

针灸推拿联合康复理疗对颈椎病患者临床效果

刘宇恒

吉林省松原市长岭县中医院

DOI:10.32629/ffcr.v4i1.19924

[摘要] 目的：探究颈椎病患者行针灸与推拿联合的康复理疗方案，对患者的治疗效果。方法：选择 2025.1-2025.12 月收治的 80 例患者开展研究，整个研究为期一年，分成对照组和实验组，每组 40 例，对照组常规干预，实验组针灸推拿联合康复理疗，对患者的颈椎功能、疼痛程度、治疗效果进行评价。结果：两组患者提供不同的干预措施后，实验组患者的颈椎功能明显得到改善， $p < 0.05$ ，对比患者的疼痛程度，实验组更轻， $p < 0.05$ ，对比患者的治疗效果，实验组更佳， $p < 0.05$ 。结论：将针灸推拿与康复理疗相结合，可以促进颈椎病患者颈椎功能的恢复，使得患者的疼痛进一步减轻，提升患者治疗效果的同时，满足需求，值得提倡。

[关键词] 针灸推拿；康复理疗；颈椎病；临床效果

中图分类号：R274.9 文献标识码：A

Clinical Effect of Acupuncture and Tuina Combined with Rehabilitation Therapy on Patients with Cervical Spondylosis

Yuheng Liu

Changling County Hospital of Traditional Chinese Medicine

Abstract: Objective: To explore the rehabilitation therapy scheme combining acupuncture and massage for patients with cervical spondylosis, and to evaluate the therapeutic effect on these patients. Methods: A study was conducted on 80 patients admitted from January 2025 to December 2025. The entire study lasted for one year and was divided into a control group and an experimental group, with 40 patients in each group. The control group received conventional intervention, while the experimental group received acupuncture and massage combined with rehabilitation therapy. The cervical function, pain degree, and therapeutic effect of the patients were evaluated. Results: After providing different intervention measures to both groups of patients, the cervical function of the patients in the experimental group was significantly improved, $p < 0.05$. Compared with the patients in the control group, the pain of the patients in the experimental group was lighter, $p < 0.05$. Compared with the therapeutic effect of the patients in the control group, the therapeutic effect of the patients in the experimental group was better, $p < 0.05$. Conclusion: Combining acupuncture and massage with rehabilitation therapy can promote the recovery of cervical function in patients with cervical spondylosis, further reduce the pain of the patients, improve the therapeutic effect of the patients, and meet the needs. It is worthy of promotion.

Keywords: Acupuncture and Tuina; Rehabilitation Therapy; Cervical Spondylosis; Clinical Effect

引言

颈椎病的产生于椎间盘增厚、脱出或者慢性劳损引发的疾病，该病的发生会对患者的生活质量造成影响，在我国受到工作压力的增加，颈椎病患者数量呈现上升的趋势^[1]。为患者提供西医治疗，收效欠佳，复发率较高，影响生活质量。当前中医不断进步，临床使用中医治疗的方式逐渐增加，可以有效的改善患者的临床症状，促进患者的恢复，使得患者可以恢复到正常的状态。针灸是将针具刺入体内某一穴位，以促进血液循环。推拿是将手法与推拿工具相结合，有效地作用于体表。康复理疗，将运动、作业、言语等治疗方式相

结合，以改善患者的颈椎功能，减轻患者的疼痛，促进其恢复。本文就针灸推拿联合康复理疗对颈椎病患者临床效果进行讨论，现报道如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择 2025.1-2025.12 月收治的 80 例患者开展研究，随机数表法分成对照组和实验组，每组 40 例，对照组年龄分布在 37-66 岁，平均年龄为 56.55 ± 2.41 岁，女性患者 22 例，男性患者 18 例，实验组年龄分布 36-67 例，平均年龄为 57.34 ± 2.61 岁，女性 21 例，男性 19 例。分析我院在此期间患者

