TÁC DỤNG GIẢM ĐAU VÀ CẢI THIỆN TẦM VẬN ĐỘNG CỘT SỐNG THẮT LƯNG CỦA PHƯƠNG PHÁP NHĨ CHÂM KẾT HỢP ĐIỆN CHÂM VÀ XOA BÓP BẤM HUYỆT TRÊN BỆNH NHÂN ĐAU THẮT LƯNG CẤP

Lê Thị Hương Giang*

TÓM TẮT

Đau vùng thắt lưng là thuật ngữ để chỉ các triệu chứng đau khu trú tại vùng giữa khoảng xương sườn 12 và nếp lằn liên mông. Đây là một bệnh rất thường gặp, đặc biệt ở độ tuổi lao động, ảnh hưởng đến năng suất lao động. **Mục tiêu:** Đánh giá tác dụng giảm đau và cải thiện tầm vận động cột sống thắt lưng của phương pháp nhĩ châm kết hợp điện châm và xoa bóp bấm huyệt trên bệnh nhân đau thắt lưng cấp. **Phương pháp:** Can thiệp lâm sàng, so sánh trước sau điều trị, có đối chứng. **Kết quả:** Sau điều trị mức độ đau theo thang điểm VAS ở nhóm nghiên cứu giảm từ 6,97±0,71 điểm xuống 2,50±0,77 điểm; nhóm chứng giảm từ 7,03±0,71 điểm xuống 2,93±0,78 điểm ($p<0,05$). Cải thiện tầm vận động cột sống thắt lưng: Tăng độ giãn cột sống thắt lưng, tăng tầm vận động cột sống thắt lưng, nhóm nghiên cứu tốt hơn nhóm chứng với $p<0,05$. **Kết luận:** Phương pháp nhĩ châm kết hợp điện châm và xoa bóp bấm huyệt trên bệnh nhân đau thắt lưng cấp có tác dụng giảm đau và cải thiện tầm vận động cột sống thắt lưng trên bệnh nhân đau thắt lưng cấp.

Từ khóa: Đau thắt lưng, phương pháp nhĩ châm, điện châm, xoa bóp bấm huyệt.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đau thắt lưng (Low back pain - Lombalgie) là thuật ngữ để chỉ các triệu chứng đau khu trú tại vùng giữa khoảng xương sườn 12 và nếp lằn liên mông, một hoặc hai bên. Đây là một bệnh có tỷ lệ mắc cao nhất trong nhóm các bệnh cơ xương khớp. Có rất nhiều nguyên nhân gây đau thắt lưng, trong đó đau thắt lưng do nguyên nhân cơ học chiếm 90 - 95% các trường hợp [1], [2]. Theo Andersson (1997), tỷ lệ đau thắt lưng hằng năm trung bình là 30%. Tại Mỹ, đây là nguyên nhân hàng đầu gây hạn chế vận động của phụ nữ dưới 45 tuổi, là lý do đứng thứ hai khiến bệnh nhân đi khám bệnh, là nguyên nhân nằm viện đứng thứ 5 và đau vùng thắt lưng đứng thứ 3 trong số các bệnh phải phẫu thuật [1], [2]. Đau vùng thắt lưng cấp gây hạn chế vận động và ảnh hưởng sâu sắc đến khả năng lao động, các chức năng sinh hoạt hàng ngày của người bệnh.

* Bệnh viện Châm cứu TW.
Chịu trách nhiệm chính: Lê Thị Hương Giang.
Email:

Ngày nhận bài: 17/10/2022.
Ngày phản biện: 25/10/2022.
Ngày đăng bài:

Điều trị đau thắt lưng cấp theo Y học hiện đại chủ yếu là điều trị nội khoa bằng các thuốc giảm đau, giãn cơ, kết hợp các phương pháp vật lý trị liệu: nhiệt trị liệu, điện trị liệu, xoa bóp trị liệu, kéo nắn trị liệu, vận động trị liệu [2], [3], [4]. Theo Y học cổ truyền, đau thắt lưng được mô tả trong phạm vi chứng "Yêu thống". Tùy theo nguyên nhân gây bệnh mà "Yêu thống" được điều trị bằng các phương pháp khác nhau: Điện châm, thủy châm, xoa bóp bấm huyệt, cấy chỉ, dùng thuốc… [5], [6], [7].

