

- Care Manag. 2018;37(3):268. doi:10.1097/HCM.0000000000000226
5. **Comprehensive Knowledge on Cervical Cancer, Attitude Towards Its Screening and Associated Factors Among Women Aged 30-49 Years in Finote Selam Town, Northwest Ethiopia - PubMed.** Accessed November 25, 2019. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29444689-comprehensive-knowledge-on-cervical-cancer-attitude-towards-its-screening-and-associated-factors-among-women-aged-30-49-years-in-finote-selam-town-northwest-ethiopia/>
 6. **Binka C, Nyarko SH, Doku DT. Cervical Cancer Knowledge, Perceptions and Screening Behaviour Among Female University Students in Ghana.** J Cancer Educ Off J Am Assoc Cancer Educ. 2016;31(2):322-327. doi:10.1007/s13187-015-0852-x
 7. **Gereige JD, Zhang L, Boehmer U.** The Sexual Health of Women in Lebanon: Are There Differences by Sexual Orientation? LGBT Health. 2018;5(1):45-53. doi:10.1089/lgbt.2017.0031
 8. **Asgarlo Z, Tehrani S, Asghari E, et al.** Cervical Cancer Prevention Knowledge and Attitudes among Female University Students and Hospital Staff in Iran. Asian Pac J Cancer Prev. 2016; 17(11). doi:10.22034/APJCP.2016.17.11.4921
 9. **Tran NT, Taylor R, Choe SI, Pyo HS, Suk O, So HC.** Knowledge, Attitude and Practice (KAP) Concerning Cervical Cancer and Screening among Rural and Urban Female Healthcare Practitioners in the Democratic People's Republic of Korea. :6.
 10. **Ngọc LTB, Ngọc NTT.** THỰC TRẠNG KIẾN THỨC, THÁI ĐỘ, VỀ UNG THƯ CỔ TỬ CUNG VÀ DỰ ĐÌNH PHÒNG NGỪA CỦA SINH VIÊN ĐIỀU DƯỠNG NẠM THỨ NHẤT TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC THÁI NGUYÊN NĂM 2018. Tạp Chí Khoa Học Và Công Nghệ - Đại Học Thái Nguyên. 2019;194(01):27-34.

ĐÁNH GIÁ TÁC DỤNG CỦA ĐIỆN CHÂM GIÁP TÍCH L1 - L5 VÀ NHÓM HUYỆT 8 KẾT HỢP XOA BÓP BẤM HUYỆT TRÊN BỆNH NHÂN ĐAU THẮT LƯNG DO THOÁI HÓA

Lê Thị Thu Hà¹, Trần Thị Hải Vân², Trương Thị Huyền¹

TÓM TẮT

Hội chứng thắt lưng hông do thoái hóa cột sống là bệnh lý cơ xương khớp phổ biến, ngày nay các độ tuổi mắc bệnh ngày càng có xu hướng trẻ hóa. Nghiên cứu của chúng tôi đã được thiết kế để đánh giá mức độ đau và cải thiện chức năng vận động cột sống thắt lưng của phương pháp châm cứu theo công thức huyệt Giáp tích L1 đến L5 và công thức huyệt 8, kết hợp xoa bóp bấm huyệt. Bệnh nhân tham gia nghiên cứu được điều trị theo liệu trình kéo dài 14 ngày. Nghiên cứu của chúng tôi áp dụng phương pháp nghiên cứu thử nghiệm lâm sàng so sánh trước sau. Tổng số 50 bệnh nhân đã mắc hội chứng thắt lưng hông do thoái hóa cột sống được điều trị tại Bệnh viện Y học cổ truyền Bộ Công an đã được tuyển chọn tham gia nghiên cứu. Kết quả nghiên cứu cho thấy, sau điều trị mức độ đau theo thang điểm VAS giảm có ý nghĩa thống kê từ $5,94 \pm 1,35$ (điểm) xuống còn $1,50 \pm 1,33$ (điểm), tầm vận động cột sống thắt lưng cải thiện có ý nghĩa thống kê so với trước điều trị. Các kết quả nêu trên cho thấy công thức huyệt nêu trên có hiệu quả cao và nên được áp dụng vào thực hành lâm sàng. **Từ khóa:** điện châm, xoa bóp bấm huyệt, đau thắt lưng, thoái hóa cột sống.

