

瑶药塌渍联合蜡疗治疗慢性腰肌劳损效果观察

韦英芬, 何星宏

(广西壮族自治区贺州市中医医院 骨四科, 广西 贺州, 542800)

摘要: **目的** 观察瑶药塌渍蜡疗治疗慢性腰肌劳损的效果。**方法** 选取2021年1月—7月医院收治的慢性腰肌劳损患者138例为研究对象,随机分为观察组与对照组,各69例。对照组进行常规治疗、康复护理,观察组在对照组基础上实施瑶药塌渍蜡疗干预。评估两组临床疗效,对比干预前后两组腰部疼痛程度及生活质量。**结果** 观察组总有效率84.41%(61/69),高于对照组的72.46%(50/69),差异有统计学意义($P<0.05$)。干预后两组疼痛视觉模拟量表(VAS)评分较干预前下降,且观察组VAS评分低于对照组,差异有统计学意义($P<0.01$)。干预后两组36条简明健康状况调查表(SF-36)评分较干预前上升,且观察组SF-36评分高于对照组,差异有统计学意义($P<0.01$)。**结论** 瑶药塌渍蜡疗法可提高慢性腰肌劳损患者治疗效果,减轻腰部疼痛,提升患者生活质量。

关键词: 腰肌劳损; 瑶药塌渍; 蜡疗; 疼痛

中图分类号: R 29 文献标志码: A 文章编号: 2709-1961(2023)08-0006-05



第一作者: 韦英芬

Effect of Yao medicine collapse stains combined with wax therapy in the treatment of chronic lumbar muscle strain

WEI Yingfen, HE Xinghong

(Fourth Department of Orthopedics, Hezhou Hospital of Traditional Chinese Medicine, Hezhou, Guangxi, 542800)

ABSTRACT: Objective To investigate the effect of Yao medicine collapse stains combined with wax therapy in the treatment of chronic lumbar muscle strain. **Methods** A total of 138 patients with chronic lumbar muscle strain were selected as the study objects and randomly divided into observation group and control group, with 69 cases in each group. The control group received routine treatment, rehabilitation and nursing interventions. On this basis, the observation group was treated with wax therapy on the basis of routine treatment. The clinical efficacy, the degree of lumbar pain and the quality of life of the two groups were compared. **Results** The overall effective rate in the observation group was higher than that in the control group (84.41% vs. 72.46%, $P<0.05$). The score of Visual Analogue Scale on pain decreased in both two groups after intervention, and was lower in the observation group than that in the control group ($P<0.01$). The score of Short Form Quality of Life Questionnaire (SF-36) increased in both two groups after intervention, and was higher in the observation group than that in the control group ($P<0.01$). **Conclusion** Yao medicine collapse stains combined with wax therapy may improve the therapeutic effect of chronic lumbar muscle strain, relieve waist pain and improve the quality of life of patients.

KEY WORDS: lumbar muscle strain; Yao medicine collapse stains; wax therapy; pain

收稿日期: 2023-03-11

基金项目: 广西壮族自治区中医药管理局自筹经费科研课题(GZZC2019183)

第一作者简介: 韦英芬, 本科学历, 副主任护师, 贺州市中医医院骨四科护士长。广西预防医学会骨伤病中医防治专业委员会委员, 广西康复医学会康复护理专业委员会委员。主持课题2项, 参与课题4项, 发表论文3篇。研究方向: 中医护理, 骨科护理。

通信作者: 何星宏, E-mail: 269312058@qq.com

慢性腰肌劳损是由于长期体力劳作、坐姿不良、腰部运动超负荷等致使腰部的软组织充血、水肿和炎症,引发腰部慢性疼痛^[1]。临床主要表现为反复腰痛、功能活动受限、疲劳后加重、休息后缓解、严重时会影响患者的日常生活^[2]。慢性腰肌劳损的发生率高达23.5%,约占腰腿痛患者的80%,复发率约70%,严重的影响病患生存质量和身心健康^[3]。目前,西医多使用非甾体类药物对症治疗,可以起到一定的缓解腰痛症状的作用,但长期使用容易诱发较多不良反应^[4]。近年来,中医药在慢性腰肌劳损的发病机制和治疗研究方面取得了一定的成效。腰肌劳损在中医学中属于“腰痛”的范畴,长期腰肌劳损,则络脉痹阻,气血运行不通,“不通则痛”^[5]。中医治疗方法包括中医口服给药、中药热敷、针灸推拿等。瑶药作为广西地方特色药物,其外用不良反应轻微。蜡疗历史悠久,简便易行,应用广泛。本研究遵循祛风通络、活血除湿的原则,采用瑶药和医用石蜡作为干预方法作用于腰肌劳损患者腰部,旨在通过温经散寒、理气通络、舒筋解结,达到改善腰肌劳损临床症状,提高生活质量。现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