Nhĩ châm là phương pháp điều trị không dùng thuốc bằng cách sử dụng kim để châm hoặc gài lưu kim tại vị trí các vùng huyệt tương ứng với các bộ phận của cơ thể trên loa tai [8]. Nhĩ châm thường được sử dụng trên lâm sàng, các vùng huyệt đại diện cho cơ quan bị bệnh trên lâm sàng có tác dụng điều hòa khí huyết, giải cơ, ôn thông kinh lạc, chỉ thống. Thực tiễn lâm sàng cho thấy: khi cơ thể có bệnh trong đa số trường hợp trên mặt của loa tai, tại những vị trí của loa tai có quan hệ với nơi đang bị bệnh xuất hiện những vùng phản ứng bệnh lý. Điểm hoặc vùng này có thể xuất hiện từ lúc bắt đầu có bệnh đến khi khỏi bệnh. Hai tính chất phổ biến của điểm phản ứng này là ấn đau và điện trở da thấp. Bệnh càng nặng, cảm giác ấn đau của vùng này càng rõ và sự rối loạn về điện trở càng lớn hơn (điện càng thấp). Khi bệnh giảm hoặc khỏi, cảm giác ấn đau ở điểm này cũng giảm và mất đi và khi điện trở da trở lại bình thường. Hiện nay, việc sử dụng liệu pháp nhĩ châm đang được quan tâm nghiên cứu nhằm tìm ra phương pháp mới trong điều trị bệnh. Tuy nhiên các công trình nghiên cứu đánh giá hiệu quả của phương pháp này còn ít, chưa có nghiên cứu nào đánh giá tác dụng của liệu pháp này đối với đau thắt lưng cấp. Để đánh giá hiệu quả của liệu pháp nhĩ châm trong điều trị đau thắt lưng cấp, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài **"Đánh giá tác dụng giảm đau và cải thiện tầm vận động cột sống thắt lưng của phương pháp nhĩ châm kết hợp điện châm và xoa bóp bấm huyệt trên bệnh nhân đau thắt lưng cấp do phong hàn thấp"**.

II. CHẤT LIỆU, ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

1. Chất liệu và phương tiện nghiên cứu

1.1. Chất liệu nghiên cứu:

❖ Công thức huyệt điện châm và xoa bóp bấm huyệt: Thể phong hàn thấp: Thận du, Yêu dương quan, Thứ liêu, Dương lăng tuyền, Côn lôn, Ủy trung, Hoàn khiêu, Giáp tích vùng đau; Thể huyết ứ: A thị huyệt, Trật biên, Hoàn khiêu, Yêu dương quan, Thứ liêu, Ủy trung, Cách du, Dương lăng tuyền, Giáp tích vùng đau [9].

❖ Công thức các vùng huyệt Nhĩ châm trong điều trị đau thắt lưng cấp: Giao cảm, Thận, Thần môn, Lưng dưới.

1.2. Phương tiện nghiên cứu:

- Kim châm cứu làm bằng thép không gỉ, dài 5 - 7 cm, đường kính 0,5 – 1 mm, đầu nhọn của hãng Hải Nam.

- Kim nhĩ hoàn, kim gài loa tai.

- Pince, bông, cồn 70^0, máy điện châm M8 do Bệnh viện châm cứu sản xuất.

- Thước đo điểm đau VAS (Visual analogue scale), thước đo tầm vận động cột sống thắt lưng, thước dây đo độ giãn cột sống thắt lưng.

2. Đối tượng nghiên cứu

60 bệnh nhân chẩn đoán xác định là đau thắt lưng cấp do nguyên nhân cơ học.

❖ Tiêu chuẩn chọn bệnh nhân theo Y học hiện đại:

- Bệnh nhân tuổi từ 18 tuổi trở lên, không phân biệt giới tính, nghề nghiệp.

- Được chẩn đoán đau thắt lưng cấp do nguyên nhân cơ học: Đau cột sống thắt lưng xuất hiện đột ngột, sau nhiễm lạnh hoặc sau một cử động đột ngột; điểm đau VAS ≥ 6 điểm; co cứng cơ cạnh cột sống; Xquang bình thường hoặc có hình ảnh thoái hóa, loãng xương.

