

TÁC DỤNG CỦA XÔNG THUỐC KẾT HỢP ĐIỆN CHÂM VÀ XOA BÓP BẮM HUYỆT TRÊN BỆNH NHÂN ĐAU THẮT LƯNG

Nguyễn Thị Thu Hà✉, Nguyễn Kim Ngọc

Trường Đại học Y Hà Nội

Đau thắt lưng là một bệnh lý thường gặp và ngày càng gia tăng. Nghiên cứu được tiến hành nhằm đánh giá tác dụng giảm đau và cải thiện chức năng vận động cột sống thắt lưng của xông thuốc cổ truyền kết hợp điện châm và xoa bóp bấm huyệt trên bệnh nhân đau thắt lưng do thoái hóa cột sống. Phương pháp nghiên cứu can thiệp lâm sàng, so sánh trước - sau điều trị, có đối chứng trên 100 bệnh nhân đau thắt lưng do thoái hóa cột sống, điều trị tại Bệnh viện Hữu nghị Lạc Việt từ 08/2020 đến 08/2021. Kết quả cho thấy sau điều trị mức độ đau của nhóm nghiên cứu giảm từ $6,71 \pm 1,32$ xuống $2,14 \pm 0,99$ điểm, nhiều hơn nhóm chứng với $p < 0,05$. Tăng độ giãn cột sống thắt lưng, tăng tầm vận động cột sống thắt lưng, nhóm nghiên cứu tốt hơn nhóm chứng với $p < 0,05$. Như vậy xông thuốc cổ truyền kết hợp điện châm và xoa bóp bấm huyệt có tác dụng giảm đau và cải thiện chức năng vận động cột sống thắt lưng trên bệnh nhân đau thắt lưng do thoái hóa cột sống.

Từ khóa: Xông thuốc, điện châm, xoa bóp bấm huyệt, đau thắt lưng.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đau thắt lưng là hội chứng đau khu trú tại vùng giữa khoảng xương sườn 12 và nếp lằn liên mông, một hoặc hai bên.^{1,2} 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 thoái hóa cột sống là nguyên nhân hay gặp nhất và ngày càng gia tăng.³ Trong một nghiên cứu có hệ thống về tỷ lệ đau thắt lưng trên toàn thế giới, tỷ lệ hiện mắc trung bình là $23,2 \pm 2,9\%$, tỷ lệ mắc bệnh suốt đời là 39%, trong đó có 61% bệnh nhân đau vùng thắt lưng mạn tính bị tái phát liên tục.⁴ Tại Việt Nam, theo thống kê của Trần Ngọc Ân và cộng sự, đau thắt lưng do thoái hóa cột sống chiếm tỷ lệ 41,4% trong nhóm bệnh thần kinh cột sống và là một trong 15 bệnh cơ xương khớp hay gặp nhất.⁵

Có nhiều phương pháp điều trị đau thắt lưng do thoái hóa cột sống bằng y học hiện đại như dùng thuốc giảm đau, chống viêm, giãn cơ, vật lý trị liệu... Các phương pháp này có hiệu quả điều trị nhanh nhưng khi dùng kéo dài làm tăng nguy cơ xuất hiện các tác dụng phụ trên đường tiêu hóa và tim mạch. Bởi vậy, điều trị kết hợp hoặc chuyên sâu bằng y học cổ truyền đang được khuyến nghị để nâng cao hiệu quả điều trị và giảm tác dụng không mong muốn.

Theo Y học cổ truyền, đau thắt lưng do thoái hóa cột sống thuộc phạm vi chứng tý với bệnh danh "Yêu thống", nguyên nhân do can thận hư kết hợp với phong hàn thấp. Y học cổ truyền có nhiều phương pháp điều trị hiệu quả như điện châm, xoa bóp bấm huyệt, giác hơi, dùng thuốc...^{6,7} Xông hơi trị liệu là phương pháp dùng hơi nước nóng tác động lên bề mặt cơ. Cơ chế tác dụng của xông hơi trị liệu là gây phản ứng được gọi là cơn sốt nhân tạo. Sốt kích thích hệ thống miễn dịch trong cơ thể, làm tăng tốc các quá trình hóa học, tăng tuần hoàn máu, giảm đau, bài tiết độc tố ra khỏi cơ thể.^{8,9}

