5.3	83.6 ± 4.7

注: 组内比较  $P < 0.05$ 。

## 3 讨论

慢性腰腿疼痛综合征大部分是由于软组织发生损伤造成的, 主要的临床表现包括下肢疼痛以及腰骶部肿痛等, 日常活动也会受到限制, 从而降低整体的生活质量<sup>[5]</sup>。该病的种类很多, 包括腰椎间盘突出症以及腰肌劳损都属于该病类型, 如果不能及时治疗, 随着病情的持续加重, 就很容易造成肌肉萎缩出现, 并伴随气血不畅造成经络阻塞, 并提高整体疼痛感。目前临床治疗该病的核心就是缓解腰腿肌肉的整体压力, 并降低神经刺激, 从而调节疼痛表现<sup>[6-7]</sup>。

以往临床治疗该病大多选择药物治疗, 其中腰腿痛丸的主要作用为强筋壮骨及舒筋活血。其次甲钴胺是一种内源性的维生素, 而维生素B13能够有效治疗机体神经炎, 并缓解疼痛表现。但长时间选择药物治疗的整体效果一般, 因为药物治疗尽管能够缓解临床症状, 可是在停药之后很容易产

生疾病复发表现, 并且长时间的药物治疗还会出现较多的不良反应。而针灸治疗根据对患者机体里面的多种功能予以有效调整, 能够加强其身体耐受能力及抵抗力, 并有效缓解患者的临床症状, 从而改善疼痛程度, 整体效果较好<sup>[8-9]</sup>。由表1、3可知, 研究组治疗效果更好 ( $P < 0.05$ ); 研究组生活质量更高 ( $P < 0.05$ ), 确认针灸治疗能够有效改善患者的临床表现, 提高日常生活质量, 帮助其尽快康复。中医将该病列入“痹证”以及“腰痛”的范畴之中, 主要的病因是由于风寒入侵且湿邪入侵, 长此以往就会不通则痛<sup>[10]</sup>。针灸属于非常常见的治疗痹证的一种中医外治疗法, 治疗原则就是有效刺激患者的对应穴位, 从而疏通局部经络, 配合艾灸干预, 借助艾灸的整体温热效果, 对患者穴位体表予以有效刺激, 来实现临床通络化瘀以及祛除寒邪的整体作用, 还能够有效改善其临床症状<sup>[11]</sup>。其中昆仑是中医常用的一个腧穴, 可以实现舒筋活络以及安神清热的临床效果; 委中能够疏通其

太阳经气,并排出机体的脏腑里热,从而发挥疏通络及散瘀活血的具体作用;承山穴能够起到固化脾土以及运化水湿的临床效果;膀胱俞有外膀胱脏之热作用。悬钟是中医治疗肢体麻痹的一种常用措施,风市能够发挥“运化”功能,治疗“虚痹”有较强作用。整体来说,针灸治疗既能够有效缓解患者的疼痛及不适感,也能够明显提高临床效果,帮助疾病尽快恢复,从而提高患者的整体生活质量,帮助患者尽快回归到一个正常生活。除此之外,因为该治疗的价格低廉,且操作方法比较简单,所以更容易被患者所接受和认可<sup>[12-13]</sup>。

在表2中,研究组VAS评分更低且CASCs评分更高( $P < 0.05$ ),证实针灸治疗能够进一步缓解机体的疼痛表现,从而有效恢复其活动功能。从针灸治疗的临床特点进行分析,原因主要包括以下几点:(1)速效,患者疼痛出现的主要原因是因为血阻及血瘀造成的,针灸治疗能够有效疏通患者的血液循环,来进一步改善疼痛表现,通过把针灸去直接所用机体穴位,并对经络予以传导,来有效联系五脏六腑系统,去帮助患者有效改善疾病造成的整体痛苦,使其尽快恢复肢