SUMMARY

ASSESSMENT OF EFFECTS OF ELECTROACUPUNCTURE AT 'GIAP TICH L1 TO L5' POINTS, AND 'ACCUPOINT FORMULA 8' COMBINED WITH ACUPRESSURE MASSAGE

Low back pain arising from lumbar spondylosis is a common musculoskeletal disease and patients with this disease tend to rejuvenate over time. Our study was designed to evaluate the pain degree and motor function improvement effects of the lumbar spine by electroacupuncture at 'Giap Tich L1 to L5' points, and 'acupoint formula 8', combined with acupressure massage. Participants in the study will receive a 14-day course of treatment. Our study applied method of clinical trials, comparing results before and after treatment. From September 2021 to September 2022, 50 patients with low back pain stem from spinal degeneration, treated at the Traditional Medicine Hospital of the Ministry of Public Security approved to participate in the study. The results showed that after treatment, the pain grade according to the VAS scale of the studied patients decreased statistically significantly from 5.94 ± 1.35 (points) to 1.50 ± 1.33 (points), the range of motion of the lumbar spine also increased significantly compared to before treatment. The above results show that the acupoint formula is significantly effective and should be applied in clinical practice.

Keywords: electro-acupuncture, acupressure massage, low back pain, spondyloisthesis.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

¹Bệnh viện Y học cổ truyền Bộ Công an

²Khoa Y học cổ truyền - Trường Đại học Y Hà Nội

Chịu trách nhiệm chính: Lê Thị Thu Hà

Email: halethu.bs@gmail.com

Ngày nhận bài: 4.10.2022

Ngày phản biện khoa học: 22.11.2022

Ngày duyệt bài: 2.12.2022

Đau cột sống thắt lưng (CSTL) hay còn gọi là đau lưng vùng thấp (Low back pain) là hội chứng do đau khu trú trong khoảng từ ngang mức L1 đến nếp lằn mông (có thể ở một bên hoặc cả hai bên) [1]. Đây là một hội chứng bệnh thường gặp trên lâm sàng, tỷ lệ mắc bệnh ở nam và nữ là tương đương nhau, độ tuổi mắc bệnh thường gặp là 25-45 [2]. Đau thắt lưng không phải là bệnh cấp tính dễ dẫn tới tử vong nhưng là bệnh đau âm ỉ, kéo dài gây ảnh hưởng nhiều đến chất lượng cuộc sống, sinh hoạt và lao động của người bệnh, là gánh nặng kinh tế đối với cá nhân, gia đình, cộng đồng và xã hội. Chi phí cho điều trị đau lưng ở Mỹ mỗi năm lên đến 50 tỷ đô la, tại Anh tổng chi phí cho điều trị đau lưng là 12,3 tỷ bảng một năm [3],[4].

Y học cổ truyền đã có nhiều nghiên cứu điều trị đau thắt lưng do thoái hóa bằng nhiều phương pháp. Tuy nhiên chưa có công trình nghiên cứu nào đánh giá tác dụng của sự kết hợp các huyệt Giáp tích và nhóm huyệt 8 (Khúc trí – Dương lăng tuyền) trong điều trị đau thắt lưng nên chúng tôi tiến hành đề tài với mục tiêu:

1. *Đánh giá tác dụng giảm đau của điện châm các huyệt Giáp tích L1 – L5 và nhóm huyệt 8 kết hợp 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 điện châm các huyệt Giáp tích L1 – L5 và nhóm huyệt 8 kết hợp xoa bóp bấm huyệt trên bệnh nhân đau thắt lưng do thoái hóa cột sống.*

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu: gồm 50 Bệnh nhân được chẩn đoán xác định đau thắt lưng do thoái hóa cột sống điều trị tại Bệnh viện Y học cổ truyền Bộ Công an từ 09/2021 đến 07/2022

*** Tiêu chuẩn lựa chọn bệnh nhân theo**

YHHD: Tuổi \geq 30; Được chẩn đoán xác định đau thắt lưng do thoái hóa cột sống (lâm sàng có Hội chứng CSTL, cận lâm sàng: Xquang thường quy có hình ảnh thoái hóa cột sống; Tự nguyện tham gia nghiên cứu; Không áp dụng phương pháp điều trị nào khác trong quá trình nghiên cứu.

*** Tiêu chuẩn lựa chọn bệnh nhân theo**

YHCT: Bệnh nhân được chẩn đoán

“Yêu thống” thể phong hàn thấp kèm can thận hư.