Tác giả liên hệ: Nguyễn Thị Thu Hà

Trường Đại học Y Hà Nội

Email: hachi005@gmail.com

Ngày nhận: 18/07/2022

Ngày được chấp nhận: 26/08/2022

Phương pháp xông thuốc cổ truyền đã được áp dụng để điều trị các bệnh lý cơ xương khớp mang lại hiệu quả cao. Tuy nhiên, chưa có công trình nào đánh giá tác dụng phối hợp của điện châm và xoa bóp bấm huyệt kết hợp xông thuốc trên bệnh nhân đau thắt lưng do thoái hoá cột sống. Chính vì vậy chúng tôi tiến hành đề tài này với hai mục tiêu:

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP

1. Đối tượng

Bao gồm 100 bệnh nhân được chẩn đoán xác định đau thắt lưng do thoái hoá cột sống, điều trị tại khoa Nội tổng hợp - Đông Y - PHCN, Bệnh viện Hữu Nghị Lạc Việt từ 08/2020 tới 08/2021.

Tiêu chuẩn chọn bệnh nhân

- Bệnh nhân từ 30 tuổi trở lên.
- Được chẩn đoán xác định đau thắt lưng do thoái hoá cột sống (lâm sàng có hội chứng CSTL, cận lâm sàng có hình ảnh thoái hóa CSTL trên Xquang).
- Tự nguyện tham gia nghiên cứu.
- Không áp dụng phương pháp điều trị nào khác trong quá trình nghiên cứu.

Tiêu chuẩn loại trừ bệnh nhân

- Đau thắt lưng là triệu chứng của một bệnh toàn thân: viêm cột sống, lao cột sống, ung thư, chấn thương cột sống...
- Có các bệnh cấp tính hoặc mạn tính như nhiễm trùng nhiễm độc toàn thân, suy tim, cơn đau thắt ngực, bệnh lý tâm thần, suy gan, suy thận...

Chất liệu nghiên cứu

Dịch xông thuốc cổ truyền: Thành phần: Hồng hoa 4g, Ngũ gia bì 6g, Huyết giác 8g, Phòng phong 8g, Xuyên khung 8g, Uy linh tiên 4g, Ngưu tất 8g, Kê huyết đằng 8g, Tục đoạn 6g, Đương quy 6g. Các vị thuốc đạt tiêu chuẩn Dược điển Việt Nam V, được bảo chế

1. Đánh giá tác dụng giảm đau của xông thuốc cổ truyền kết hợp điện châm và xoa bóp bấm huyệt trên bệnh nhân đau thắt lưng do thoái hóa cột sống.

2. Đánh giá tác dụng cải thiện chức năng vận động cột sống thắt lưng của xông thuốc cổ truyền kết hợp điện châm và xoa bóp bấm huyệt trên bệnh nhân đau thắt lưng do thoái hóa cột sống.

theo phương pháp Y học cổ truyền. Sắc chiết các vị thuốc bằng máy sắc thuốc và đóng túi tự động, túi thuốc lỏng 200ml cho vào máy xông thuốc.

Công thức huyệt điều trị: Châm tả các huyệt A thị, Đại trường du, Giáp tích, Trật biên, Thứ liêu, Hoàn khiêu, Ủy trung, Dương lăng tuyền. Nếu có huyết ứ châm thêm Huyết hải, Cách du. Châm bổ các huyệt Thận du, Tam âm giao (Theo công thức huyệt điện châm điều trị đau thắt lưng do thoái hóa khớp của Bộ Y tế ban hành 2015).¹

Phương tiện nghiên cứu

Kim châm cứu Đông á, máy điện châm, máy xông hơi màn hình cảm ứng Fumigation treatment machine do Trung Quốc sản xuất, Pince vô khuẩn, bông, cồn 70⁰, thước đo độ giãn cột sống thắt lưng, thước đo độ đau VAS, thước đo tầm vận động CSTL.

2. Phương pháp

Thiết kế nghiên cứu

Phương pháp can thiệp lâm sàng, so sánh trước - sau điều trị, có đối chứng.

Thời gian và địa điểm nghiên cứu

Nghiên cứu được tiến hành tại khoa Nội tổng hợp – Đông Y – PHCN, Bệnh viện Hữu Nghị Lạc Việt từ 08/2020 tới 08/2021.

Cỡ mẫu nghiên cứu

100 bệnh nhân chia làm 2 nhóm.

