

耳穴贴压结合穴位电阻检测靶向肾、腰骶椎穴改善寒湿型腰痛患者 夜间痛的临床观察

刘 珊, 苏渝中

宁夏医科大学总医院 宁夏银川

【摘要】目的 观察在寒湿型腰痛患者中开展耳穴贴压结合穴位电阻检测靶向肾、腰骶椎穴治疗的临床效果以及对其夜间痛的影响。**方法** 选取 2025 年 1 月至 2026 年 7 月期间我院接收的寒湿型腰痛患者 70 例作为分析对象, 分组采取随机数字表法, 共分成观察组和对照组, 每组各有 35 例患者, 对照组接受常规西药治疗, 观察组在对照组治疗基础上配合中医耳穴贴压结合穴位电阻检测靶向肾、腰骶椎穴干预, 对比分析两组取得的治疗效果。**结果** 治疗后, 观察组患者的夜间腰痛程度明显轻于对照组, 睡眠质量改善效果优于对照组, 生活活动能力以及生活质量与对照组相比显著提高 ($P < 0.05$)。**结论** 对寒湿型腰痛患者治疗中添加中医耳穴贴压配合穴位电阻检测靶向肾、腰骶椎穴, 能够进一步提升临床治疗效果, 尽早改善患者的夜间疼痛程度, 提高患者的睡眠质量, 改善患者生活活动能力及生活质量。

【关键词】 寒湿型腰痛; 耳穴贴压; 穴位电阻检测; 夜间痛; 效果观察

【收稿日期】 2026 年 8 月 3 日

【出刊日期】 2026 年 9 月 4 日

【DOI】 10.12208/j.ijnr.20260458

Clinical observation on the effect of auricular point pressing combined with acupoint resistance detection targeting kidney and lumbar sacral vertebra points in improving night pain in patients with cold-damp type low back pain

Shan Liu, Yuzhong Su

General Hospital of Ningxia Medical University, Yinchuan, Ningxia

【Abstract】Objective To observe the clinical effect of auricular point pressing combined with acupoint resistance detection targeting kidney and lumbar sacral vertebra points in treating patients with cold-damp type low back pain and its impact on their night pain. **Methods** 70 patients with cold-damp type low back pain admitted to our hospital from January 2025 to July 2026 were selected as the analysis objects. Grouping was conducted using the random number table method, and they were divided into the observation group and the control group, with 35 patients in each group. The control group received conventional Western medicine treatment, while the observation group received intervention of traditional Chinese medicine auricular point pressing combined with acupoint resistance detection targeting kidney and lumbar sacral vertebra points on the basis of the control group treatment. The therapeutic effects of the two groups were compared and analyzed. **Results** After treatment, the night pain degree of patients in the observation group was significantly less than that of the control group, and the improvement effect on sleep quality was better than that of the control group. The living activity ability and quality of life of the patients in the observation group were significantly improved compared with those in the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** Adding traditional Chinese medicine auricular point pressing combined with acupoint resistance detection targeting kidney and lumbar sacral vertebra points in the treatment of patients with cold-damp type low back pain can further improve the clinical therapeutic effect, early improve the night pain degree of patients, improve the sleep quality of patients, and improve the living activity ability and quality of life of patients.

【Keywords】 Cold-damp type low back pain; Auricular point pressing; Acupoint resistance detection; Night pain; Therapeutic effect observation

寒湿型腰痛是一种常见的腰痛病症，其发病原因通常与寒湿之邪入侵人体有关。这种邪气倾向于侵袭关节和肌肉，导致气血流通不畅，进而引起疼痛。在临床治疗上，针对寒湿型腰痛，治疗措施通常包括药物治疗、物理治疗和中医治疗。药物治疗主要采用非甾体抗炎药，如塞来昔布胶囊等，以减轻疼痛和炎症反应。物理治疗则通过热敷、电疗、超声波等技术，促进局部血液循环，缓解肌肉紧张和僵硬。中医治疗则遵循调和阴阳、祛风除湿、活血化瘀的原则，运用中药内服、针灸、拔罐、推拿等多种手段，全面调节人体机能，以祛除病邪、恢复健康。这些治疗方法相结合，不仅直接缓解疼痛症状，而且从根本上调动机体的自愈能力，对提高患者生活质量具有积极作用^[1]。为探寻最佳治疗方案，本文详细分析了耳穴贴压结合穴位电阻检测靶向肾、腰骶椎穴改善寒湿型腰痛患者夜间痛的临床效果，具体详情已在下文叙述：

