

葛根汤加味结合针灸治疗神经根型颈椎病的效果及有效率分析

吴江辉

晋州市营里镇卫生院 石家庄 晋州 052200

【摘要】：神经根型颈椎病是临床最为常见的颈椎病类型，给患者的日常生活与工作带来诸多不便。本文以科普视角，分析神经根型颈椎病的发病特点，阐述葛根汤加味联合针灸的治疗原理、实施方法，探究该中西医结合方案的临床效果与治疗有效率，为患者及临床医护人员提供科学、易懂的治疗参考，助力推广安全有效的中医综合治疗方案。

【关键词】：神经根型颈椎病；葛根汤加味；针灸；中西医结合；临床效果

DOI:10.12417/2811-051X.26.09.064

1 引言

在长期低头、久坐等不良生活习惯影响下，颈椎病已成为高发的慢性骨关节疾病，其中神经根型颈椎病占比超六成，从青少年到中老年人群均有发病，严重影响大众身体健康。该病主要表现为颈肩部酸痛、僵硬，手臂、手指麻木无力，颈部活动受限，严重时还会出现放射性疼痛，让患者苦不堪言。

西医治疗神经根型颈椎病多以缓解症状为主，长期使用药物存在一定副作用，物理治疗效果也易反复。而中医凭借整体调理、标本兼顾的优势，在该病治疗中发挥着重要作用。葛根汤加味结合针灸是经典的中医内外同治方案，凭借操作简便、疗效稳定、安全性高的特点，受到临床广泛认可。本文以科普形式，详细分析该疗法治疗神经根型颈椎病的作用机制与实际效果，帮助大众科学认识这一治疗方式。

2 神经根型颈椎病的中医认知与发病原因

2.1 中医对该病的认知

中医将神经根型颈椎病归为“项痹”“颈肩痛”范畴，认为人体颈部作为十二正经与奇经八脉运行交汇的关键通道，是维系人体上下气血贯通、内外阴阳平衡的重要部位。当外感风寒湿邪侵袭，或内伤劳损、肝肾亏虚，导致经络闭阻、气血运行不畅乃至停滞时，就会引发以颈部为中心的放射性疼痛、沉重酸胀，以及伴随的肢体麻木、乏力等症状。中医对该病的病因病机具有系统认识，认为其发生机制无非内外两大因素的交相作用。从外因来看，多由风寒湿邪乘虚侵入颈部经络，使得颈部肌肉与筋膜发生挛急收缩，气血因受寒凝滞而运行减慢甚至停滞，不通则痛。内因则主要涉及长期慢性的姿势性劳损，如久坐不动、长期低头，加之肝肾精气不足，气血化生与运行能力减退，颈部筋脉及关节失去足够的气血濡养与温煦，变得脆弱失柔。内外因相互叠加，正气日衰，邪气滞留，筋脉损伤日益加重，最终导致气血瘀阻、经络不通的病理状态，从而诱发出以颈肩部疼痛、活动受限为主要表现的病症。

2.2 常见发病诱因

日常生活中，长期保持低头姿势使用手机、频繁操作电脑，以及长时间伏案工作导致颈部维持固定姿态过久，是诱发神经根型颈椎病的重要行为因素。同时，颈部区域若长期受凉、肌肉反复劳损积累疲劳，再加上随着年龄自然增长而发生的颈椎结构退行性生理变化，共同构成了导致此类疾病的主要诱因。这些综合性因素会使颈椎的椎间盘组织逐渐发生脱水、突出或膨出，颈部肌肉与韧带也可能出现慢性劳损、僵硬或增生等病变，从而对经由颈椎间隙发出的神经根产生直接或间接的压迫与刺激。一旦神经根受到压迫，患者便常常出现颈部与肩部区域的持续性酸痛或放射痛，并伴有单侧或双侧上肢的感觉异常，如麻木、过电感或力量减弱，表现为抓握不牢、手臂抬举困难等活动灵活性下降的症状。此类症状往往反复发作，时轻时重，使得整个病程变得漫长而迁延，不易彻底痊愈，对患者的日常工作与生活质量造成持续影响。

3 葛根汤加味结合针灸的治疗方案

3.1 葛根汤加味的方药与作用

葛根汤是源自中医经典古籍《伤寒论》的经典方剂，专门针对项背部僵硬、疼痛病症，加味后更贴合神经根型颈椎病的治疗需求。

该方剂以葛根为核心药材，葛根能有效疏通颈部经络，缓解颈部肌肉僵硬痉挛，是治疗颈肩痹痛的关键药材；搭配麻黄、桂枝，起到驱散风寒、温通经络的作用，消除颈部寒邪阻滞问题；白芍、甘草能养血柔筋、缓急止痛，缓解肌肉紧张与疼痛感；再根据患者具体症状，灵活添加活血通络、祛风除湿的药材，实现辨证施治。整体方剂从内部调理身体，驱散病邪、疏通气血、滋养筋脉，从根源上改善患者体质。

