

整脊疗法治疗神经根型颈椎病 128 例

★ 郑建鹏 (福建省莆田市第一医院康复科 莆田 351100)

关键词:整脊疗法;神经根型颈椎病

中图分类号:R 681.5⁺5 **文献标识码:**B

颈椎病是因颈椎退变,或椎间关节退变及其继发性改变致使周围组织受累,并在临床上引起各种相应症状的一类疾病,其中神经根型较为多见。其病理基础是脊椎关节的力学紊乱,经常由于微小损伤而反复诱发,药物、理疗、针灸等被动的保守治疗对于力学结构不做调整^[1]。笔者采用整脊手法来调整颈椎关节与周围软组织的适应能力,进而达到脊椎结构的重新代偿平衡,治疗 128 例,取得良好疗效。报道如下:

1 临床资料

一般资料:本组患者均有颈肩部疼痛、手指麻木等症状,X 线示生理曲度改变或侧弯、椎体移位,钩突增生,椎间隙变窄;臂丛牵拉试验或压颈试验阳性。部分患者并发头晕、失眠等或 MR 片示颈椎椎间盘突出。年龄在 20-62 岁,病程 1 周~2 年,一般情况较好。

2 治疗方法

第一步软组织放松法:病人取坐位,(1)以拿、滚、揉、弹拨等手法放松颈背后肌群,反复数遍。同时测试肌肉挛缩和椎体错动情况。(2)点按颈夹脊、风府、肩中俞、肩外俞、肩井、巨骨穴等,以有酸胀感及向远处传导为佳。

第二步关节松动法:两拇指向上顶按风池穴,其余四指扶于头两侧端提头部片刻,再做该状态下侧屈和转动活动,反复 3~5 次。端提方向宜采取上颈段病变 0~15°、下颈段 20~30°屈曲位。

第三步整脊手法:依据 X 线或 MR 片,结合手部触诊情况,针对偏移的椎体进行矫治。以棘突偏向左为例,医生左侧上臂屈肘端住患者颌下于胸前,稳

住头颈部,右手拇指按住治疗的棘突或椎板的左侧,颈部拔伸并向左旋转(幅度不超过 60°),同时右拇指推按棘突,即可感到指下椎体有滑动感,症状明显减轻,手法完成。隔日 1 次,1 个月为一个疗程。

3 治疗结果

治愈(症状消失,颈、肢体功能恢复正常,能参加劳动和工作)97 例,好转(症状减轻,颈肩疼痛减轻,颈肩功能改善)30 例,未愈(症状无改善)1 例。

4 讨论

4.1 整脊手法的特点 (1)第一、二步手法能解除肌肉痉挛,促进血液循环,使炎性物质快速吸收,减轻神经根水肿和炎症刺激,为下一步的手法矫治做好准备。(2)该整脊疗法是从颈椎病的病理基础出发,对紊乱的颈椎关节进行调整,使颈椎重新得到代偿平衡,符合生理解剖学和力学原理,经过一次治疗患者症状明显减轻,偏歪的棘突和颈椎曲度得到改善。

4.2 临床体会 (1)个别患者棘突有先天畸形变异,所以诊断上要整体全面判断,不能凭单个棘突的偏歪来决定。(2)医生的手法要求持久、有力、均匀、柔和,做到“手随心转,法从手出”;并细心明察矫治过程中的手感。端提头部的力量是缓慢而波浪式地由弱变强又变弱,可更好地促进头颈部的血液灌注。(3)正常情况下颈椎前后屈伸 35~45°。左右侧屈 45°,左右旋转 60°。采用生理活动范围内手法逐渐矫治,不强求一次到位,安全性高。

参考文献

[1]赵平.脊柱健康手册[M].北京:科学普及出版社,2005:43.

(收稿日期:2009-05-13 责任编辑:秦小珑)