的各项资料，差异性不大， $P>0.05$ 。

纳入标准：符合颈椎病的诊断标准；治疗依从性较好；

排除标准：合并影响本次研究的重大脏器疾病；皮肤发生破损的患者；易出现过敏的患者。

1.2 方法

对照组患者常规管理，协助患者建立良好的作息习惯，合理饮食，为患者普及疾病的相关知识，提升患者的认知度，消除患者的抑郁和焦虑，告知患者夜间睡觉时选择宽度适宜、高度适宜的枕头，避免颈部直接吹冷风或者空调，加强肩部肌肉锻炼^[2]。积极地锻炼颈部肌肉，通过前屈、后伸、旋转等方式缓解疲劳，提升肌肉的韧度，提升脊柱的稳定性，提升患者的颈肩顺应能力。

实验组患者针灸推拿联合康复理疗，具体包括：1、健康宣教，为患者普及针灸推拿的相关知识，讲解颈椎病的相关知识，告知患者通过针灸和推拿治疗的优势，分析患者对于护理的需求，告知患者治疗期间需要注意的事项，让患者充分地了解治疗的优势，通过分享治疗成功的案例，提升患者治疗依从性^[3]。2、针灸治疗，指导患者行俯卧位，为患者开展治疗之前应充分的消毒皮肤，避免患者发生细菌感染，选择患者的大椎穴、颈夹脊属于主穴，对患者的疼痛部位进行评估，有效地针刺患者的阿是穴，针刺模式为平补平泻，留针的时间为半小时，其间记录患者有无不良反应。在患者完成治疗后，告知患者不立即起身，休息3-5分钟后，若无不良反应后再起身^[4-5]。3、推拿治疗，对患者的风池穴进行压揉，确保患者的头部处于略微前倾的状态，双手拇指放置在风池穴，充分按住头顶后，用力完成上提，有效地按压风池穴。拿捏颈项脊，放置患者的双颈项处，松紧交替进行，从上至下对颈项肌拿捏，次数为5-10次，患者表现为酸胀为主。之后调整为端坐位，双下肢呈现屈曲的状态，角度为90度，分开五指后，将手掌与大腿腹股沟处相结合，用力擦动，患者以发热为佳。提转患者的颈部，再次调整到端坐位，一手托住患者的下颌，一手托住患者的后枕部，缓慢旋转后用力上提，有弹响后，对颈部进行按摩，保证患者的椎旁肌肉充分放松^[6]。4、康复理疗，使用电磁治疗仪，缓解颈部的紧张，单次20分钟，每日一次。

1.3 实验指标

1.3.1 对比患者干预前后的颈椎功能，评估患者的疼痛程度（选择VAS视觉模拟评分法评估疼痛，评分高，疼痛剧烈）。

1.4 统计学方法

文中计量数据使用n表示，检验通过 X^2 。本文所涉及的数据均通过SPSS 21.0软件进行统计分析， $P<0.05$ 具有统计学意义。可以进行研究。

2 结果

2.1 护理前，两组患者的颈椎功能评分差异不大， $p>0.05$ ，护理后，乙组患者的颈椎功能评分更佳， $p<0.05$ 。

表1 分析两组患者治疗前后JOA以及VAS评分

组别	JOA 评分		VAS 评分	
	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
对照组	8.64±2.25	18.51±3.22	6.47±1.62	4.55±2.01
实验组	8.72±1.18	23.42.14±2.41	6.34±2.19	2.52±2.12
t	0.349	4.264	0.284	5.582
P	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

2.2 实验组40例患者治疗有效的数量为37例，占比92.50%；对照组40例患者有32例患者治疗有效，占比80.00%，实验组患者治疗效果更佳， $p<0.05$ 。