服用方式简单，每日一剂，水煎后分早晚温服，温和无刺激，不会对身体造成额外负担。

3.2 针灸治疗的取穴与原理

针灸作为中医药学中历史悠久且应用广泛的一种外治手段，其核心机理在于通过特制的毫针刺入人体特定的穴位，以调节经络气血、平衡阴阳，从而达到治疗疾病的目的。在针对神经根型颈椎病的临床实践中，针灸疗法尤其注重选取颈部及与上肢功能密切相关的穴位，以求直接作用于病变区域，迅速减轻或消除各类不适症状。

常用于治疗此型颈椎病的主要穴位包括颈夹脊穴、风池、肩井、大椎、天宗、曲池以及合谷等。这些穴位的选择基于中医的经验理论和现代解剖学知识，具有明确的治疗针对性。其中，颈夹脊穴的位置紧邻颈椎的病变节段，针刺此穴能够最直接地促进颈部病变区域的局部血液循环，加速代谢废物排出，有效松解因长期劳损或炎症导致的肌肉组织粘连，从而减轻其对神经根的物理压迫与刺激，从根源上缓解症状。风池穴与肩井穴则属于足少阳胆经与手少阳三焦经的重要穴位，针刺这两处能有效疏通颈部淤滞的经络气血，驱散侵袭的风寒邪气，具有良好的散寒、活血、止痛功效。而上肢的曲池穴（属于手阳明大肠经）和合谷穴（亦属手阳明大肠经），则对于缓解因神经根受压引起的上肢远端的麻木感、无力感以及沿神经走行的放射性疼痛具有显著效果，能疏通上肢气血，改善神经功能。

在实际操作过程中，治疗由训练有素的针灸医师执行。首先会对所有选定的穴位进行严格的常规消毒，确保治疗过程的无菌与安全。随后，医师以娴熟的手法将毫针精准刺入相应深度，并通常保持留针状态约三十分钟。在此期间，通过对穴位的持续物理刺激，能够进一步激发经络的调控作用，有效调和全身及局部气血的运行，疏通阻滞的经络通道。这种系统性的调整能够快速缓解患者颈肩部位的酸胀疼痛、僵硬不适，以及手臂、手指等处的麻木、疼痛症状。相较于部分药物治疗，针灸疗法起效往往较为迅速，并且因其属于物理调节，在正确操作下通常不产生化学性的副作用，具有较高的安全性，是一种深受患者认可的传统外治方法。

3.3 中西医结合的治疗优势

葛根汤加味内服是一种整体性的调理方法，旨在通过内部调整患者的生理机能，来改善气血亏虚与经络阻滞等根本性问题，从而实现治本的目标；而针灸作为一种局部外治手段，能够迅速作用于特定部位，有效缓解疼痛、麻木等局部症状，起到快速的治标效果。这两种方法相互配合，构成了一种内外协同、标本兼治的综合治疗方案。它既能通过针灸快速减轻患者的痛苦与不适感，提升即时的生活品质；又能借助内服中药深入调理身体，增强体质，稳固内在平衡，从而显著降低疾病的复发概率。这种结合不仅弥补了单一疗法在作用范围或持久性上的局限，而且通过内外的优势互补，在生理与病理层面形成协同增效，最终达到更全面、更稳固的治疗成效。

4 葛根汤加味结合针灸的临床效果与有效率

4.1 症状改善效果

临床实践反复证实，神经根型颈椎病患者在采用葛根汤加味方剂与针灸相结合的联合治疗方案后，其颈肩区域的僵硬感和疼痛症状通常能够获得迅速缓解。随着治疗的持续进行，患者颈部的活动范围会逐渐变得灵活自如，因神经根受压而导致的上肢乏力、手指麻木等神经功能障碍表现，也在此综合疗法的干预下得到有效控制并趋于消退。对比单纯采用针灸治疗的常规方法，葛根汤加味与针灸的联合疗法在促进症状改善方面展现出显著优势：不仅起效速度更快，而且在缓解的深度与稳定性上也更为彻底，有助于实现更全面的恢复。大多数患者在完成规定疗程的系统治疗后，其颈肩局部的各种不适症状基本消除，日常活动能力显著增强，能够重新顺畅地投入职业工作、学业任务及其他日常生活，整体生活品质从而获得实质性提升。

