

五行音乐联合耳穴埋豆对颈椎病负性情绪及疗效的影响

吴艳 王晓雪*

赤峰市松山医院骨科 内蒙古赤峰 024000

摘要:目的: 五行音乐联合耳穴埋豆对颈椎病负性情绪及疗效的影响。方法: 本次研究时间: 2021年6月至2022年6月期间, 研究样本包含90例颈椎病患者, 根据数字随机表法将其分成常规组和实验组各45例, 前者给予耳穴埋豆干预, 后者给予五行音乐联合耳穴埋豆干预。对比两组干预前后心理状态、干预后两组睡眠质量及颈椎活动度。结果: 干预后, 两组心理状态相较于干预前显著得以改善, 且实验组改善程度更优 ($P<0.05$)。干预后, 实验组睡眠质量及颈椎活动度显著高于常规组 ($P<0.05$)。结论: 五行音乐联合耳穴埋豆对颈椎病患者干预效果显著, 其能够改善患者负面情绪及睡眠质量, 提高颈椎活动功能, 值得临床进一步宣传与应用。

关键词: 五行音乐; 耳穴埋豆; 颈椎病; 负面情绪; 疗效

颈椎病疾病发展过程和治疗过程都会引起患者的明显心理障碍和心理问题, 其中以焦虑和抑郁情绪障碍最为明显, 影响着治疗效果^[1]。因此对患者实行相应的护理干预显得尤为重要。耳穴压豆法的治病原理通常是根据中医辨证的原则, 通过对穴位进行组合而达到调整气血和通经络的效果。五行音乐根据音乐的角徵宫商羽五调分属五行, 五行配五脏, 从而实现传统音乐的辨证治疗[2-3]。基于此, 本文观察五行音乐联合耳穴埋豆对颈椎病负性情绪及疗效的影响。现报道如下。

1. 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究时间: 2021年6月至2022年6月期间, 研究样本包含90例颈椎病患者, 根据数字随机表法将其分成常规组和实验组各45例。其中常规组男23例, 女22例, 最大年龄82岁, 最小年龄32岁, 病程最长6个月, 最短1周; 实验组男25例, 女20例, 最大年龄80岁, 最小年龄33岁, 病程最长6个月, 最短5天。上述资料两组无显著差异, 可以进行对比 ($p>0.05$)。

1.2 方法

常规组: 耳穴埋豆治疗方法的实施方面, 可使用质地较为坚硬以及光滑的小粒药物或药丸, 对患者耳穴进行贴压, 代替耳针。可使用王不留行籽、六神丸等, 并将医用胶布裁剪大小适宜, 寻找压痛点, 将穴位选为神门、肩、颈、风溪等。将耳朵使用酒精进行消毒后风干, 将王不留行籽使用镊子,

对上述穴位进行贴敷, 并使用胶布进行压盖, 等待耳廓出现发热、发胀感受时为最佳。每次治疗约为7天。在贴压治疗当中, 患者应当每日对上述穴位按压3次, 每次时间约为2分钟, 贴压5次为一疗程, 但在开展耳穴埋豆治疗时, 应当注意患者是否对于医用胶布存在过敏表现。

实验组: 实施耳穴埋豆+五行音乐干预。耳穴埋豆的操作与对照组患者一致。五行音乐方法操作如下: (1) 心为五脏君主, 应选用热烈欢快, 活泼轻松的音乐类型, 曲目可选择《紫竹调》, 将观赏时间设定在21:00—23:00; (2) 肝为五脏将军, 应选用曲调亲切爽朗、生机盎然旋律的音乐类型, 曲目可选择《胡笳十八拍》。将观赏时间设定在19:00—23:00。(3) 脾为五脏后勤部长, 应选用频率急促的音乐类型, 曲目可选择《十面埋伏》, 将观赏时间设定在进餐时以及餐后一小时内。(4) 肺为五脏宰相, 应选用曲调高昂的音乐类型, 曲目可选择《阳春白雪》, 将观赏时间设定在15:00—19:00。(5) 肾为五脏作强之官, 应选用舒缓合宜的音乐类型, 曲目可选择《梅花三弄》, 时间设定在7:00—11:00。

1.3 观察指标

(1) 对比两组干预前后心理状态, 包括HAMA、MAHD评分, 分数与负面情绪呈正比[4-5]。(2) 对比两组干预前后睡眠质量, 包括觉醒时间、觉醒次数、睡眠潜伏期、总睡眠时间。(3) 对比两组干预前后颈椎活动度, 包括侧屈、旋转、前屈、后伸。

1.4 统计学方法

数据处理均采用SPSS22.0统计软件,以“[n(%)”为计数资料,以“(x±s)”为计量资料,符合正态分布,以“t”与“i”检验组间各项数据差异检验,若P<0.05,代表有意义。

2. 结果

2.1 对比两组干预前后心理状态

干预后,两组心理状态相较于干预前显著得以改善,且实验组改善程度更优(P<0.05),组间存在差异性。见表1。

表1 对比两组干预前后心理状态评分(x±s,分)