3 讨论

颈椎病的产生与颈椎间盘突出、髓质增生引发的颈部、上肢疼痛等相关症状的总称，因当前工作方式的转变，生活压力的增加，疾病逐渐呈现年轻化。结合压迫部位的差异，涉及不同的类型，分别为神经根、脊髓型、椎动脉型、交感神经型^[9]。多数患者均可以进行保守治疗，物、针灸、按摩、推拿和康复理疗。西医多为非甾体类抗炎药物，但会导致胃肠道副作用，而且易复发，手术治疗创伤大、风险高，故选择安全、有效、副作用较小的方案十分重要。

从中医的角度来看，颈椎病属于“痹证”“项强”等范畴，疾病的病机与肝肾亏虚、气血不畅有关，继而患者的颈部筋骨失养、气血运行不畅相关。针灸治疗，通过刺激特定的腧穴，发挥疏通经络、调和气血和平衡阴阳的效果。取患者的大椎穴、颈夹脊穴、阿是穴，实现了局部取穴与循证取穴的有机结合，针刺相应穴位，可以激发经气，刺激颈部气血循环，缓解肌肉痉挛，消除局部炎症和水肿，减轻对神经、血管的刺激和压迫，针灸可以有效地调节神经系统功能^[10]。促进内源性镇痛物质的释放，抑制痛觉的传导，改善局部微循环，促进代谢产物的清除，促进了受损组织的修复，推拿治疗，直接作用于颈肩背部的经络、肌肉和关节，有效地纠正小关节、小错位，扩大椎间隙和椎间孔，解除对神经根的卡压，恢复颈椎的动静力平衡。

综上所述，针灸推拿联合康复理疗的颈椎病治疗模式，可以改善患者的颈椎功能，缓解了患者的疼痛，提升了患者的治疗效果，考虑中医有效地疏通经络、调和气血，纠正了核心思想，建立了多靶点、多层次的综合性干预，满足了患者的康复需求，值得提倡。

[参考文献]

[1]田丰然,夏馨圆,赵保,沈凤英.针灸联合理疗康复治疗对颈椎病患者的临床效果颈椎活动度的影响[J].内蒙古中医

药,2025,44(8):130-132.

[2]于恒,陈艳,李佳莹.中医推拿与针灸联合治疗方案在神经根型颈椎病患者中应用的临床效果分析[J].中外医疗,2024,43(31):187-190.

[3]金贝贝,秦佳.针灸联合早期颈肩功能康复训练在脑卒中并颈椎病患者康复期的应用效果[J].深圳中西医结合杂志,2024,34(10):51-53.

[4]冯文进,金华,张雅玲.中医针灸联合推拿手法治疗椎动脉型颈椎病临床疗效观察[J].内蒙古中医药,2024,43(2):94-96.

[5]钱建华.针灸推拿联合在颈型颈椎病康复治疗中的效果和对患者颈椎功能改善作用[J].基层医学论坛,2025,29(8):14-17.

[6]宋露露,周晨,杨燕冰.针灸推拿联合中医特色护理对颈椎病患者颈椎功能及生活质量的影响[J].当代临床医刊,2025,37(3):111-112.

[7]杜侣好.针灸联合推拿对神经根型颈椎病患者颈肩部疼痛及颈椎活动度的影响[J].秋光,2025(12):0231-0232.

[8]赵朵,杨丽丽.理疗康复联合颈椎康复操对颈椎病患者症状及功能障碍的改善作用探讨[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2025(11):069-072.

[9]何丽娟,陈竹,于秀,蒋红英,郭涛,胡晓丽.邵氏颈部保健操联合针灸、推拿的康复护理干预对颈型颈椎病患者颈椎功能及生活质量的影响[J].四川中医,2023,41(9):209-212.

[10]张丽媛,胡文琪,陈端宇.针灸推拿联合常规康复治疗在老年神经根型颈椎病患者康复治疗中的应用疗效[J].内蒙古中医药,2023,42(5):116-117.

作者简介：

刘宇恒（1982.04-），女，汉族，吉林长岭人，硕士研究生，副主任医师，研究方向为针灸康复。