

耳穴贴压不同选穴方案治疗颈椎病的临床疗效对比及护理

熊亚, 范青*

重庆市沙坪坝区陈家桥医院 重庆

【摘要】目的 将耳穴贴压不同选穴方案及护理用于颈椎病中, 对其临床疗效进行探究。**方法** 选取 2024 年 1 月~2025 年 1 月本院收治的 80 例颈椎病患者, 随机数字表法分组, 对照组 40 例行常规治疗及护理, 观察组 40 例行耳穴贴压配合相关护理, 对两组干预结果进行比较。**结果** 两组总有效率比较, 观察组 95.00% 更高 ($P<0.05$); 干预前, 两组视觉模拟法 (VAS) 评分、颈椎功能障碍指数 (NDI) 无显著差异 ($P>0.05$), 干预后观察组各评分更低 ($P<0.05$); 干预前, 两组生活质量评分无显著差异 ($P>0.05$), 干预后观察组生活质量评分更高 ($P<0.05$); 两组护理满意度比较, 观察组 97.50% 更高 ($P<0.05$)。**结论** 对颈椎病患者来说, 实施耳穴贴压及相关护理可获得确切效果, 还能减轻疼痛程度, 改善颈椎功能, 提高生活质量及护理满意度, 值得应用。

【关键词】 颈椎病; 耳穴贴压; 相关护理; 生活质量

【收稿日期】 2025 年 7 月 26 日

【出刊日期】 2025 年 8 月 21 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20250426

Comparison of clinical efficacy and nursing care of different acupoint selection schemes for auricular point application and pressing in the treatment of cervical spondylosis

Ya Xiong, Qing Fan*

Chenjiaqiao Hospital, Shapingba District, Chongqing

【Abstract】 Objective To apply different auricular point application schemes and nursing care in cervical spondylosis and explore their clinical efficacy. **Methods** A total of 80 patients with cervical spondylosis admitted to our hospital from April 1, 2021 to January 1, 2021 were selected and randomly divided into groups by the random number table method. 40 patients in the control group received conventional treatment and care, while 40 patients in the observation group received auricular point pressing combined with related care. The intervention results of the two groups were compared. **Results** Comparison of the total effective rate between the two groups showed that 95.00% in the observation group was higher ($P<0.05$); Before the intervention, there was no significant difference in the Visual Analogue Scale (VAS) score and cervical spine dysfunction Index (NDI) between the two groups ($P>0.05$). After the intervention, the scores of each group in the observation group were lower ($P<0.05$). Before the intervention, there was no significant difference in the quality of life scores between the two groups ($P>0.05$). After the intervention, the quality of life score of the observation group was higher ($P<0.05$). The comparison of nursing satisfaction between the two groups showed that 97.50% was higher in the observation group ($P<0.05$). **Conclusion** For patients with cervical spondylosis, the implementation of auricular point pressing and related nursing can achieve definite effects. It can also reduce the degree of pain, improve cervical spine function, enhance the quality of life and nursing satisfaction, and is worthy of application.

【Keywords】 Cervical spondylosis; Auricular point pressing; Related care; Quality of life

颈椎病在临床较为常见, 指颈椎结构老化磨损所致的一种疾病, 临床多表现为手臂发麻、颈背僵硬疼痛、头晕等, 可对患者生活、工作造成一定影响^[1]。目前临床对其治疗方案较多, 包括药物镇痛、物理疗法等, 但疗效有限。耳穴贴压为中医特色疗法之一, 通过

对耳朵上相应穴位进行刺激, 可对机体气血进行调节, 从而发挥治疗目的^[2]。对患者行耳穴贴压期间配合相关护理, 既能提高其治疗依从性, 使其积极配合治疗, 还可提高治疗效果, 促进疾病转归。基于此, 本文将耳穴贴压及护理用于本院收治的颈椎病患者中, 报道如下。

*通讯作者: 范青

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024.1~2025.1 本院收治的 80 例颈椎病患者, 随机数字表法分组, 各组 40 例。对照组病例资料: 男女各自 22 例 (55.00%) / 18 例 (45.00%), 年龄区间: 28~67 岁, 平均 (48.19±3.46) 岁, 病程: 3~72 个月, 平均 (31.02±2.17) 个月。观察组病例资料: 男女各自 23 例 (57.50%) / 17 例 (42.50%), 年龄区间: 29~68.5 岁, 平均 (48.36±3.62) 岁, 病程: 4~74 个月, 平均 (31.15±2.43) 个月。两组资料相比, 无显著差异 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组行常规治疗及护理, 牵引: 取坐位, 嘱患者头稍前屈, 倾 10~15°, 以其感觉舒适为度。牵引初始重量 4kg, 之后按 0.5kg 逐步递增, 总重量≤8kg, 1 次/d, 持续干预 10 次。予以布洛芬口服, 0.3g/次, 2 次/d。常规护理: 简单宣教疾病知识, 嘱患者睡觉时调节枕头高度适宜, 不要悬空颈部, 避免长时间低头工作或看手机, 嘱患者保持休息及睡眠, 合理饮食, 适当进行肩颈背部肌肉锻炼, 并做好肩颈保暖工作, 积极预防受凉。