1 资料与方法

1.1 一般资料

随机抽取 2025 年 1 月至 2026 年 7 月期间在我院接受治疗的寒湿型腰痛患者 70 例，通过随机数字表法将入选病例分成观察组与对照组各有 35 例，观察组患者分为男性 20 例、女性 15 例，年龄 50 岁~78 岁，年龄均值（64.00±6.50）岁；对照组分为男性 19 例、女性 16 例，年龄 50 岁~79 岁，平均（64.50±2.20）岁，两组资料对比无显著差异（P>0.05），具有可比性。

1.2 方法

对照组患者给予常规西药治疗，每次服用塞来昔布 0.2g，每日两次，共连续治疗 30 天后观察效果。观察组在常规西药治疗基础上配合中医耳穴贴压结合穴位电阻检测靶向肾、腰骶椎穴干预，运用消毒棉签、碘

伏或酒精对耳部进行消毒，随后将穴位电阻检测仪的电极分别放置在选定的穴位上，仪器会显示电阻值。记录电阻值确定肾、腰骶椎准确穴位，如果电阻值较高，可能表示穴位敏感度低，可以适当增加刺激强度，如果电阻值较低，可能表示穴位敏感度高，应减少刺激强度。最后将耳穴贴压珠贴在相应的耳穴上，确保贴压珠的中心与耳穴位置重合。轻轻按压耳穴贴压珠，使其粘附牢固。每日按压耳穴贴压珠 3-5 次，每次按压 30-60 秒，以患者感到轻微疼痛或酸胀为宜。耳穴贴压一般需维持 3-5 天，然后休息 1-2 天，并根据电阻值的变化调整治疗方案。

1.3 观察标准

- ①夜间疼痛程度：使用视觉模拟量表（VAS）进行评价，总分为 10 分，获取分值越高则表示疼痛越重。
- ②睡眠质量：使用匹兹堡睡眠质量指数（PSQI）量表开展评价，最高评分 21 分，分数越高睡眠质量越差。
- ③生活活动能力：使用（日常生活活动能力量表）ADL 量表进行评价，最高分值 100 分，分值越高指标越好。
- ④生活质量：采用简明健康量表（SF-36）进行评价，满分为 100 分，得分越高表示患者的生活质量越高。

1.4 统计学计算方法

用 SPSS 25.0 统计学软件处理两组数据，计量指标用（ $\bar{x}\pm s$ ）描述，另外采取 t 检验，当两组数据对比后显示 P<0.05 为有统计学意义。

2 结果

治疗前，组间各指标结果对比显示，差异无统计学意义（P>0.05）；治疗后与对照组最终结果相比，观察组患者夜间疼痛程度明显减轻，睡眠质量得到显著改善，最终患者的生活活动能力及生活质量均显著提高，两组各指标对比差异均有统计学意义（P<0.05）。

表 1 两组指标对比详情（ $\bar{x}\pm s$ ）

分组	n	夜间疼痛程度/分		睡眠质量/分		生活活动能力/分		生活质量/分	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	35	6.3±0.7	4.2±0.4	15.5±2.2	9.3±0.6	57.9±4.9	90.8±6.2	58.5±5.5	91.6±3.5
对照组	35	6.4±0.8	5.3±0.5	15.6±2.3	12.9±1.1	57.8±4.8	85.5±5.8	58.6±5.4	84.7±3.2
t 值		0.5565	10.1633	0.1858	16.9975	0.0862	3.6931	0.0767	8.6077
P 值		0.5797	<0.001	0.8531	<0.001	0.9315	0.0004	0.9390	<0.001

3 讨论

腰痛的形成不是由一个单独的原因引起的，而是多种内外因素相互作用的结果。比如，天气变化带来的寒冷和潮湿，还有居住和工作环境的气候条件，这些都

给寒湿邪气的入侵创造了机会。人在冷或湿的环境中，皮肤和肌肉的保护层容易放松，身体抵抗力下降，寒湿邪气就趁机进入了。另外，个人的生活习惯也很关键，比如长时间坐着或站着或者身体过度疲劳，这些都可

能让腰部的肌肉和骨骼承受过多压力。不良的姿势,比如弯腰驼背、脊柱扭曲,还会影响气血的流通,从而导致或加重腰痛。这些因素共同作用,削弱了身体的自我修复和抗病能力,使得寒湿邪气有机可乘,从而引发或加剧寒湿型腰痛的症状。因此,了解并规避这些风险因素,对于预防和治疗寒湿型腰痛至关重要^[2]。