- Thời gian diễn biến trong vòng 1 tuần.

- Tình nguyện tham gia nghiên cứu và tuân thủ đúng liệu trình điều trị.

- Không áp dụng phương pháp điều trị nào khác trong quá trình tham gia nghiên cứu.

❖ Tiêu chuẩn chọn bệnh nhân theo Y học cổ truyền: Bệnh nhân chẩn đoán Yêu thống thể phong hàn thấp.

❖ Tiêu chuẩn loại trừ bệnh nhân:

- Đau thắt lưng là triệu chứng của một bệnh toàn thể.

- Đau thắt lưng nặng kèm theo hội chứng đuôi ngựa, đau thần kinh hông to có liệt, đau thần kinh hông to thể đau tăng.

- Đau thắt lưng có kèm theo bệnh toàn thân: Tim mạch, đái tháo đường, nhiễm trùng, nhiễm độc, HIV/AIDS; người già (trên 80 tuổi), phụ nữ mang thai.

- Bệnh nhân không tuân thủ điều trị.

3. Phương pháp nghiên cứu

❖ Thiết kế nghiên cứu: Phương pháp can thiệp lâm sàng, so sánh trước - sau điều trị và so sánh với nhóm chứng.

❖ Cỡ mẫu nghiên cứu: 60 bệnh nhân, chia làm 2 nhóm.

❖ Tiến hành nghiên cứu:

- Bệnh nhân được chẩn đoán xác định đau thắt lưng cấp do nguyên nhân cơ học, đáp ứng tiêu chuẩn nghiên cứu, được khám lâm sàng một cách toàn diện.

Chia bệnh nhân thành hai nhóm (nhóm nghiên cứu và nhóm chứng) theo phương pháp ghép cặp, đảm bảo sự tương đồng về tuổi, giới, thời gian mắc bệnh và mức độ bệnh.

Áp dụng phương pháp điều trị với từng nhóm:

❖ Nhóm nghiên cứu: 30 bệnh nhân điều trị bằng điện châm và xoa bóp bấm huyệt (ngày 1 lần, mỗi lần 30 phút) và liệu pháp nhĩ châm. Thứ tự như trên: sau khi châm cứu và xoa bóp bấm huyệt bệnh nhân được gài nhĩ hoàn vào vùng Giao cảm, Thận, Thần môn, Lưng dưới. Cài kim nhĩ hoàn ngày/ một lần, lưu kim 24 giờ.

❖ Nhóm chứng: 30 bệnh nhân điều trị bằng điện châm và xoa bóp theo công thức huyệt của Bộ Y tế (ngày 1 lần, mỗi lần 30 phút).

- Liệu trình điều trị cho cả hai nhóm là 07 ngày.

- Theo dõi các triệu chứng lâm sàng trước và sau điều trị.
- Đánh giá kết quả điều trị và so sánh giữa hai nhóm.

- Chỉ tiêu nghiên cứu:

Hiệu quả giảm đau theo thang điểm VAS.

Bảng 1. Thang điểm VAS

Điểm VAS Mức độ

VAS = 0 điểm	Không đau
1 ≤ VAS ≤ 4 điểm	Đau nhẹ
5 ≤ VAS ≤ 6 điểm	Đau vừa
7 ≤ VAS ≤ 10 điểm	Đau nặng

- Độ giãn cột sống thắt lưng (cm).
- Tầm vận động cột sống thắt lưng.

Bảng 2. Tầm vận động cột sống thắt lưng

Gấp	Duỗi	Nghiêng	Xoay	Điểm
≥ 70^0	≥ 30^0	≥ 30^0	≥ 30^0	4
60^0 – 69^0	25^0 – 29^0	25^0 – 29^0	25^0 – 29^0	3
40^0 – 59^0	15^0 – 24^0	15^0 – 24^0	15^0 – 24^0	2
< 40^0	< 15^0	< 15^0	< 15^0	1

Bảng 3. Mức độ hạn chế tầm vận động cột sống thắt lưng

Điểm tầm vận động chung	**Mức độ**
13 - 16 điểm	Không hạn chế
9 - 12 điểm	Hạn chế ít
5 - 8 điểm	Hạn chế vừa
< 4 điểm	Hạn chế nhiều

4. Địa điểm và thời gian nghiên cứu

Thời gian nghiên cứu được thực hiện từ tháng 4 năm 2020 đến tháng 12 năm 2020.