组别	HAMA		HAMD	
	干预前	干预后	干预前	干预后
常规组(n=25)	21.45±4.09	13.35±2.67	18.87±2.91	9.57±1.95
实验组(n=25)	21.56±4.23	6.23±1.50	18.98±3.16	5.11±1.57

2.2 对比两组睡眠质量

干预后,实验组睡眠质量显著高于常规组(P<0.05),组间存在差异性。见表2。

表2 对比两组睡眠质量[n(%)]

组别	觉醒时间(h)	觉醒次数(次)	睡眠潜伏期(h)	总睡眠时间(h)
常规组(n=25)	3.56±1.90	3.56±1.07	1.76±0.96	6.35±0.52
实验组(n=25)	1.23±0.63	1.21±0.51	0.43±0.21	7.65±0.32

2.3 对比两组干预前后颈椎活动度

干预后,实验组颈椎活动度显著高于常规组(P<0.05),组间存在差异性。见表3。

表3 对比两组干预前后颈椎活动度(x±s,°)

组别	侧屈	旋转	前屈	后伸
常规组(n=25)	73.57±22.09	123.21±32.67	33.76±2.91	32.67±2.95
实验组(n=25)	86.54±22.23	136.76±35.50	39.51±5.16	37.01±5.57

3. 讨论

康复颈椎问题是一个漫长的过程,所以许多颈椎病患者在症状得不到改善,或者无法坚持的时候,都会出现一些不良情绪,甚至有的还会出现一些心理的问题。除了常规治疗外,临床应提高对颈椎患者的护理干预,以此提高治疗效果。

耳穴压豆法是传统的中医疗法,是利用王不留行籽和决明子等对于耳穴进行压贴,通过压贴可以疏通脏腑的经络

和气血功能,可以达到缓解病症的效果。早在两千多年前《黄帝内经》中就提出了“五音疗疾”的理论,清代的《医宗金鉴》对五音的特点与治病机理作了详细的叙述。人秉大气五行而生脏腑,五行之病,皆运动不圆,作用分离,不能融合所致。五行音乐疗法是一种将现代音乐,结合中华传统五行学说的治疗手段,通过特定的音乐节奏频率以及旋律等,对于人体的气场平衡进行调节,加速身心健康。在颈椎病患者治疗当中,实施五行音乐的疗法,具体分析如下,首先,在实施五行音乐疗法后,通过特定柔和的音乐节奏及旋律,帮助广大颈椎患者的肩颈肌肉紧张状态得到舒缓,进一步缓解颈椎病带来的相关症状。此外,患者焦虑情绪以及压力,在音乐旋律及节奏下也有一定的缓解,加速身心健康的平衡。此外,在进行五行音乐疗法时,根据不同患者的体质状况以及病情,选择适宜的音乐类型,有助于患者改善气血流动水平。同时,调整五行之音,对于患者的脏腑功能进行调节,有助于改善患者的免疫功能,提升自愈能力。此外,柔和的音乐还可对于患者颈椎病出现的疼痛感知有所分散,达到较好的止痛效果。对于患者来说,愉悦的音乐体验以及治疗效果的全面改善,帮助自身康复信心也有了一定的增强,积极配合治疗活动。最后,五行音乐疗法的实施,可根据不同患者的体质特点,以及治疗需求,制定个体化的治疗方法,进一步改善治疗效果。此外,患者的身体状态也在五行音乐治疗过程当中,得到了全面的改善,达到身心放松治疗结果。

故本次五行音乐联合耳穴埋豆对颈椎病,结果显示:干预后,两组心理状态相较于干预前显著得以改善,且实验组改善程度更优(P<0.05)。干预后,实验组睡眠质量及颈椎活动度显著高于常规组(P<0.05)。

综上,五行音乐联合耳穴埋豆对颈椎病患者干预效果显著,同时,通过发挥独特的治疗效果,在改善患者肌肉紧张水平、加速气血流畅缓、解疼痛等方面,带来诸多应用优势。同时,对于颈椎病患者来讲,也可改善负面情绪、睡眠质量以及颈椎活动能力,治疗结果较为明确。对此,五行音乐疗法联合耳穴埋豆,值得在临床治疗当中,全面推广以及应用。

参考文献:

[1] 凌晓明,张春霖,严旭,等.内窥镜下微创颈椎管成形治疗脊髓线Ⅲ型颈椎病可明显改善颈椎曲度[J].中国组织工程研究,2023,27(22):6.

- [2] 高贵源. 针刀治疗椎动脉型颈椎病研究进展 [J]. 实用医学研究, 2022, 4(3):3-4.
- [3] 孙喜武. DR 和 CT 对颈椎病的诊断及应用价值 [J]. 中国医药指南, 2021, 19(14):2.
- [4] 张聪, 廖婵, 胡结林, 等. 针刺运动疗法联合中医透药治疗神经根型颈椎病的临床观察 [J]. 当代医学, 2021, 027(004):145-147.
- [5] 涂仁锋. 葛根汤合温针灸在神经根型颈椎病患者治疗中的应用 [J]. 医药界, 2020(5):2.