塞来昔布胶囊作为一种非甾体抗炎药物,虽然能够有效减轻因寒湿引起的疼痛和炎症,但其作用原理是通过抑制环氧合酶-2(COX-2)的活性,减少前列腺素的生成,进而减轻炎症反应。尽管如此,单独使用塞来昔布胶囊治疗有其局限性,例如可能引起胃肠道不适、肝肾功能损害等副作用,且仅能缓解症状,无法从根本上治愈寒湿型腰痛。因此,对于寒湿型腰痛患者,仅依靠塞来昔布胶囊治疗可能不足以满足治疗需求,建议结合其他治疗方法,如中医治疗、物理治疗等,以实现更为全面和有效的治疗效果^[3]。为进一步提高临床治疗效果,我院对其患者在常规西药治疗基础上配合了耳穴贴压结合穴位电阻检测靶向肾、腰骶椎穴,且最终治疗结果显示,添加中医方案治疗后的观察组患者夜间疼痛程度与采用常规西药治疗的对照组相比明显减轻,患者的睡眠质量改善效果显著优于对照组,最终患者的生活活动能力以及生活质量与对照组相比显著提高。中医学中,寒湿腰痛属于“痹证”范畴,其成因是寒湿邪气侵袭人体,阻碍气血流通,导致筋骨失养,进而引发腰痛。中医治疗强调辨证施治,根据患者个体症状和体质,制定个性化治疗方案。治疗原则包括祛风除湿、温经通络、活血化瘀等,目的是调节人体阴阳平衡,恢复气血流通^[4]。耳穴贴压作为一种传统的中医疗法,基于“耳为全身之窗”的理论,通过刺激耳部特定穴位,调节全身生理功能。穴位电阻检测是现代医学技术之一,通过检测人体穴位电阻变化,评估穴位功能状态,为针灸治疗提供科学依据^[5]。将耳穴贴压与穴位电阻检测结合,能够更精确地针对肾、腰骶椎等关键穴位,有效缓解寒湿腰痛症状。此疗法的特点在于,它不仅能改善腰部血液循环,缓解疼痛,还能增强腰部抗病能力,减少腰痛复发。耳穴贴压结合穴位电阻检测的优势在于其非侵入性、安全性和低副作用,使其成为适用于多种寒湿腰痛患者的有效治疗方法^[6]。在更广泛的领域内,中西医结合治疗寒湿腰痛显示出显著的互补作用。中医治疗从整体上改善患者健康状况,增强体质;西医治疗则迅速缓解症状,提高患者舒适度。这种结合不仅互补优势,提高了治疗效果,还克服了单一疗法的局限性,

有助于降低腰痛复发率^[7]。临床研究证实了这种治疗方法的疗效,未来研究将进一步探究其作用机制,以期更全面地理解治疗原理。同时,研究也将探索其在预防腰痛复发方面的潜力,为患者提供更全面、长效的治疗方案,显著提高患者生活质量。通过这些研究,有望为寒湿腰痛患者带来更多福音,促进中医与现代医学的融合与发展^[8]。

由此可知,在治疗寒湿型腰痛的过程中,引入中医耳穴贴压配合穴位电阻检测,针对肾区和腰骶椎穴位进行精准治疗,有望显著增强临床治疗效果。这种综合治疗方法能够有效地缓解患者夜间疼痛,提升他们的睡眠质量,同时也有助于改善患者日常活动的的能力,从而全面提升患者的生活质量。

参考文献

- [1] 石梓又,黄应杰,朱耿仪,等.经筋刺法结合耳穴贴压对慢性非特异性下腰痛患者疼痛及关节活动度的影响[J].临床和实验医学杂志,2025,24(22):2406-2409.
- [2] 吴颖颖,林宝园,周珍凤.中药封包联合耳穴贴压对腰痛病患者疼痛缓解及睡眠质量改善的效果观察[J].世界睡眠医学杂志,2025,12(6):1293-1295,1299.
- [3] 周丽梅,安方静,王晚晚,等.耳穴贴压治疗非特异性腰痛的快速止痛通络疗效观察[J].颈腰痛杂志,2023,44(2):277-278,290.
- [4] 高劫,王春敏,田关莲,等.耳穴贴压联合耳尖放血治疗气滞血瘀型非特异性腰痛[J].全科护理,2023,21(28):3956-3958.
- [5] 张展,徐丹丹,刘璐.雷火灸摆阵联合耳穴贴压治疗慢性非特异性腰痛的临床疗效观察[J].临床研究,2022, 30(10): 164-167.
- [6] 赵金线,覃华,何琳,等.针刺联合耳穴贴压和艾灸疗法在腰背部肌筋膜疼痛综合征患者中的应用效果[J].内科,2024,19(5):557-561.
- [7] 朱晴晴,叶云芳,李敏.耳穴贴压联合穴位贴敷对腰椎间盘突出症患者疼痛及腰椎功能的影响[J].河北中医,2025,47(6):1010-1013,1017.
- [8] 程小霞.耳穴贴压联合中药热熨对腰椎间盘突出症患者疼痛的护理效果观察[J].现代养生,2024,24(4):272-273.

版权声明: ©2026 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS