

中西医结合治疗颈椎病

◎长宁县梅硐镇中心卫生院 熊开英

颈椎病是一种常见的颈部疾病，主要由于颈椎的退行性变化、外伤或不良姿势等因素引起，常伴有疼痛、僵硬和上肢麻木等症状。中西医结合治疗颈椎病，能够充分发挥西医在急性症状缓解和病因诊断方面的优势，同时利用中医的整体调理和个体化治疗，帮助患者实现更全面的康复。

了解疾病常见症状

颈椎病是一种常见的颈部疾病，其主要症状包括颈部疼痛、僵硬和活动受限。患者常常感到颈部不适，尤其是在长时间保持同一姿势后，疼痛会加剧。此外，颈椎病还会引发上肢的麻木、刺痛或无力，部分患者甚至会出现头晕、头痛等症状。这些症状的出现通常与颈椎的结构变化有关，如椎间盘突出、骨刺形成等，导致神经根受到压迫，从而引发一系列不适。

颈椎病的病因多种多样，主要包括年龄因素、生活习惯和外部损伤等。随着年龄的增长，颈椎的退行性变化是不可避免的，椎间盘的水分减少、弹性降低，容易导致颈椎病的发生。此外，长期的不良姿势，如低头看手机、长时间坐在电脑前等，也会加重颈椎的负担，导致肌肉疲劳和颈椎结构的改变。此外，外伤、劳损以及遗传因素等也可能是颈椎病的诱因。

中西医结合方法多

西医治疗：①药物治疗。西医治疗颈椎病的首选方法之一是药物治疗，常用的药物包括非甾体抗炎药（NSAIDs），如布洛芬和萘普生，这些药物能够有效缓解疼痛和炎症，改善患者的生活质量。此外，肌肉松弛剂如环托品和巴氯芬

也常用于治疗因肌肉紧张引起的疼痛，帮助缓解肌肉痉挛。对于一些患者，医生会开具类固醇药物以减轻严重的炎症反应。

②物理治疗。西医治疗颈椎病的重要组成部分，主要通过各种物理手段来缓解症状和改善功能，常见的物理治疗方法包括热敷、冷敷、超声波治疗和电疗等。热敷可以促进局部血液循环，缓解肌肉紧张，而冷敷则能减轻急性炎症和肿胀。超声波治疗通过高频声波刺激组织，促进愈合和减轻疼痛。电疗则利用电流刺激神经和肌肉，达到缓解疼痛和改善功能的效果。

③手术治疗。对于症状严重且保守治疗无效的颈椎病患者，手术治疗是必要的，目的是减轻神经根或脊髓的压迫，恢复颈椎的正常功能，常见的手术方式包括椎间盘切除术和颈椎融合术。椎间盘切除术通常适用于椎间盘突出导致的神经压迫，通过切除突出的椎间盘部分来减轻压迫。颈椎融合术则是通过将相邻的椎体融合在一起，稳定颈椎结构，防止进一步的损伤。

中医治疗：①针灸。中医治疗颈椎病的一种常用方法，通过在特定的腧穴上刺入细针，刺激身体的经络和气血，达到缓解疼痛、改善功能的效果。针灸可以促进局部血液循环，减轻肌肉紧张，缓解因

颈椎病引起的疼痛和不适。研究表明，针灸能够调节神经系统，释放内源性镇痛物质，从而有效缓解疼痛。治疗时，医生会根据患者的具体症状和体质选择合适的腧穴，通常包括颈部、肩部和手臂等部位。针灸治疗一般需要多次进行，以达到最佳效果。

②推拿。中医传统的手法治疗方法，通过手法按摩、捏、揉等手段，作用于颈部及相关肌肉和软组织，帮助缓解颈椎病引起的疼痛和不适。推拿可以放松紧张的肌肉，改善局部血液循环，促进新陈代谢，从而减轻疼痛和僵硬感。治疗过程中，推拿师会根据患者的具体情况，采用不同的手法和力度，以达到最佳的治疗效果。

③中药治疗。中医治疗颈椎病的重要组成部分，常用的中药包括独活、川芎、当归、红花等，这些中药具有活血化瘀、舒筋活络的作用，可以通过煎煮成汤剂或制成药膏外敷，帮助缓解疼痛和改善血液循环。中药治疗强调个体化，根据患者的具体症状和体质，制定相应的方剂，以达到最佳的治疗效果。此外，中医还注重调理脏腑功能，增强身体的自我修复能力，从而达到长期缓解症状和预防复发的目的。😊