*** Tiêu chuẩn loại trừ:** 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

niễm trùng nhiễm độc toàn thân, suy tim, cơn đau thắt ngực, bệnh lý tâm thần, suy gan, suy thận...

2.2. Chất liệu và phương pháp nghiên cứu:

*** Chất liệu nghiên cứu:**

- Công thức huyệt điện châm: Châm tả các huyệt:

+ Nhóm huyệt 8: huyệt Khúc Trí và huyệt Dương lăng tuyền

+ Các huyệt Giáp tích L1 – L5.

- Thủ thuật xoa bóp bấm huyệt: Theo quy trình kỹ thuật của Bộ Y tế ⁵xoa, xát, day, lăn, bấm, phát vùng CSTL, vận động cột sống

2.2. Phương tiện nghiên cứu:

- Máy điện châm: Model 1529 - ET - TK2 do Công ty đầu tư phát triển công nghệ và xây lắp K&N sản xuất.

- Kim châm cứu Hải Nam, đường kính 0,3mm dài 5 cm.

- khay đựng dụng cụ châm, khay quả đậu, panh không mẫu, bông và hộp đựng bông, cồn 70^o.

- Thước đo thang điểm VAS của hãng Astra – Zencera; thước dây; thước đo tầm vận động cột sống thắt lưng.

2.3. Phương pháp nghiên cứu:

*** Thiết kế nghiên cứu:** nghiên cứu can thiệp lâm sàng so sánh kết quả trước và sau điều trị.

*** Cỡ mẫu nghiên cứu:** 50 bệnh nhân.

*** Phương pháp điều tiên 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.

- Bệnh nhân tham gia nghiên cứu được thực hiện điều trị bằng phương pháp điện châm kết hợp xoa bóp bấm huyệt.

- Liệu trình: Mỗi thủ thuật 20 – 25 phút x 1 lần/ngày x 14 ngày/đợt điều trị. Tiến hành từ điện châm đến xoa bóp bấm huyệt. Sau khi thao tác rút kim, cho bệnh nhân nghỉ 5 phút rồi tiến hành xoa bóp bấm huyệt.

- Theo dõi triệu chứng lâm sàng trước và sau điều trị.

- Đánh giá kết quả điều trị.

*** Các chỉ tiêu nghiên cứu:**

- Mức độ đau theo thang điểm VAS.

- Đo độ giãn cột sống thắt lưng (CSTL) (Nghiệm pháp Schober).

- Tầm vận động CSTL (các động tác gập, duỗi, nghiêng bên đầu)

*** Tiêu chuẩn đánh giá kết quả**

- Đánh giá hiệu quả giảm đau theo thang điểm VAS trước và sau điều trị.
- Đánh giá và so sánh độ giãn CSTL (cm) trước và sau điều trị.
- Đánh giá và so sánh tâm vận động CSTL trước và sau điều trị.

Bảng 2.1. Tâm vận động CSTL

Điểm (Mức độ)	Điểm quy ước			
	4 điểm (Tốt)	3 điểm (Khá)	2 điểm (Trung bình)	1 điểm (Kém)
Gấp	≥70 ⁰	≥60 ⁰	≥50 ⁰	<50 ⁰
Duỗi	≥25 ⁰	≥20 ⁰	≥15 ⁰	<15 ⁰
Nghiêng bên đau	≥30 ⁰	≥25 ⁰	≥20 ⁰	<20 ⁰

2.4. Thời gian và địa điểm nghiên cứu:

Nghiên cứu được tiến hành tại khoa Châm cứu - Bệnh viện Y học cổ truyền – Bộ Công an từ 09/2021 đến 07/2022.

2.5. Xử lý số liệu

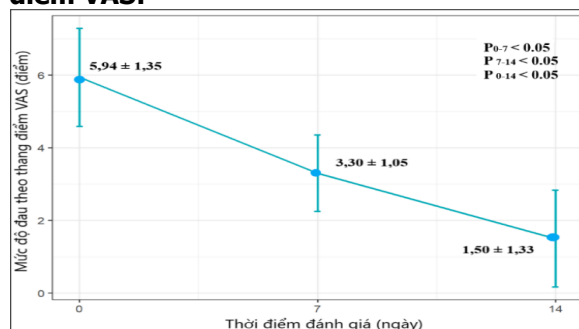
- Số liệu thu được trong nghiên cứu được phân tích, xử lý theo phương pháp thống kê y sinh học, sử dụng phần mềm SPSS 20.0 của Tổ chức y tế thế giới.