Phương pháp tiến hành

- Bệnh nhân đáp ứng tiêu chuẩn nghiên cứu được hỏi bệnh và thăm khám lâm sàng một cách hệ thống theo một mẫu bệnh án nghiên cứu thống nhất.

- Chia bệnh nhân thành hai nhóm theo phương pháp ghép cặp, đảm bảo sự tương đồng về tuổi, giới và mức độ đau theo thang điểm VAS.

+ Nhóm chứng: 50 bệnh nhân điều trị bằng điện châm và xoa bóp bấm huyệt.

+ Nhóm nghiên cứu (NC): 50 bệnh nhân điều trị bằng xông thuốc cổ truyền kết hợp với điện châm và xoa bóp bấm huyệt.

- Liệu trình: Mỗi thủ thuật 20 - 25 phút, tiến hành từ điện châm, xoa bóp bấm huyệt đến xông thuốc cổ truyền, điều trị ngày 1 lần, thời gian điều trị tối đa 2 tuần, bệnh nhân có thể kết thúc điều trị sớm hơn, đánh giá kết quả điều trị sau kết thúc điều trị và điều trị sau 7 ngày, 14 ngày hoặc sau điều trị nếu bệnh nhân kết thúc điều trị sớm.

- Trường hợp bệnh nhân đau nặng (VAS \geq 8) có thể dùng thuốc giảm đau Mobic 7,5mg x 1 viên/lần, 1 - 2 lần/ngày.

- Theo dõi 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

- Mức độ đau theo thang điểm VAS.

- Độ giãn CSTL (cm).

- Tầm vận động CSTL (các động tác cúi, ngửa, nghiêng, xoay).

Tiêu chuẩn đánh giá kết quả

- Đánh giá hiệu quả giảm đau theo thang điểm VAS trước và sau điều trị của hai nhóm.

- Đánh giá và so sánh độ giãn cột sống thắt lưng (cm) trước và sau điều trị của hai nhóm.

- Đánh giá và so sánh tầm vận động cột sống thắt lưng trước và sau điều trị của hai nhóm.

Bảng 1. Tầm vận động cột sống thắt lưng

Gấp	Duỗi	Nghiêng	Xoay	Điểm
$\geq 70^\circ$	$\geq 30^\circ$	$\geq 30^\circ$	$\geq 30^\circ$	4
$60^\circ - 69^\circ$	$25^\circ - 29^\circ$	$25^\circ - 29^\circ$	$25^\circ - 29^\circ$	3
$40^\circ - 59^\circ$	$15^\circ - 24^\circ$	$15^\circ - 24^\circ$	$15^\circ - 24^\circ$	2
$< 40^\circ$	$< 15^\circ$	$< 15^\circ$	$< 15^\circ$	1

Bảng 2. Mức độ hạn chế tầm vận động cột sống thắt lưng

Tổng điểm	Đánh giá chung tầm vận động CSTL	Điểm đánh giá
13 - 16 điểm	Không hạn chế	4 điểm
9 - 12 điểm	Hạn chế nhẹ	3 điểm
5 - 8 điểm	Hạn chế vừa	2 điểm
4 điểm	Hạn chế nặng	1 điểm

3. Xử lý số liệu

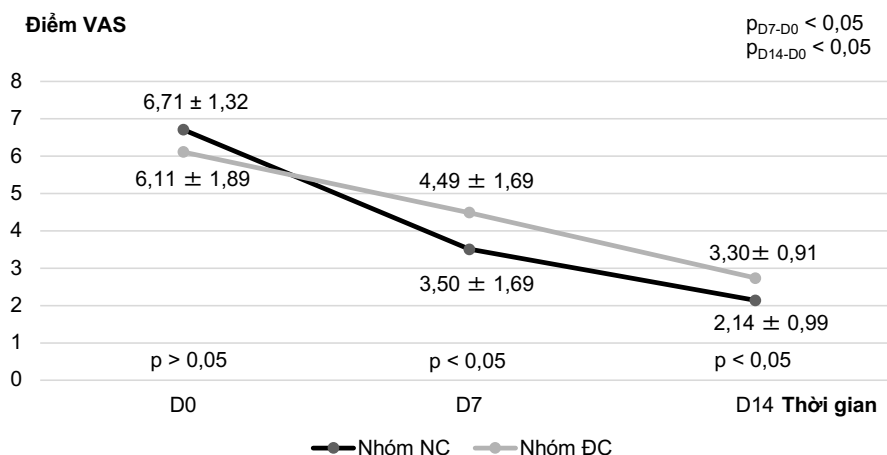
Các số liệu thu thập được xử lý theo thuật toán thống kê y sinh học, sử dụng phần mềm SPSS 20.0. Các biến định tính được biểu hiện dưới dạng %, các biến định lượng được biểu hiện dưới dạng trung bình. T test cho các biến định lượng, χ^2 cho các biến định tính. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$.

