Хүзүүний архаг өвдөлтийг Цай-архин заслаар эмчлэх асуудалд

Цолмон[1], Оюунтуяа[2], Мандуна[2], Б.Лагшмаа[1], С.Доржбат[3]

[1]АШУҮИС, МАУОУС, Монгол анагаах ухаан судлалын тэнхим
[2]БНХАУ, ӨМӨЗО, Ордос хотын Монгол эмнэлэг
[3]АШУҮИС, Монгол уламжлалт анагаах ухааны хүрээлэн
Цахим шуудан: btd23e007@gt.mnums.edu.mn, Утас: 95133846

Түлхүүр үг:

Монгол анагаах ухаан
Цай-архин засал
Чадвар алдалт
Өвдөлт
Эрчим

Товч утга:

Үндэслэл: Хүзүүний архаг өвдөлтийн үед Монгол анагаах ухааны халуун жин төрлийн нэг болох цай архин засал эмчилгээ нь эмнэлзүйн хүрээнд үр дүнтэй байгаа тохиолдлууд цөөнгүй байгаа бөгөөд энэ чиглэлээр судалгаа хий шаардлагатай байна. **Зорилго:** Монгол анагаах ухааны цай-архин засал эмчилгээний хүзүүний архаг өвдөлтийн үед үзүүлэх үр дүнг судлах. **Арга, аргачлал:** Бид судалгааны ажлыг АШУҮИС-ийн Монгол анагаах ухааны төв эмнэлэг, ӨМӨЗО-ны Ордос аймгийн Ордос Монгол эмнэлгийг тус тус түшиглэн эмнэлзүйн ажиглалт судалгааны аргаар хийж гүйцэтгэв. Судалгаанд нийт 119 хүзүүний архаг өвдөлттэй үйлчлүүлэгч хамрагдаж тэдгээрийн эмчилгээний өмнөх, эмчилгээний дараах өвдөлтийн хүч VAS үнэлгээ, өвдөлтийн эрчим (Digital Algometer), амьдралын чанарыг тодорхойлох асуумж (EQ-5D), хүзүүний чадвар алдалтын индекс NDI асуумж судалгааг тус тус ашиглан үр дүнг тооцов. **Үр дүн:** судалгаанд нийт 119 тохиолдлыг хамруулсан бөгөөд үүнээс 21-65 насны 45 нь эрэгтэй (37.8%), 74 нь эмэгтэй (62.2%), дундаж нас 45.78±10.57 жил байлаа. Өвдөлтийг хүчийг VAS оноогоор үнэлэхэд эмчилгээний өмнө 5.25±0.98 байхад эмчилгээний дараа 1.55±1.08 буюу 29.5 хувиар статистикийн ач холбогдол бүхий (P<0.001) буурсан. Харин өвдөлтийн эрчмийг тэсвэрлэх байдал нь эмчилгээний өмнө 929.83±188.59 байхад эмчилгээний дараа 1463.03±74.07 буюу 63.5 хувиар нэмэгдэгч (P<0.001) байлаа. Хүзүүний чадвар алдалтын индекс (NDI) эмчилгээний өмнөх үетэй (10.53±2.81) харьцуулахад эмчилгээний дараах (1.23±1.00) буурсан (P<0.001) байна. Цай архин засал эмчилгээ нь эмчилгээний өмнөх үетэй (12.46±2.77) эмчилгээний дараах амьдралын чанарын үзүүлэлттэй харьцуулахад EQ-5D (5.25±0.49) буурч (P<0.001) байгаа нь ажиглагдлаа. **Дүгнэлт:** Монгол анагаах ухааны цай-архин засалаар хзүү, сээр нурууны өвдөлт намдаан, эмнэлзүйн шинж тэмдгийг багасган, амьдралын чанарыг нэмэгдүүлэх үр дүнтэй байгаа нь тодорхойлогдлоо.

Үндэслэл: Хүзүүний архаг өвдөлтийн хам шинж (ХАӨХШ) нь амь насанд аюулгүй боловч амьдралын чанарт сөргөөр нөлөөлж, ажлын чадварыг алдагдуулдаг эмгэг юм.[1] ХАӨХШ нь гурав ба түүнээс дээш сар үргэлжилсэн, хүзүү болон дал мөрөөр өвдөх, хүзүүний хөдөлгөөн хязгаарлагдах, өвдөлт, толгой, гарлуу дамжих шинжээр илэрдэг. Тус өвдөлт нь мэдрэл, нугалам хоорондын фасет үе, хүзүүний (зөөлөн эдийн эмгэг болон булчин ясны тогтолцооны эмгэгийн улмаас үүсдэг. Үүнд мэдрэлийн ёзоорын, булчингийн, хүзүүний, нугалам хоорондын дискийн дегенератив өөрчлөлт, ясны бүтцийн, шөрмөсний гаралтай өвдөлтүүд ордог байна.[2]