- Test thống kê được dùng: kiểm định χ^2 , so sánh sự khác nhau giữa các tỷ lệ %, test có ý nghĩa thống kê khi $p < 0,05$.

2.6. Đạo đức nghiên cứu: Trước khi nghiên cứu các bệnh nhân được hỏi ý kiến và đồng ý tham gia nghiên cứu. Trong quá trình điều trị, bệnh không đỡ hoặc tăng lên thì bệnh nhân sẽ được ngừng nghiên cứu, đổi phương pháp điều trị và loại ra khỏi nhóm nghiên cứu. Nghiên cứu được tiến hành hoàn toàn nhằm mục đích chăm sóc, bảo vệ sức khỏe cho người bệnh. Các thông tin của bệnh nhân đều được bảo mật và chỉ phục vụ cho mục tiêu nghiên cứu.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Hiệu quả giảm đau theo thang điểm VAS:

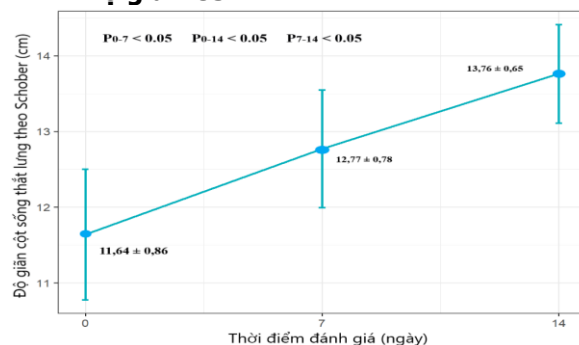


Biểu đồ 3.1. Sự thay đổi mức độ đau theo thang điểm VAS

Nhận xét: Mức độ đau theo thang điểm VAS sau 14 ngày điều trị giảm rõ rệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$.

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

*** Độ giãn CSTL**



Biểu đồ 3.2. Mức độ cải thiện độ giãn cột sống thắt lưng

Nhận xét: Độ giãn CSTL sau 14 ngày điều trị giảm rõ rệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$.

*** Tâm vận động CSTL**

Bảng 3.1. Mức độ cải thiện tâm vận động CSTL

Chỉ số	KQĐT	Tốt	Khá	Trung bình	Kém	p	
		n	n	n	n		
Độ giãn CSTL (Schober)	D ₀	n	0	9	11	30	< 0,05
		%	0	18	22	60	
	D ₁₄	n	32	13	8	0	
		%	64	26	10	0	
Gấp	D ₀	n	0	1	16	33	< 0,05
		%	0	2	32	66	
	D ₁₄	n	26	19	4	1	
		%	52	38	8	2	
Duỗi	D ₀	n	0	16	17	17	< 0,05
		%	0	32	34	34	
	D ₁₄	n	43	7	0	0	
		%	86	14	0	0	

Nghiêng bên đầu	D₀	n	0	9	19	22	< 0,05
		%	0	18	38	44	
	D₁₄	n	29	16	5	0	
		%	58	32	10	0	

Nhận xét: Nhận thấy có sự cải thiện rõ rệt tầm vận động CSTL (tầm vận động gấp, tầm vận động duỗi và tầm vận động nghiêng bên đầu) sau 14 ngày điều trị, sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$.

IV. BÀN LUẬN

4.1. Mức độ đau theo thang điểm VAS.

Mức độ đau theo thang điểm VAS sau điều trị giảm từ $5,94 \pm 1,35$ (điểm). xuống $1,50 \pm 1,33$ (điểm), sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$.

Kết quả của chúng tôi tương đồng với nghiên cứu của tác giả Vũ Thị Thu Trang (2018) đánh giá hiệu quả điều trị đau thắt lưng do thoái hóa cột sống bằng điện trường châm kết hợp bài thuốc độc hoạt tang ký sinh và kéo giãn cột sống, VAS trung bình trước điều trị là $6,10 \pm 0,71$ (điểm). Sau điều trị 21 ngày nhóm nghiên cứu có điểm VAS giảm xuống $1,10 \pm 0,92$ (điểm) [6].

Theo YHHT, châm cứu có tác dụng làm tăng nồng độ hoocmon Beta- endorphin (có tác dụng mạnh gấp hơn 200 lần morphin) làm giảm cơn đau. Theo cơ chế thần kinh, châm cứu có tác dụng ức chế dẫn truyền cảm giác đau trong cung phản xạ đau do đó làm giảm đau. Xoa bóp là một kích thích vật lý tác động tại chỗ da, cơ, thần kinh và mạch máu làm giãn cơ, tăng cường dinh dưỡng và lưu tuần hoàn, tác dụng làm giảm đau.