Địa điểm nghiên cứu: Bệnh viện Châm cứu trung ương.

5. Phương pháp xử lý số liệu

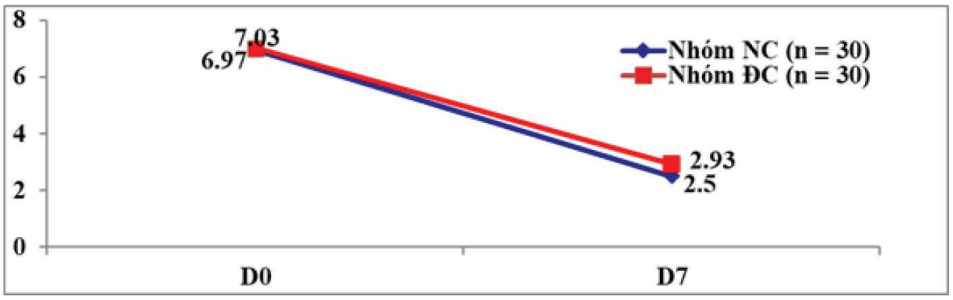
Các số liệu thu thập được xử lý theo thuật toán thống kê Y sinh học, sử dụng phần mềm SPSS 20.0. Sự khác biệt là có ý nghĩa thống kê với p < 0,05.

6. Đạo đức nghiên cứu

Các bệnh nhân đều tự nguyện tham gia trong nghiên cứu sau khi được giải thích rõ phác đồ điều trị và mục đích của nghiên cứu. Nghiên cứu chỉ nhằm bảo vệ và nâng cao sức khỏe cho bệnh nhân, không nhằm mục đích nào khác. Các thông tin của bệnh nhân đều được bảo mật và chỉ phục vụ cho mục tiêu nghiên cứu.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Hiệu quả giảm đau theo thang điểm VAS



Biểu đồ 1. Điểm VAS trung bình ở các thời điểm D0, D7.

Nhận xét: Mức độ đau theo thang điểm VAS của hai nhóm sau điều trị đều giảm. Nhóm nghiên cứu giảm từ 6,97±0,71 điểm xuống 2,50±0,77 điểm; nhóm chứng giảm từ 7,03±0,71 điểm xuống 2,93±0,78 điểm. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với p<0,05. Điểm VAS của nhóm nghiên cứu sau điều trị thấp hơn nhóm chứng với p<0,05.

2. Hiệu quả cải thiện tầm vận động cột sống thắt lưng

2.1. Sự cải thiện độ giãn cột sống thắt lưng sau điều trị

Bảng 1. Sự cải thiện độ giãn cột sống thắt lưng sau điều trị

Nhóm / Độ giãn CSTL	Nhóm NC (n =30)				Nhóm ĐC (n = 30)				$p_{NC-ĐC}$
	D0		D7		D0		D7		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
≥ 4 cm	0	0	14	46,7	0	0	6	20	< 0,05
3 – 3,9 cm	0	0	16	53,3	0	0	24	80	
2 – 2,9 cm	22	73,3	0	0	20	66,7	0	0	
< 2 cm	8	26,7	0	0	10	33,3	0	0	
Tổng	30	100	30	100	30	100	30	100	

Nhận xét: Sau điều trị độ giãn cột sống thắt lưng của hai nhóm đều tăng so với trước điều trị (p < 0,05). Độ giãn cột sống thắt lưng của nhóm nghiên cứu tăng cao hơn nhóm chứng. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với p < 0,05.