体活动功能。(2)方便,在针灸治疗期间,借助银针就能够直接刺激机体穴位,从而实现预期的治疗目标,和其他的治疗方式进行比较发现,既无需买药、服药以及熬煮,也没有较多的不良反应,因此便利性更高。(3)高明,针灸属于中医治疗的最高境界,因为该治疗的原理就是帮助机体气血畅通,气的整体升降出入对应的就是生命,而针灸就是对气进行调整来改善患者状态,并且该观点也在理论上被有所证实,且现阶段的很多临床治疗里面也可以以对复杂病症予以救治,因此整体效果非常高明。(4)自然,和其他治疗比较,针灸治疗属于一种物理干预,并来源于自然。常规的临床治疗大多都是凭借药物、矿物及植物等进行干预,会更多的依赖物质资源,但是针灸治疗只需要银针就能够开展治疗,所以更加方便自然<sup>[14-15]</sup>。

综上所述,针灸治疗慢性腰腿疼痛综合征的临床效果明显,可以有效改善其临床症状,恢复活动功能,减轻疼痛效果,从而提高临床生活质量,应该推广。

#### 参考文献:

- [1]战美.养血温经通脉汤结合针灸治疗椎管外慢性软组织损伤性腰腿痛的临床疗效及安全性分析[J].四川中医, 2022, 40(5): 42-44.
- [2]Wong C H, Chan T C W, Wong. Efficacy of Peripheral Nerve Field Stimulation for the Management of Chronic Low Back Pain and Persistent Spinal Pain Syndrome: A Narrative Review[J]. *Neuromodulation*, 2023, 26(3): 538-551.
- [3]李宏芳.针灸治疗慢性腰腿疼痛综合征的临床疗效分析[J].特别健康, 2023, 15(11): 100-102.
- [4]李学玲.中医针灸联合中药热敷治疗颈肩腰腿疼痛的短期疗效分析[J].医学食疗与健康, 2022, 20(17): 19-21.
- [5]Kazmin A I, Pereverzev V S, Tesakova D D, et al. The role of the greater trochanter pain syndrome in lumbar degenerative disc disease surgery[J]. *International Orthopaedics*, 2024, 48(7): 1897-1902.
- [6]王俊鹏.独活寄生汤联合针灸推拿治疗腰腿痛的临床效果分析[J].全科口腔医学电子杂志, 2023, 10(20): 31-34.
- [7]李伟伟.针灸治疗慢性腰腿疼痛综合征疗效观察分析[J].中国实用医刊, 2022, 42(38): 77-79.
- [8]Aliyev D, Asik I. Postoperative Chronic Pain Syndrome and Risk Factors in Patients with Breast Surgery[J]. *Journal of the College of Physicians and Surgeons Pakistan*, 2023, 33(6): 609-615.
- [9]陈燕.浅议中医针灸治疗腰腿疼痛的短期疗效观察[J].中国处方药, 2023, 56(38): 114-116.
- [10]段强,韩学江.自拟温肾活血蠲痹汤联合温针灸应用于寒湿型腰腿痛患者的临床研究[J].湖北中医杂志, 2023, 45(5): 43-45.
- [11]Park D Y, Moon H, Noh H J, et al. A Case Report of Chronic Prostatitis/Chronic Pelvic Pain Syndrome Treated with Hooeum Bee-venom Therapy and Balio Acupuncture Treatment[J]. *The Journal of Internal Korean Medicine*, 2023, 46(44): 536-536.
- [12]华翠,田常冬,李颖,等.针灸联合中药外敷治疗颈肩腰腿疼痛的临床观察[J].四川中医, 2022, 40(7): 32-34.
- [13]Vukojevic Z, Dominovic-Kovacevic A, Peric I L D. Assessment of the neuropathic component in a chronic low back pain syndrome[J]. *vojnisanitetski preglad*, 2022, 79(1): 25-30.
- [14]张姗姗,杨艳萍.颈肩腰腿痛采用平衡针灸治疗的临床疗效[J].内蒙古中医药, 2023, 42(8): 140-142.
- [15]陈巧玲,谢建荣,王玉祥.局部正骨推拿联合针灸治疗颈肩腰腿痛的临床疗效[J].中外医疗, 2023, 42(22): 194-198.