Theo YHCT, đau là do kinh lạc bị tắc trở khiến khí huyết không được lưu thông "thông thì bất thống, thống thì bất thông". Trong nghiên cứu chúng tôi sử dụng cặp huyết Dương lăng tuyền – Khúc Trì để thông hành khí huyết, bởi Dương lăng tuyền là huyết hợp Thổ của Đờm, Can và Đờm tương thông biểu lý chủ về điều tiết huyết (Can tàng huyết), còn Khúc Trì là huyết hợp của Đại Trường, Phế và Đại Trường tương thông biểu lý chủ về điều tiết khí (Phế chủ khí). Cặp huyết này kết hợp với nhau giúp cho khí huyết thông hành, thông kinh lạc, thư cân, lợi quan tiết [7], đạt đến mục đích "thông bất thống". Đồng thời kết hợp với các huyết Giáp tích vùng thắt lưng là huyết tại chỗ có tác dụng điều trị các bệnh cục bộ tạo thành phương huyết có đủ cấu thành gần – xa, tuân thủ nguyên tắc "kinh mạch sở qua, chủ trị sở tại" của Nội kinh, giúp tăng cường tác dụng giảm đau thắt lưng một cách hiệu quả.

Đồng thời phối hợp với Xoa bóp bấm huyết

theo YHCT tác động vào các huyết và kinh lạc vùng thắt lưng, từ đó duỗi ngoại tà, điều hòa dinh vệ thông kinh lạc cũng giúp kinh mạch bị bế tắc được thông và có tác dụng giảm đau.

4.2. Chức năng vận động CSTL (độ giãn CSTL, tầm vận động gấp, duỗi, nghiêng bên đầu của CSTL).

Trong đau thắt lưng hạn chế chức năng vận động CSTL 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 CSTL và tầm vận động CSTL của bệnh nhân đều tăng so với trước điều trị ($p < 0,05$). Trong nghiên cứu của chúng tôi, điện châm sử dụng các huyết vị như Giáp tích L1 – L5 nằm cạnh cột sống, sát các tổ chức đang bị co rút, cùng với Dương lăng tuyền, Khúc Trì kết hợp với Xoa bóp bấm huyết giúp hành khí hoạt huyết, thông kinh hoạt lạc mạnh, giải quyết được tình trạng đau và cơ cơ do đó khôi phục lại chức năng vận động CSTL nói chung, độ giãn CSTL và tầm vận động CSTL nói riêng.

V. KẾT LUẬN

Điện châm các huyết Giáp tích L1 – L5 và nhóm huyết 8 kết hợp với Xoa bóp bấm huyết vùng CSTL có tác dụng giảm đau và cải thiện chức năng vận động CSTL trên bệnh nhân đau thắt lưng do thoái hóa cột sống.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- BỘ Y TẾ.** Hướng dẫn chẩn đoán và điều trị các bệnh cơ xương khớp.: Nhà xuất bản Y học. 2016; 131- 134, 135-139.
- Trường Đại học Y Hà Nội.** Bệnh học nội khoa. Nhà xuất bản Y học. Hà Nội. 2018; Tập 2: 188 - 196, 252 - 269.
- World Health Organization.** Priority diseases and reasons for inclusion. 2014.
- Srinivas SV, Deyo RA, Berger ZD.** Application of 'Less Is More' to Low Back Pain, Arch Intern Med. 2012; 172(13): 1016-1020.
- BỘ Y TẾ** (2013). Quy trình kĩ thuật khám bệnh chữa bệnh bằng châm cứu. quy trình số 04, 299, 415 ban hành kèm theo quyết định 793/QĐ - BYT ngày 12/3/2013.
- Vũ Thị Thu Trang, Lê Thành Xuân.** Đánh giá tác dụng của điện trường châm kết hợp bài thuốc Độc hoạt tang ký sinh, kéo giãn cột sống trong điều trị hội chứng thắt lưng hông, Tạp chí Y học thực hành. 2018; 3 (1068): 41 – 45.
- Khoa Y học cổ truyền, Trường Đại học Y dược Huế.** Các hình thức châm cứu 2, Giáo trình đào tạo Đại học, trang 121. 2016.