2.2. Sự cải thiện tầm vận động cột sống sau điều trị.

Nhóm / Mức độ	Nhóm NC (n =30)				Nhóm ĐC (n = 30)				$p_{NC-ĐC}$
	D0		D7		D0		D7		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Bình thường	0	0	4	13,3	0	0	0	0	
Hạn chế nhẹ	0	0	25	83,3	0	0	26	86,7	
Hạn chế vừa	20	66,7	1	3,3	19	63,3	4	13,3	
Hạn chế nặng	10	33,3	0	0	11	36,7	0	0	
$\overline{X}$± SD	5,46 ± 1,27		10,96 ± 1,29		5,56 ± 1,43		9,83 ± 1,26		< 0,05
p_{D7-D0}	< 0,05				< 0,05				

Bảng 2. Sự cải thiện tầm vận động cột sống thắt lưng sau điều trị

Nhận xét: Sau điều trị nhóm nghiên cứu có 13,3% bệnh nhân có tầm vận động cột sống thắt lưng trở về bình thường, nhóm chứng không có bệnh nhân nào. Điểm hạn chế vận động cột sống thắt lưng của hai nhóm đều tăng có ý nghĩa thống kê so với trước điều trị ($p<0,05$), nhóm nghiên cứu tăng nhiều hơn nhóm chứng với $p<0,05$.

IV. BÀN LUẬN

1. Hiệu quả giảm đau theo thang điểm VAS

Mức độ đau theo thang điểm VAS của cả hai nhóm sau điều trị đều giảm, nhóm nghiên cứu giảm từ 6,97±0,71 điểm xuống 2,50±0,77 điểm; nhóm chứng giảm từ 7,03±0,71 điểm xuống 2,93±0,78 điểm ($p<0,05$). Nhóm nghiên cứu giảm đau nhiều hơn nhóm chứng với $p<0,05$. Như vậy cả điện châm, xoa bóp bấm huyệt và liệu pháp nhĩ châm và điện châm, xoa bóp bấp huyệt theo phác đồ của Bộ Y tế đều có tác dụng giảm đau trong điều trị đau thắt lưng cấp. Tuy nhiên, tác dụng giảm đau của nhóm sử dụng điện châm xoa bóp bấm huyệt kết hợp liệu pháp nhĩ châm tốt hơn.

Tác dụng giảm đau của điện châm và xoa bóp bấm huyệt trong điều trị đau thắt lưng đã được chứng minh trong nhiều nghiên cứu, được Bộ Y tế ban hành quy trình thực hiện trong chuyên ngành Y học cổ truyền [10].

Kết quả giảm đau đối với nhóm sử dụng điện châm, xoa bóp bấm huyệt theo đường kinh trong nghiên cứu của chúng tôi tương đồng với kết quả nghiên cứu của Nguyễn Thu Hương, cụ thể sau điều trị 7 ngày điểm VAS trung bình giảm từ 6,87±1,46 điểm xuống 4,13±1,57 điểm [11].

Mục đích điều trị của liệu pháp nhĩ châm là thư cân, điều hòa khí huyết tại ngay tạng phủ và vùng bị nhiễm phong hàn thấp. Nhĩ châm tác dụng lên vùng có gân cơ co cứng, có tác dụng thư cân tiêu táo giải kết làm cho kinh mạch thông lợi giúp bệnh nhân giảm đau. Xoa bóp theo kinh lạc sử dụng các động tác tác động trực tiếp lên hệ thống cân cơ làm cho cân cơ từ trạng thái bệnh lý khí huyết trì trệ chuyển sang trạng thái sinh lý khí huyết

lưu hành thông suốt mà giảm đau. Đau thắt lưng cấp thể phong hàn thấp, là bệnh thuộc biểu, bệnh mới mắc, triệu chứng co cơ rõ, vì vậy liệu pháp nhĩ châm có tác dụng thư cân giúp bệnh nhân giảm đau tốt hơn [8].

2. Hiệu quả cải thiện tầm vận động cột sống thắt lưng

Sau điều trị độ giãn cột sống thắt lưng của hai nhóm đều tăng so với trước điều trị, nhóm nghiên cứu tăng cao hơn nhóm chứng với p<0,05. Như vậy, cả hai phương pháp đều có tác dụng làm tăng độ giãn cột sống thắt lưng sau điều trị nhưng nhóm sử dụng liệu pháp nhĩ châm kết hợp có tác dụng tốt hơn nhóm điện châm và xoa bóp bấm huyệt theo đường kinh.