便利选取2021年1月—7月就诊与广西壮族自治区某三级甲等医院的腰肌劳损患者为研究对象。纳入标准:①西医诊断符合《急慢性非特异性腰痛中医专家诊治共识》,中医诊断《中医病证诊断与疗效标准》;②依从性好;③病例资料完整;④病程≥3个月;⑤本人与家属签署知情同意书。排除标准:①原发性骨病患者;②主要器官功能障碍患者;脊柱创伤或手术史;③精神病患者,对研究药物过敏;④无法坚持治疗;⑤无法跟踪随访者。

将138例患者随机分为观察组和对照组,各69例。观察组年龄(37.50±13.50)岁,病程为(1.90±0.25)年;对照组年龄(39.00±14.00)岁,病程为(2.00±0.28)年。两组组基线资料比较,差异无统计学意义($P>0.05$)。本研究通过本机构伦理委员会审查(20190615)并符合2013年修订的《赫尔辛基宣言》的要求,所有受试者均自愿参与本研究,并签署知情同意。

1.2 方法

对照组给予常规治疗、康复及护理干预。常

规康复治疗方法包括按摩、牵引、针灸等,根据患者的具体情况,必要时遵医嘱口服止痛药。常规护理包括健康教育、用药护理、心理护理及饮食护理等。具体干预措施:①正确做好腰部保护:做好护腰措施,防止腰部外伤,尽量避免弯腰举重物。捡地上物品时,双腿弯曲,伸直腰部,动作缓慢。②运动疗法:加强腰部肌肉的功能锻炼,告知患者治疗和康复应持之以恒。可选择以下方法:卧位直腿抬高、双腿交叉踩踏和五点支撑、飞燕式等,患者可以根据自身情况选择合适的锻炼方式。2次/d,5~10 min/次,指导患者进行正确的康复训练方法、注意事项。③腰部保健:指导患者日常注意腰部保健,选择坐硬板凳、卧硬板且薄的软垫,劳逸结合,避免寒凉等不良因素。④疼痛护理:准确进行疼痛评估,必要时遵医嘱予口服止痛药。⑤心理护理:做好健康教育工作,加强患者对疾病的认识;及时了解患者病程进展和康复情况,增强患者治疗疾病的信心。

观察组在对照组的基础上,经过培训以及考核合格后,操作人员进行瑶药塌渍蜡疗干预。干预时间分别为1次/d,20 min/次,10d为1个疗程,共干预2个疗程。两组均随访2个月。具体实施步骤:①用物准备:瑶药、医用石蜡、蜡疗机、过滤容器、治疗巾、治疗盘、纱布、一次性塑料袋、棉花、毛巾、温度计,必要时备屏风。瑶药塌渍:以瑶药大发散、小发散、大血藤、红钻、四方藤、南五味子、青赛筋藤、九层风、川牛膝各15 g,加清水浸泡3 min后煮沸,转文火煎15 min,滤出熬制的药液,将药液浸透塌渍敷料(纱布、棉花、纱布3层),敷料温度应控制在45~55℃,敷料充分湿润,但不滴水。蜡疗袋:选择适量的医用蜡,用蜡疗仪器融化,温度保持在58~60℃。使用一次性塑料密封袋装合适融化的蜡。②操作方法:患者采取俯卧位,充分暴露患者腰部治疗部位皮肤。先清洁患者皮肤,将浸有药液的敷料展平并平铺在患者腰部的上方位置,再将准备好的蜡袋置于药液敷料上方,面积必须小于瑶药塌渍敷料,避免直接接触患者皮肤。③注意事项:操作前用温度计测试温度,以患者耐受为宜。塌渍的温度设定在适合患者皮肤温度的范围内,避免烫伤患者或降低治疗效果。设定石蜡加热参数,温度在58~60℃,<45℃应及时更换。在治疗过程中塌渍皮肤处出现瘙痒或皮损,则停止治疗并进行处理。治疗后,告知患者注意保暖,避风寒。

