

TOẠ CỐT PHONG ĐAU THẦN KINH TOA

CHỈ ĐỊNH ĐIỀU TRỊ

- HC tại cột sống (1)
- HC đau rễ (+)
- NFL asd gac < 60°
- XQ qui ước, CT scan, MRI

KẾT HỢP YHCT + YHHĐ

GD cấp: Phong hàn phạm kinh lạc – khí trệ huyết ứ

-**Chế độ nghỉ ngơi:** nằm yên trên giường cứng, kê gối nhỏ dưới khoeo chân, hạn chế di chuyển

-**Châm cứu:**

Tại chỗ: Áp thống điểm (giáp tích L4 - L5, L5 - S1), hoàn khiêu

Đường kinh: Kinh cốt, đại chung (đau rễ S1).

Khâu kim, lùi cầu (đau rễ L5)

Đặc hiệu: Ủy trung (chủ vùng lưng)

Thủ thuật: Điện châm (tần số mạnh, cường độ cao, thời gian lâu 20-30') kết hợp cứu ẩm

-**Vật lý trị liệu:** Hông ngoại, xung điện, sóng ngắn, siêu âm, kéo cột sống thắt lưng.

Thuốc YHCT: Bài thấp khớp

| | |
|---------------------|-------------------|
| Lá lốt 12 | Cà gai leo 12g |
| Thiên niên kiện 12g | Quế chi 10g |
| Cỏ xước 12g | Thổ phục linh 12g |
| Sài đất 12g | Hà thủ ô đỏ 16g |
| Sinh địa 16g | |

Thuốc YHHĐ:

Chống viêm: Voltaren, Mobic, Fendel
Dãn cơ: Mydocalm, Myonal, decontractyl
Giảm đau: Efferalgan codein, Di-antalgic, Nisidol, Tramadol,...

GD mạn: Phong hàn thấp – can thận âm hư

-**Vật lý trị liệu:** Xoa bóp, tập luyện, kéo nắn

-**Châm cứu:**

Công thức huyết như trên gia thêm thận du, thái khê, phi dương, tam âm giao.

Thủ thuật: Thễ châm hoặc điện châm

-**Thuốc uống:**

Phép trị: Khu phong tán hàn trừ thấp, bổ can thận, bổ khí huyết, thông kinh lạc.

Thuốc thang: Bài Độc hoạt tang ký sinh

| | |
|------------------|------------------|
| Độc hoạt 12g | Tang ký sinh 12g |
| Tế tân 08g | Tân giao 12g |
| Phòng phong 12g | Quế chi 10g |
| Đỗ trọng 12g | Ngưu tất 12g |
| Dương sâm 12g | Bạch linh 12g |
| Thục địa 12g | Đương qui 12g |
| Bạch thược 12g | Xuyên khung 12g |
| Cam thảo bắc 06g | |

Chế phẩm:

Độc hoạt ký sinh, Phong thấp nang, Lạc vị, hữu qui, chường cốt hoàn, Fengshi.

- **Chuyển chuyên khoa:** khi chẩn đoán xác định nguyên nhân do u, lao, dị tật,...
- **Chỉ định ngoại khoa:** thể liệt và teo cơ, thể ngao cổ, thể tái phát nhiều lần, thể phức tạp
- **Phòng bệnh:** tránh các động tác sai tư thế, kiêng vác quá nặng, thường xuyên tập thể dục để rèn luyện cơ lưng và tăng sự mềm mại của cột sống, điều trị tích cực các bệnh lý cột sống nếu có.