Нийт хүн амын 10-20% хүзүү өвдөх шинж тэмдэг байдаг ба тэдний 54% нь 6 сараас дээш хугацаагаар хүзүү өвддөг. Borenstein DG (1998) нарын судалгаагаар нийт өвчтөнүүдийн 30% нь ХАӨХШ байсан ба тэдний 14% нь 6 сараас дээш хугацаагаар үргэлжилсэн өвдөлт байсан.[3] Хүзүүний өвдөлт нь архагших чиг хандлагатай байдаг бөгөөд тархалтын байдлаар авч үзвэл дунд насныхан илүү өртөмтгий бөгөөд эмэгтэйчүүдэд эрчүүдээс илүүтэйгээр нөлөөлж

байгааг тодорхойлсон байна.[4] АНУ-д ажилчдын нөхөн олговрын сангаас олгосон зардлаар ХАӨХШ нь нурууны өвдөлтийн дараа хоёрдугаарт орсон байдаг. Moyer CA (2004) нарын судалгаагаар амбулаторийн физик эмчилгээ хийлгэж байгаа өвчтөнүүдийн 25% нь ХАӨХШ эзэлдэг байна.[5]

Хүзүүний өвдөлтийг үүсгэх эрсдэлт хүчин зүйлд удаан хугацаагаар суух, стресс, хэт ачаалалтай ажиллах, сэтгэл гутрал, тамхи татах, хүзүү болон мөрний гэмтэл авч байсан түүх зэрэг нөлөөлдөг.[6] Биеийн хүчний ажил хийдэг, шүдний эмч, оёдолчин зэрэг мэргэжлийн хүмүүст ХАӨХШ тохиолдох нь илүү байдаг.[7] Эдгээр мэргэжлийн хүмүүс нь ажлын онцлогтой холбоотой нэг төрлийн хөдөлгөөн дахин давтан хийдэг, сэтгэл зүйн таагүй байдал, хөдөлгөөний хомсдол зэрэг нөлөөлдөг болохыг судлаачи тогтоосон байна.[8]

Монгол анагаах ухаан цай архин эмчилгээ нь халуун жин төрлийн эмчилгээ юм. Монгол анагаах ухаанд үе гишүүн, цээжинд буусан цагаан судлын гэм (нурууны өвдөлт, хуян)-ийг эмчилж ирсэн баримт байна. Цай-архин эмчилгээ бол монгол хүний урт удаан хугацааны амьдралын дадал бөгөөд өвчин эмгэгтэй тэмцэх, амьдрах явцад үндэстний зан заншил, амьдралыг хослуулах онцлог шинж чанараас үүдэлтэй байгалийн эмчилгээ нь дулааны хүчин зүйл бүхий тоосгон цай, дарс (архи) зэргийг хэрэглэдэг тухай цөөнгүй бүтээлддурьдсан байна.[9]

“Дөрвөн рашаан”-д цагаан судлын өвчний шалтгааныг “Хатууг хүчилсэн зэргээр биеийг доргиулж судлын халуун буюу шар ус бууснаар хий цус хямралдан дээрх арван гурван судлын айл нэгд орсноос хуян өвчин буй болно”[10] гэжээ. Иймээс Монгол анагаах ухааны ноошилгоогоор бадган, шар ус, цус хямралдан цагаан судалд нөлөөлснөөс судлын сүв бөглөрч, хий цусны гүйдэл муудсанаас болж эмчилгээнд “Үе гишүүний хуян”[11] гэж ноошилж, цагаан судлын өвчний хүрээнд багтаажээ.[12] Цай архины засал нь эмт болон эмийн бус бодис ашиглан биед гаднаас нь дулааны үйлчлэлийн хамтаар өвчнийг анагаадаг нь Монгол анагаах ухааны жин засал сонгодог аргын нэг хэлбэр юм.[13]

Монгол анагаах ухаанд тус өвчнийг эмчлэх эмчилгээний зарчимд махбодыг тэгшитгэх, хий цусны гүйдлийг сайжруулах, цагаан судлыг нэвтрүүлэх, шар усыг хатаах, муу цусыг арилгах, өвдөхийг зогсоох,[14] тус засал нь үр дүн сайтай, өвдөлтийг намдаах түргэн, хийхэд хялбар, гаж нөлөө багатай, эмчилгээний үнэ хямд зэрэг давуу талтай зэрэг нь эхэхүү судалгааг хийх үндэслэл болно.[15]

Зорилго: Монгол анагаах ухааны цай-архин засал эмчилгээний хүзүүний архаг өвдөлтийн үед үзүүлэх үр дүнг судлах.