1.3 观察指标

1.3.1 疗效评价:根据《中医病证诊断疗效标准》^[6]的疗效标准对腰肌劳损的疗效进行评价。治愈:腰痛症状消失,腰部活动如常;好转:腰痛缓解,腰部活动基本恢复;未愈:症状未改善。总有效率=(治愈数+好转数)/总病例数×100.00%。

1.3.2 疼痛评分:采用视觉模拟评分法(VAS)评估患者腰部疼痛情况。VAS评分方法:使用一条长约10 cm的游动标尺,一面标有10个刻度,两端分别为“0”分端和“10”分端,0分表示无痛,1~3分表示轻度疼痛,4~6分表示中度疼痛,10分代表难以忍受的最剧烈的疼痛,表示重度疼痛^[7]。分别于治疗前及2个疗程结束后进行评价。

1.3.3 生活质量:采用36条简明健康状况调查表(SF-36)对患者治疗前后的生活质量进行评分。SF-36量表可以用于测量某一特定的年龄、疾病人群的生命质量或某种干预措施对生命质量的影响^[8]。中文版各维度的Cronbach's α 系数均>0.70^[9-11]。评分量表包括身体机能、生理机能、身体疼痛、健康状况、精力等8项评价内容,每个维度得分和总分进行权重利转化,分数范围0~100分,分数越高,患者的生活质量越好。

1.3.4 质量控制及资料收集方法:所有纳入病例诊断及临床疗效评价均由副主任医师职称的科研小组成员执行;塌渍操作者参加统一培训和统一考试。数据由两人录入,所有数据在输入前仔细核查,必要时及时补充或重新。

1.4 统计学方法

采用SPSS 22.0软件。计量资料以($\bar{x} \pm s$)表示,两组间比较采用 t 检验;计数资料以率(%)表示,采用 χ^2 检验。检验水准 $\alpha=0.05$, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组临床疗效比较

观察组总有效率84.41%(61/69),高于对照组的72.46%(50/69),差异有统计学意义($P<0.05$)。见表1。

2.2 两组VAS评分比较

干预前两组VAS评分比较,差异无统计学意

表1 两组临床疗效比较[n(%)]

组别	n	治愈	好转	未愈
对照组	69	21(30.43)	29(42.02)	19(27.54)
观察组	69	32(46.38)	29(42.03)	8(11.59)

义($P>0.05$)。干预后两组VAS评分较干预前下降,且观察组VAS评分低于对照组,差异有统计学意义($P<0.01$)。见表2。

表2 两组VAS评分比较($\bar{x} \pm s$)

组别	n	干预前	干预后	t	P
对照组	69	7.12±1.89	3.86±0.21	14.240	<0.01
观察组	69	7.17±1.90	2.21±0.13	21.634	<0.01
t		0.155	55.493		
P		>0.05	<0.01		

2.3 两组SF-36评分比较

干预前两组SF-36评分比较,差异无统计学意义($P>0.05$)。干预后两组SF-36评分较干预前上升,且观察组SF-36评分高于对照组,差异有统计学意义($P<0.01$)。见表3。

表3 两组SF-36评分比较($\bar{x} \pm s$)

组别	n	干预前	干预后	t	P
对照组	69	53.64±16.45	61.49±13.51	3.063	$P<0.01$
观察组	69	53.61±16.42	69.52±10.55	6.771	$P<0.01$
t		0.010	3.891		
P		>0.05	<0.01		

3 讨论

本研究结果显示,观察组接受瑶药塌渍蜡干预后,腰部疼痛VAS评分改善优于对照组,且观察组总有效率高于对照组。分析原因可能是由于瑶药的药效和蜡疗法的温热作用共同作用于腰部经筋所致。瑶药中的大发散、小发散均属于“风药”具有清热解毒、活血散瘀、祛风除湿等的功效;四方藤、红钻、南五味子、大血藤是“风打相兼药”,具有行气止痛、舒筋活络、祛风除湿、健脾消气、散瘀消肿的功效,九层风具有祛风毒除湿毒的作用^[12];川牛膝具有祛风毒除湿毒、通水道谷道^[13]。以上瑶药合用可达到通络止痛、化瘀消肿的作用^[12]。青赛筋藤具有调补气血、舒筋活络、镇心安神的功效^[14]。因此,诸药联合使用可有效改善腰肌劳损的症状。蜡疗法属热疗法之一,以医用石蜡作为热导体,能将热能透过人体皮肤传送至深层组织,以此达到治疗疾病的目的^[15]。而且石蜡在冷却过程中会释放大量的热量,使腰部皮肤能保持高温持久的热效应,促进皮肤毛细血管扩张、淋巴回流及血液循环,减轻组织肿胀,消除炎症,能有效减轻组织肌肉紧张,缓解疼痛^[16]。刘艳玲等^[17]研究表明,塌渍联合蜡疗的治疗可降低肌肉的肌张力,缓解腰部持续性的微痉挛状态,进而缓