观察组行耳穴贴压及护理, 护士先对患者耳部进行按摩, 之后应用 75% 酒精对耳部皮肤进行消毒, 对耳穴敏感点进行探查, 精准定位贴压部位。选穴: 主穴包括颈、颈椎、皮质下, 配穴: 风寒痹阻证可加肺穴, 肝肾亏虚证可加肾、肝穴位, 气滞血瘀证可加神门穴。对各穴位采用以下手法进行按摩: ①按压法: 护士以拇指对穴位进行按压, 并固定手指不动, 先轻后重的向下压。②点扣法: 护士将中指关节屈曲, 对穴位进行叩打, 注意有节律及弹性。③捏掐法: 护士以食指及拇指对耳穴进行捏掐, 注意力道均匀。④揉搓法: 护士以拇指指腹对穴位进行轻按, 并进行环形平揉。按摩结束后应用王不留行籽进行耳穴贴压, 将其敷于耳穴后进行适当按压, 以患者有酸麻胀痛为宜, 各耳穴每日按压 4 次, 各穴位 30s, 每 3d 更换 1 次敷贴。

相关护理: 耳穴贴压后护士对患者皮肤进行检查, 若出现过敏、溃烂等情况应立即停止, 并对症处理。同时应加强对患者的心理护理, 讲解耳穴贴压的目的、配合要点、注意事项等, 耐心回答患者问题, 及时察觉其

情绪变化, 并对其进行针对性心理疏导, 缓解其负面情绪, 可通过听音乐、阅读、深呼吸训练、冥想等方法指导患者调节自我情绪。讲解成功案例或邀请康复患者现身说法, 发挥榜样及同伴支持作用, 增强患者治疗信心。加强对患者的生活指导, 嘱其多进食高蛋白、富含维生素的食物, 保持饮食清淡、易消化, 禁食辛辣、生冷、油腻等刺激性食物。嘱患者保持充足休息, 减少高枕睡眠, 尽量选择高度及厚度恰当的枕头, 避免长时间低头工作、看手机, 避免颈部长时间保持同一姿势, 指导患者每日进行颈椎操锻炼, 通过播放视频及现场示范教会患者正确锻炼方法, 注意运动幅度不易过大、速度不易过快。

1.3 观察指标

- (1) 于干预结束后对两组疗效评估。
- (2) 于干预前后应用视觉模拟法 (VAS)、颈椎功能障碍指数 (NDI) 对两组评价。
- (3) 于干预前后应用生活质量评价量表 (SF-36) 对两组评价。
- (4) 向两组发放科室自制的满意度调查问卷。

1.4 统计学方法

研究分析软件为 SPSS23.0, 计数和计量资料用 χ^2 和 t 检验, 以 % 和 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 若 ($P<0.05$) 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组疗效比较

两组总有效率比较, 观察组 95.00% 更高 ($P<0.05$), 见表 1。

2.2 两组 VAS 评分、NDI 评分比较

干预前, 两组 VAS、NDI 评分无显著差异 ($P>0.05$), 干预后, 观察组各评分更低 ($P<0.05$), 见表 2。

2.3 两组生活质量评分比较

干预前, 两组 SF-36 评分无显著差异 ($P>0.05$), 干预后, 观察组 SF-36 评分更高 ($P<0.05$), 见表 3。

2.4 两组护理满意度比较

两组护理满意度比较, 观察组 97.50% 更高 ($P<0.05$), 见表 4。

表 1 两组疗效比较[n, (%)]

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
观察组	40	24 (60.00)	14 (35.00)	2 (5.00)	38 (95.00)
对照组	40	15 (37.50)	18 (45.00)	7 (17.50)	33 (82.50)
χ^2	-	-	-	-	7.825
P	-	-	-	-	0.005

表2 两组VAS评分、NDI评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	VAS 评分		NDI 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	40	4.96±0.46	2.01±0.18*	21.14±2.74	8.32±1.24*
对照组	40	4.91±0.42	2.96±0.34*	21.38±2.92	11.15±2.13*
<i>t</i>	-	0.508	15.618	0.379	7.262
<i>P</i>	-	0.613	0.000	0.706	0.000