4. 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

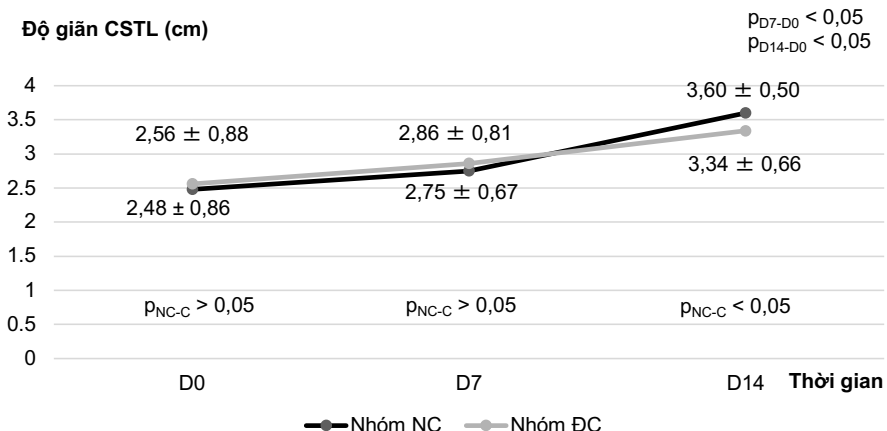
1. Hiệu quả giảm đau theo thang điểm VAS



Biểu đồ 1. So sánh điểm VAS trước và sau điều trị của hai nhóm

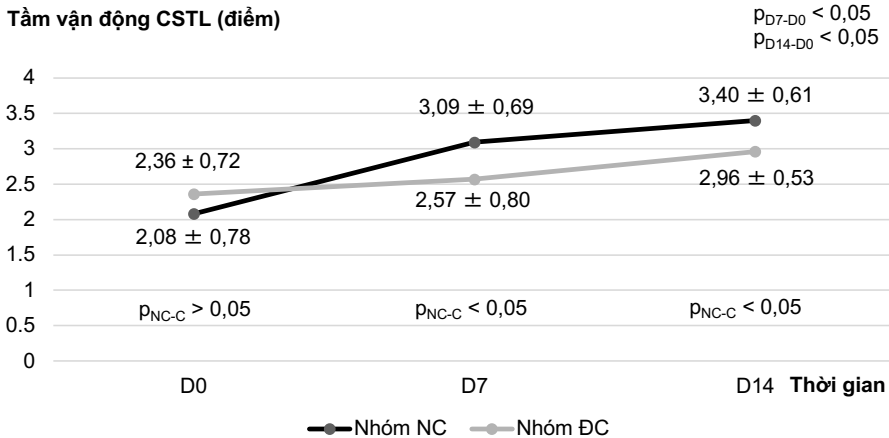
Mức độ đau theo thang điểm VAS sau điều trị của cả hai nhóm đều giảm có ý nghĩa thống kê ($p < 0,05$). Nhóm nghiên cứu giảm nhiều hơn nhóm chứng với $p < 0,05$.

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



Biểu đồ 2. Mức độ cải thiện độ giãn cột sống thắt lưng

Độ giãn CSTL của hai nhóm sau điều trị đều tăng so với trước điều trị ($p < 0,05$). Độ giãn CSTL của nhóm nghiên cứu tăng cao hơn nhóm chứng. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$.



Biểu đồ 3. Mức độ cải thiện tâm vận động cột sống thắt lưng

Sau điều trị tâm vận động CSTL của hai nhóm đều tăng so với trước điều trị ($p < 0,05$). Nhóm nghiên cứu tăng cao hơn nhóm chứng với sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p < 0,05$).