Kết quả này phù hợp với kết quả giảm đau theo thang điểm VAS bởi vì khi người bệnh đỡ đau tốt hơn thì độ giãn cột sống thắt lưng cũng được cải thiện tốt hơn.

Tầm vận động cột sống thắt lưng của hai nhóm cũng cải thiện sau điều trị. Trước điều trị, tầm vận động của bệnh nhân hai nhóm đều ở mức hạn chế vừa và nặng. Sau điều trị tầm vận động cột sống của bệnh nhân được cải thiện: ở nhóm nghiên cứu có 13,3% bệnh nhân có tầm vận động cột sống trở về bình thường; 83,3% bệnh nhân tầm vận động cột sống còn hạn chế nhẹ; ở nhóm chứng có 86,7% bệnh nhân có tầm vận động cột sống hạn chế mức độ nhẹ; 13,3% bệnh nhân tầm vận động cột sống còn hạn chế vừa. Cả hai nhóm đều không còn bệnh nhân nào tầm vận động cột sống hạn chế mức độ nặng. Điểm hạn chế vận động cột sống thắt lưng của hai nhóm đều tăng so với trước điều trị, nhóm nghiên cứu tăng nhiều hơn nhóm chứng với p<0,05. Như vậy, điện châm và nhĩ châm có tác dụng cải thiện tầm vận động cột sống thắt lưng sau 07 ngày điều trị, tốt hơn điện châm và xoa bóp theo đường kinh. Điều này hoàn toàn phù hợp với sự cải thiện mức độ đau và độ giãn cột sống thắt lưng.

V. KẾT LUẬN

Liệu pháp nhĩ châm kết hợp điện châm và xoa bóp bấm huyệt có tác dụng giảm đau và cải thiện tầm vận động cột sống thắt lưng trên bệnh nhân đau thắt lưng cấp.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. **Trần Ngọc Ân** (2017). *"Bệnh học nội khoa"*. Nhà xuất bản Y học, tr 494 - 505.

2. **Nguyễn Thị Ngọc Lan** (2016). *"Bệnh học cơ xương khớp nội khoa"*. Nhà xuất bản giáo dục Việt Nam, tr 152- 164.

3. **Cao Minh Châu** (2009). *"Phục hồi chức năng"*. Nhà xuất bản Y học, tr 44 - 122, 235.

4. **Trần Ngọc Ân, Nguyễn Thị Ngọc Lan** (2013). *"Phác đồ chẩn đoán và điều trị các bệnh cơ xương khớp thường gặp"*. Nhà xuất bản giáo dục Việt Nam, tr 198 - 203.

5. **Khoa Y học cổ truyền, Trường Đại học Y Hà Nội** (2006). *"Chuyên đề nội khoa y học cổ truyền"*, Nhà xuất bản Y học, tr 475 - 485.

6. **Khoa Y học cổ truyền, Trường Đại học Y Hà Nội** (2012). *"Bệnh học nội khoa y học cổ truyền"*. Nhà xuất bản Y học, tr 145 - 148.

7. **Dương Trọng Nghĩa, Nguyễn Thị Thu Hà** (2017). *"Điều trị bệnh lý cột sống bằng y học cổ truyền kết hợp y học hiện đại'*. Nhà xuất bản Y học, tr 24 - 32.

8. **Nguyễn Bá Quang** (2018). *"Nhĩ châm chữa bệnh"*. Nhà xuất bản Y học, tr 38–78.

9. **Bộ Y tế** (2013). *"Quy trình kỹ thuật khám bệnh, chữa bệnh chuyên ngành Châm cứu kèm theo quyết định số 729/QĐ - BYT"*.

10. **Nguyễn Nhược Kim, Hoàng Minh Chung** (2009). *"Dược học cổ truyền"*. Nhà xuất bản Y học, tr 30, 44, 50 -55.

11. **Nguyễn Thu Hương** (2016). *"Đánh giá tác dụng của điện châm kết hợp 'Cắt căn thang' trên bệnh nhân đau thắt lưng cấp"*. Luận văn thạc sĩ y học, Trường Đại học Y Hà Nội.