解其炎症和疼痛。本研究将瑶药塌渍蜡疗法作用于患者腰部,充分发挥瑶药药性及医用石蜡温热效应,使皮肤血管扩张,使药物有效成分达到深部组织,起到温热止痛、活血化瘀、舒筋解毒、活血通络的作用,有助于提高临床疗效。

慢性腰肌劳损的主症为腰部酸、胀、困、重、痛等不适感,其中腰酸症状缠绵难愈,影响患者生活质量^[18],因此患者生活质量的改善应以解决腰部酸胀痛为前提。本研究结果显示,观察组 SF-36 评分改善优于对照组。提示通过瑶药塌渍蜡疗法的干预治疗,能有效改善腰肌劳损患者的临床症状,进而提高患者的生活质量。

综上所述,瑶药塌渍蜡疗法治疗慢性腰肌劳损,可明显改善腰肌劳损的症状,减轻疼痛,提升患者生活质量,且应用范围广,值得临床借鉴。本研究不足在于研究时间短,且未进行大样本、多中心研究,未能做到远期治疗效果的随访,在今后研究中可以继续深入探索,保证数据分析的可靠性,为临床提供参考与借鉴。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

开放评审

专栏主编点评:本文设计严谨,具有一定的创新性。

参考文献

- [1] 宋斌,宋红,王鸿儒,等. 腰宁汤联合麝香止痛贴膏治疗寒湿瘀阻型慢性腰肌劳损的临床评价[J]. 中国实验方剂学杂志, 2016, 22(18): 159-163.
- SONG B, SONG H, WANG H R, et al. Clinical evaluation of yaoning decoction combined with ShexiangZhitong patch on lumbar muscle strain with cold dampness and blood stasis[J]. Chin J Exp Tradit Med Formulae, 2016, 22(18): 159-163. (in Chinese)
- [2] 陈孝平,汪建平. 外科学[M]. 8版. 北京:人民卫生出版社, 2013.
- CHEN X P, WANG J P. Surgery[M]. 8th ed. Beijing: People's Medical Publishing House Co., Ltd, 1013. (in Chinese)
- [3] 李思源,代静,曲砚青. 温针推拿联合足弓矫正疗法对慢性腰肌劳损的临床疗效研究[J]. 颈腰痛杂志, 2018, 39(4): 510-511.
- LI S Y, DAI J, QU Y Q. Clinical study on warm needle massage combined with foot arch correction for chronic lumbar muscle strain[J]. J Cervicodynia Lumbodynia, 2018, 39(4): 510-511. (in Chinese)
- [4] 刘雪锋. 独活寄生汤配合艾灸治疗慢性腰肌劳损临床观察[J]. 实用中医药杂志, 2019, 35(11): 1303-1304.
- LIU X F. Clinical observation on treatment of chronic lumbar muscle strain with DuhuoJisheng Decoction combined with moxibustion[J]. J Pract Tradit Chin Med, 2019, 35(11): 1303-1304. (in Chinese)
- [5] 甘衍昌. 经筋疗法治疗“腰腹腿三联征”128例[J]. 中国民族民间医药杂志, 1996, 5(2): 19-21.
- GAN Y C. Treatment of 128 cases of “triple waist, abdomen and legs” by tendon therapy[J]. Chin J Natl Med, 1996, 5(2): 19-21. (in Chinese)
- [6] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准[S]. 南京:南京大学出版社, 1994.
- NATIONAL ADMINISTRATION OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE. Standards for diagnosis and curative effect of Chinese medical symptom[S]. Nanjing: Nanjing University Publishing House, 1994. (in Chinese)
- [7] 王玉龙. 康复功能评定学[M]. 北京:人民卫生出版社, 2008.
- WANG Y L. Evaluation of Functional Rehabilitation[M]. Beijing: People's Medical Publishing House Co., Ltd, 2008. (in Chinese)
- [8] 魏朝晖,莫一心. 生命质量测定量表SF-36的应用[J]. 国外医学(社会学分册), 1997, 14(4): 145-147.
- WEI Z H, MO Y X. Application of SF-36 quality of life measurement scale[J]. Foreign Med Sci Med Sect, 1997, 14(4): 145-147. (in Chinese)
- [9] 汤旦林. 生存质量测定及其临床试验中的应用[J]. 中华医学杂志, 1994, 74(3): 175-178.
- TANG D L. Quality of Life Assessment and its clinical application[J]. Natl Med J China, 1994, 74(3): 175-178. (in Chinese)
- [10] 方积乾. 生存质量测定方法及应用[M]. 北京:北京医科大学出版社, 2000.
- FANG J Q. Quality of Life Assessment and its application[M]. Beijing: Peking University Medical Press, 2000. (in Chinese)
- [11] 廖加强,罗敏,张菊英. SF-36量表测量腰椎间盘突出所致坐骨神经痛患者生命质量的信度及效度研究[J]. 中国卫生事业管理, 2013, 30(2): 144-145, 153.
- LIAO J Q, LUO M, ZHANG J Y. Studying on the reliability and validity of scale of SF-36 to determine