IV. BÀN LUẬN

Mức độ đau theo thang điểm VAS sau điều trị của cả hai nhóm đều giảm so với trước điều trị với $p < 0,05$. Nhóm nghiên cứu giảm đau nhiều hơn nhóm chứng với sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p < 0,05$). Kết quả của chúng tôi khá tương đồng với một số tác giả: Đinh Thị Thuần (2019) đánh giá hiệu quả điều trị đau vùng thắt lưng do thoái hoá cột sống bằng điện châm kết hợp xông thuốc cổ truyền, điểm VAS giảm từ 6,38 điểm xuống còn 3,11 điểm.¹¹ Lê Minh Tiến (2020) đánh giá tác dụng của điện châm, xoa bóp bấm huyệt kết hợp bài tập McGill trên bệnh nhân đau thắt lưng do thoái hoá cột sống, sau 14 ngày điểm VAS trung bình ở nhóm nghiên cứu giảm từ $6,03 \pm 0,61$ điểm xuống $1,20 \pm 0,48$ điểm.¹² Theo y học hiện đại, xông hơi có tác dụng giãn cơ, tăng cường dinh dưỡng, vận mạch ở vùng da bị bệnh, làm mở lỗ chân lông, gây ra “cơn sốt nhân tạo” làm tăng chất hóa học bảo vệ cơ thể do đó có tác dụng làm giảm đau. Theo y học cổ truyền, đau là do kinh lạc bị tắc trở khiến khí huyết

không được lưu thông “thông thì bất thống, thống thì bất thông”. Châm cứu và xoa bóp bấm huyệt thông qua tác động vào huyết và kinh lạc nhằm điều hòa khí huyết, thông kinh lạc để giảm đau, điều hòa chức năng tạng phủ. Thêm vào đó xông hơi bằng thuốc cổ truyền làm khai mở tẩu lý, phát hãn trừ tà, thông kinh lạc, điều hòa khí huyết. Bài thuốc xông được chọn gồm các vị thuốc Hồng hoa, Huyết giác, Xuyên khung, Ngưu tất có tác dụng dưỡng huyết, hoạt huyết, thông kinh hoạt lạc, chỉ thống; Kê huyết đằng, Uy linh tiên, Ngũ gia bì, Phòng phong có tác dụng khu phong trừ thấp, tiêu sưng, giảm phù nề, thư cân giãn cơ; Tục đoạn, Đương quy tư bổ can thận. Sự kết hợp lấy hương kích khí chạy, cay thơm để thấu vào cơ biểu kinh mạch, mượn hơi thuốc để ôn kinh tán hàn, hoạt huyết hóa ứ, trừ phong tiêu thấp, thông tắc chỉ thống. Nhiệt làm tẩu lý khai thoát, tà theo mồ hôi ra ngoài. Nhiệt có tác dụng ôn kinh thông mạch, khiến khí huyết lưu thông, hiệp đồng cùng thuốc để thông lạc chỉ thống; Nhiệt có thể giúp cải thiện tuần hoàn tại chỗ, phát huy chống viêm tiêu sưng, điều tiết nội môi, giãn cơ co cứng, thúc đẩy hồi phục cơ nhục, các khớp và thần kinh bị tổn thương.^{8,9}

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

Chức năng vận động cột sống thắt lưng được thể hiện qua độ giãn cột sống thắt lưng và tầm vận động cột sống thắt lưng. Trong đau thắt lưng, sự hạn chế chức năng vận động cột sống thắt lưng là hậu quả của đau, co cứng các cơ cạnh sống, co kéo các tổ chức liên kết bao gồm gân, cơ, dây chằng, bao khớp... Sau điều trị độ giãn và tầm vận động cột sống thắt lưng của hai nhóm đều tăng so với trước điều trị ($p < 0,05$), nhóm nghiên cứu tăng cao hơn nhóm chứng với $p < 0,05$. Kết quả này phù hợp với kết quả giảm đau theo thang điểm VAS, bởi vì khi bệnh nhân đỡ đau thì vận động của cột sống thắt lưng cũng tăng lên rõ rệt.