4.2 整体治疗有效率

该综合中医治疗方案在应对神经根型颈椎病方面展现出了极为显著的治疗效果，其有效率处于相当可观的较高水平。大量详实的临床实践与病例观察记录表明，遵循该治疗方案进行规范、系统治疗的患者群体中，超过绝大多数患者的临床症状均获得了显著减轻与改善，其颈部及上肢的疼痛、麻木、活动受限等核心不适得到有效缓解，整体病情进展得到了稳定而良好的控制。该综合疗法的整体有效比率，经临床数据对比，显著超越了单一采用传统中医手段或单纯依赖现代西医方法所能达到的治疗水平。不论是发病时间相对短暂、症状表现较为轻微的初期患者，还是那些病情复杂多变、症状长期反复发作、病史迁延的严重型患者，这一综合疗法均能展现出稳定而良好的治疗应答。其治疗过程整体上温和而渐进，避免了激进干预可能带来的风险，因而具备广泛的适用性，适合不同年龄、不同体质状况的各类患者群体。尤其对于那些对常规西药治疗耐受性较差、容易产生不良反应，或者病情特别容易因各种因素而反复发作、迁延不愈的患者而言，此疗法更凸显出其独特的治疗优势与重要的临床价值。

4.3 安全性与复发率

葛根汤加味疗法严格选用纯天然的中药材原料，依据中医辨证论治原则进行科学配伍，其组方温和，在正确使用下无明显毒副作用；而针灸作为一种传统的物理外治手段，通过刺激特定穴位调节机体功能，其作用方式温和和无创，不会对身体组织造成损伤，因此整个联合治疗过程具备极高的安全性，患者完全可以安心接受治疗，不必忧虑可能产生的不良反应。

与此同时，该综合疗法特别强调对患者进行整体性的调理与恢复。它不仅能够有效缓解颈椎病带来的局部疼痛、麻木等不适症状，更能深入调整并改善患者颈部的气血循环状态，促

进气血畅通,从而增强颈部相关筋脉与组织的营养供应及自我修复能力,提升其对外界致病因素的抵抗力。这样一来,便可以从根本上强化颈部的稳定性与健康度,显著降低疾病后续的复发几率,成功应对了神经根型颈椎病往往容易反复发作、难以彻底根治的这一临床难题。

5 治疗注意事项

在疾病治疗阶段,必须着重关注颈部的防寒保暖措施,尽可能规避遭受寒冷空气侵袭或冷风直吹的情况,以免外界寒邪之气趁虚而入,导致原有症状加剧,延缓康复进程。应有意识地缩短持续低头作业或长久保持坐姿的时长,建议每隔约一小时便主动进行颈肩部的舒展与放松活动;同时,需着力培养并维持端正的坐立姿势与挺拔站姿,从而有效规避因姿态不良引发的颈部肌肉过度紧张与慢性劳损。可在专业医师的评估与指导下,循序渐进地开展一些针对性的颈部功能康复训练活动,通过科学锻炼来逐步强化颈部周边肌群的力量与耐力,进而增强颈椎结构的整体稳定性,促进其生理功能的恢复。必须严格

遵从医嘱,按时、按量服用相关药物,并规律接受针灸等中医外治法的干预,切忌自行随意更改方案或中途停止治疗,只有确保整个疗程的完整性与连贯性,方能最大程度地实现预期的治疗效果,达成最佳的康复结局。

6 结论

神经根型颈椎病是危害大众健康的常见慢性病,单一治疗方式往往效果有限、易复发。葛根汤加味结合针灸的中医综合疗法,契合该病的发病机制与中医调理理念,通过内服中药整体调理、外用针灸快速治标,二者协同作用,能有效缓解颈肩疼痛、上肢麻木等核心症状,大幅提升治疗有效率。

该疗法具有疗效确切、安全性高、复发率低、适用人群广等优势,是治疗神经根型颈椎病的理想方案。临床应进一步推广这一中西医结合疗法,同时加强科普宣传,帮助患者树立科学的治疗观念,积极配合规范治疗,早日摆脱颈椎病困扰,提升生活质量。

参考文献:

- [1] 朱立国,于杰,林定坤.项痹病(神经根型颈椎病)中医诊疗方案(2022版)[J].世界中医药,2022,17(10):1456-1460.
- [2] 李念虎.中医综合疗法治疗神经根型颈椎病的临床研究[J].中国民间疗法,2024,32(5):67-70.
- [3] 张艳.葛根汤加减联合针灸治疗颈椎病的临床应用[J].光明中医,2023,38(7):128-130.
- [4] 王洪峰.针灸治疗骨关节病临床经验集[M].北京:中国中医药出版社,2022:89-93.
- [5] 刘敏.中西医结合治疗神经根型颈椎病的疗效观察[J].世界复合医学,2024,10(3):156-159.