注: *表示与同组干预前比较, $P < 0.05$ 。

表3 两组生活质量评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	干预前	干预后
观察组	40	65.85±2.18	83.25±5.17*
对照组	40	65.91±2.45	71.48±4.16*
<i>t</i>	-	0.116	11.218
<i>P</i>	-	0.908	0.000

注: *表示与同组干预前比较, $P < 0.05$ 。

表4 两组护理满意度比较[n, (%)]

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
观察组	40	23 (57.50)	16 (40.00)	1 (2.50)	39 (97.50)
对照组	40	15 (37.50)	21 (52.50)	4 (10.00)	36 (90.00)
χ^2	-	-	-	-	4.800
<i>P</i>	-	-	-	-	0.028

3 讨论

颈椎病为临床常见病,随着我国经济不断发展,人们工作及生活节奏加快,伏案工作、低头玩手机等情况增多,使得颈椎病发病率不断提升,且发病逐渐呈年轻化趋势,已引起社会广泛关注。中医认为本病为过度劳累、肝肾亏虚、风寒侵袭造成局部气血运行不畅,从而阻痹经络引发疼痛,治疗原则应以活血化瘀、通络止痛为主^[3]。

中医理论认为,耳为“宗脉所聚”,全身脏器及十二经脉均连于耳,当人体脏腑出现不适后耳上穴位均有对应反应,通过对耳穴进行刺激可有效疏通经络、调节经气,对脏腑气血及阴阳平衡进行调节^[4]。耳穴贴压为中医特色护理技术之一,按照中医经络学说循经取耳部相应穴位,通过贴压对穴位进行刺激,可使途径该穴位的经络气血运行畅通,促进局部循环,达到治疗疾病的目的^[5-6]。选取肝肾耳穴可发挥强筋壮骨、补肝益肾之效,选取颈椎、颈穴位可活血化瘀、疏通经络,选取皮质下可发挥通络镇痛之效,对诸穴进行贴压可发挥

标本兼治之效,较好缓解临床症状,减轻不适,促进尽快康复^[7-8]。

本文结果显示,观察组总有效率、VAS、NDI、生活质量评分及护理满意度均与对照组有显著差异。究其原因为耳穴贴压通过刺激耳穴可发挥疏通经络、化瘀止痛等功效,有助于气血运行,调节机体阴阳平衡及脏腑气血^[9-10]。

综上所述,对颈椎病患者来说,实施耳穴贴压及相关护理可获得确切效果,还能减轻疼痛程度,改善颈椎功能,提高生活质量及护理满意度,值得应用。

参考文献

- [1] 李雪松,张艺. 耳穴贴压联合中药穴位热敷治疗神经根型颈椎病的疗效观察[J]. 中国医院用药评价与分析, 2017, 17(5):609-611.
- [2] 桂茵,石旭颖. 耳穴贴压配合“整颈三步九法”的推拿手法及穴位贴敷治疗颈椎病的临床观察[J]. 贵州医药, 2021, 45(8):1292-1293.

- [3] 梁雪杏,林佳,宁晓军,等. 毫刃针结合耳穴贴压治疗颈型颈椎病临床观察[J]. 实用中医药杂志,2023,39(1):143-144.
- [4] 林秋娥,赖燕清,吴环英. 刮痧联合耳穴贴压治疗神经根型颈椎病 30 例[J]. 蛇志,2021,33(3):319-320,353.
- [5] 相道三. 小针刀联合耳穴贴压治疗神经根型颈椎病的临床疗效观察[J]. 母婴世界,2021,15(13):60-61.
- [6] 张金华,邱怡敏,张浩,等. 针刺配合耳穴贴压治疗神经根型颈椎病疗效观察[J]. 中医临床研究,2021,13(9):95-97.
- [7] 蒋田,熊江艳,杨舒婷. 耳穴贴压治疗颈型颈椎病 24 例护理探讨[J]. 东方药膳,2021,17(10):167-168.
- [8] 吕学红,魏雪红,段梅欣,等. 41 例颈椎病失眠患者应用耳穴贴压联合呼吸补泻法的疗效观察[J]. 宁夏医学杂志,2024,46(9):820-822.
- [9] 文钱,肖尊雄,张霞,等. 基于数据挖掘的耳穴治疗颈椎病的临床取穴规律[J]. 颈腰痛杂志,2023,44(5):736-738.
- [10] 袁冬,孟月婷,李倩,等. 耳部按摩联合耳穴贴压在颈型颈椎病护理中的应用[J]. 中医正骨,2023,35(4):78-80.

版权声明: ©2025 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

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



OPEN ACCESS