V. KẾT LUẬN

Xông thuốc cổ truyền kết hợp điện châm và xoa bóp bấm huyệt có tác dụng giảm đau và cải thiện chức năng vận động cột sống thắt lưng trên bệnh nhân đau thắt lưng do thoái hóa cột sống.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Thị Ngọc Lan. *Bệnh học cơ xương khớp nội khoa*. Tái bản lần thứ 6. Hà Nội: Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam; 2019: 138-151,152-162.
2. Trường Đại học Y Hà Nội. Thoái hóa khớp và thoái hóa cột sống, đau vùng thắt lưng và đau thần kinh tọa do thoát vị đĩa đệm. *Bệnh học nội khoa (bài giảng dành cho đối tượng sau Đại học)*. Nhà xuất bản Y học; 2009: 408-418, 452-463.
3. Richard A. Deyo, Samuel F. Dworkin, Dagmar Amtmann. Report of the NIH Task Force on Research Standards for Chronic Low Back Pain. *Phys Ther*. 2015 Feb; 95(2): e1-e18, doi: 10.2522/ptj.2015.95.2.e1.
4. Damian Hoy et al. A systematic review of

the global prevalence of low back pain. *Arthritis Rheum*. 2012; 64: 2028-2037.

5. Trần Ngọc Ân, Nguyễn Thị Ngọc Lan. *Phác đồ chẩn đoán và điều trị các bệnh cơ xương khớp thường gặp*. Hội thấp khớp học Việt Nam - Nhà xuất bản Giáo dục; Hà Nội. 2012: 205 - 210.

6. Khoa Y học cổ truyền, Trường Đại học Y Hà Nội. *Chuyên đề nội khoa Y học cổ truyền*. Nhà xuất bản Y học, Hà Nội. 2006: 475 - 485.

7. Khoa Y học cổ truyền, Trường Đại học Y Hà Nội. *Bệnh học nội khoa Y học cổ truyền*. Nhà xuất bản Y học; Hà Nội. 2018: 151 - 155.

8. Minna L Hannuksela, Samer Ellahham. Benefits and risks of sauna bathing. *The American Journal of Medicine*. Volume 110, Issue 2, 1 February 2001. Pages 118-126. [https://doi.org/10.1016/S0002-9343\(00\)00671-9](https://doi.org/10.1016/S0002-9343(00)00671-9).

9. Ngô Quan Bảo, Lý Xuyên Tiến. Quan sát hiệu quả điều trị của dùng thuốc kết hợp với xông thuốc cổ truyền trên điều trị 74 bệnh nhân thoát vị đĩa đệm. *Tạp chí cầu y vấn dược*; Tập 10, kỳ 6, 2012: 694-695.

10. Bộ Y tế. *Hướng dẫn quy trình kỹ thuật khám bệnh, chữa bệnh chuyên ngành châm cứu*. Nhà xuất bản y học; Hà Nội. 2015: 750 -751, 996 - 997.

11. Đinh Thị Thuần, Hoàng Văn Lý, Vũ Ngọc Vương. Hiệu quả điều trị đau vùng thắt lưng do thoái hóa cột sống bằng phương pháp điện châm kết hợp xông thuốc Y học cổ truyền. *Tạp chí Y học Việt Nam*, 2019; 484: 170 – 174.

12. Lê Minh Tiến. Đánh giá tác dụng của điện châm, xoa bóp bấm huyệt kết hợp bài tập Mc Gill trên bệnh nhân đau thắt lưng do thoái hóa cột sống. *Luận văn bác sĩ nội trú*, Đại học Y Hà Nội. 2020.

Summary

THE EFFECT OF HERBAL STEAM COMBINED WITH ELECTRO ACUPUNCTURE AND MASSAGE ACUPUNCTURE IN PATIENTS WITH LOW BACK PAIN

The incidence of low back pain, a common disease, has been steadily increasing lately. This study was conducted to evaluate the analgesic effect and ability to improve lumbar spine range of motion by herbal steam combined with electro acupuncture and massage acupuncture in patients with low back pain. This is a controlled clinical trial study, comparing before and after treatment and between control and study groups, of 100 patients diagnosed with lumbar spondylosis at Lac Viet Hospital from August 2020 to August 2021. The results show that the average pain severity of the study group was reduced from 6.71 ± 1.32 to 2.14 ± 0.99 , lower than in the control group with $p < 0.05$. The lumbar spine flexion measurement index and lumbar spine range of motion increased significantly higher in the study group than in the control group ($p < 0.05$). In conclusion, herbal steam combined with electro acupuncture and massage acupuncture had the analgesic effect and increased the lumbar spine movement in patients with low back pain.

Keywords: Herbal steam, electro acupuncture, massage acupuncture, low back pain.