- the life quality of patients with sciatica caused by lumbar disc herniation[J]. Chin Health Serv Manag, 2013, 30(2): 144-145, 153. (in Chinese)
- [12] 潘祥龙, 郝二伟, 杨雪, 等. 瑶药钻类药材化学成分抗肿瘤作用的研究进展[J]. 中国药房, 2020, 31(19): 2426-2432.
- PAN X L, HAO E W, YANG X, et al. Research progress on anti-tumor effect of chemical components of Yao medicine and drilling medicine[J]. China Pharm, 2020, 31(19): 2426-2432. (in Chinese)
- [13] 韦松, 思秀玲, 许学健. 藤杜仲化学成分初探[J]. 广西中医学院学报, 2000, 3(2): 42.
- WEI S, SI X L, XU X J. Preliminary study on chemical constituents of EucommiaulmoidesOliv [J]. J Guangxi Coll Tcm, 2000, 3(2): 42. (in Chinese)
- [14] 周小雷, 袁经权, 王硕, 等. 瑶药青九牛的化学成分预实验[J]. 现代医药卫生, 2010, 26(9): 1296-1297.
- ZHOU X L, YUAN J Q, WANG S, et al. Preliminary test for chemical components of Tinosporasinensis[J]. Mod Med Heath, 2010, 26(9): 1296-1297. (in Chinese)
- [15] 徐桂华, 胡慧. 中医护理学基础[M]. 3 版. 北京: 中国中医药出版社, 2016.
- XU G H, HU H. Basic Traditional Chinese Medicine Nursing [M]. 3rd ed, Beijing: China Press of Traditional Chinese Medicine Co., Ltd, 2016. (in Chinese)
- [16] 陈世兵, 朱菊清, 杨旭东, 等. 蜡疗联合曲安奈德皮损内注射治疗跨关节挛缩性瘢痕疗效观察[J]. 中国伤残医学, 2018, 26(8): 53-54.
- CHEN S B, ZHU J Q, YANG X D, et al. Observation on the therapeutic effect of wax therapy combined with triamcinolone acetonide injection in the treatment of cross-joint contracture scar [J]. Chin J Trauma Disabil Med, 2018, 26(8): 53-54. (in Chinese)
- [17] 刘艳玲, 夏雪红. 中药热敷、中医蜡疗和按摩疗法联用对中风偏瘫患者 ADL 评分及肢体功能的影响[J]. 临床医学研究与实践, 2020, 5(21): 130-132.
- LIU Y L, XIA X H. Effects of TCM heat compress, TCM wax therapy and massage therapy on ADL score and limb function in patients with stroke and hemiplegia[J]. Clin Res Pract, 2020, 5(21): 130-132. (in Chinese)
- [18] 钟润芬, 肖晓玲, 尹旭辉, 等. 火针治疗对慢性腰肌劳损患者腰酸症状的影响[J]. 中医临床研究, 2022, 14(12): 110-113.
- ZHONG R F, XIAO X L, YIN X H, et al. Effect of fire acupuncture on lumbar acid symptom in patients with chronic lumbar muscle strain [J]. Clin J Chin Med, 2022, 14(12): 110-113. (in Chinese)

(本文编辑:黄磊)