Арга, аргачлал: Судалгааны ажлыг АШУҮИС-ийн Монгол анагаах ухааны төв эмнэлэг, БНХАУ, ӨМӨЗО-ны Ордос аймгийн Ордос Монгол эмнэлгийг тус тус түшиглэн хийж гүйцэтгэв. Судалгааг 2 төвт, эмнэлзүйн дескретив ажиглалт судалгааны аргаар хийж гүйцэтгэлээ. Судалгаанд хамтруулах шалгуур үзүүлэлтийн хангасан, таниулсан зөвшөөрлийн хуудсаар баталгаажсан нийт 119 хүзүүний архаг өвдөлттэй хүнийг хамруулсан бөгөөд эмчлүүлэгчдийн эмчилгээний өмнөх болон эмчилгээний дараах 7, 14 хоногуудад өвдөлтийн хүчийг VAS үнэлгээ, өвдөлтийн эрчмийг Digital Algometer болоод хүзүүний чадвар алдалтыг 0-50 онооны шалгуур бүхий (Neck Disability Index) үнэлгээгээр, амьдралын чанарын үзүүлэлтийг (EQ - 5D) асуумжаар тодорхойлж үр дүнг боловсруулав.

Үр дүн: Судалгаанд хамруулсан хүзүүний архаг өвөлттэй 21-65 насны 119 хүн хамрагдсан бөгөөд үүний 45 нь эрэгтэй (37.8%), 74 нь эмэгтэй (62.2%) дундаж нас 45.78±10.57 жил байлаа. Түүнчлэн эмчилгээний хугацаа 3-14 хоног байсан бөгөөд эмчилгээний дундаж хугацаа 6.98±1.99 хоног байгаа цай-архин засал эмчилгээ нь богино хугацаанд эмчилгээний нөлөөтэй байж болохоор байна. Судалгаанд хамрагдсан хүмүүсийн дундаж биеийн өндөр 167.50±9.24 см, биеийн дундаж жин 72.45±13.25 кг байсан ба дундаж БЖИ 25.93±4.97кг/м^2 байнв. (Хүснэгт 1)

Хүснэгт 1. Судалгаанд хамрагдагсдын ерөнхий мэдээлэл

Үзүүлэлт	Дундаж±стандарт хазайлт
Эмчилгээний хугацаа (хоног)	6.98±1.99
Биеийн өндөр (см)	167.50±9.24
Биеийн жин (кг)	72.45±13.25
БЖИ (см/кг^2)	25.93±4.97

Эмчилгээний өмнөх үетэй (5.25±0.98) харьцуулахад эмчилгээний дараах VAS оноо (1.55±1.08) буурч, статистикийн ач холбогдолтой (t=29.560, P<0.001) байв. Цай-архин засал эмчилгээ нь хүзүүний архаг өвдөлтийн үед өвдөлтийг бууруулах нөлөөтэй байна.

Өвдөлтийн эрчмийг Digital Algometer-р үнэлж үр дүнг тооцоход эмчилгээний өмнөх үетэй (929.83±188.59) харьцуулахад эмчилгээ хийлгэсний дараа өвдөлтийг мэдрэх түвшин (1463.03±74.07) нэмэгдсэн байгаа (t=-31.968, P<0.001) нь цай-архи засал нь өвдөлтийн намдаах үйлдэлтэй байна.

Хүзүүний чадвар алдалтыг NDI үнэлгээгээр хэмжихэд эмчилгээний өмнөх үетэй (10.53±2.81) харьцуулахад эмчилгээний дараах NDI (1.23±1.00) үзүүлэлт статистикийн ач холбогдол бүхий ялгаатайгаар буурсан (t=39.957, P<0.001) нь цай-архин засал нь хүзүүний чадвар алталтыг сайжруулах нөлөөтэй байна. Хүзүүний архаг өвдөлтийн үеийн цай-архин засал нь амьдралын чанарт үзүүлэх байдал (EQ-5D) нь эмчилгээний өмнөх үеийг (12.46±2.77) эмчилгээний дараах байдалтай харьцуулахад (5.25±0.49) статистикийн ач холбогдол бүхий бууруулж (t=29.914, P<0.001) байлаа.

Хэлцэмж: Орчин үеийн анагаах ухаанд хүзүүний хуян өвчнийг эмчлэхэд физик эмчилгээ, сэргээн засах эмчилгээ цаашлаад мэс заслын арга эмчилгээ

хийдэг.[16] Энэ нь үйлчлүүлэгчдэд санхүүгийн дарамт учруулж, удаан хугацаа, хүн хүч, материаллаг нөөц шаарддаг.[17] Судлаач Оргил (2022) нарын "Бүсэлхий нурууны завсрын дискийг эмчлэхэд цай, архины эмчилгээний үр дүнгийн талаарх ажиглалт"[18] болон "Цай, архины заслаар доод мөчдийн хуян өвчнийг эмчилсэн ажиглалт" судалгаагаар 30 наснаас 70 насны хүзүүний хуян эмгэгтэй 234 эмчлүүлэгчдэд өдөрт нэг удаа 7 хоногийн турш цай-архин засал хийхэд нийт эмчлүүлэгчдийн 20.09 хувьд нь өвдөлт намдсан, амьдралын чанарын үзүүлэлт 58.12% хувиар сайжирсан гэсэн дүгнэлт гарсан нь цай-засал эмчилгээ нь байрлалаас үл хамаарсан хуян эмгэгийн үед үр дүнтэй байна.[19] Бидний судалгааны арга аргачлал нь дээрх судлаачдын аргатай төстэй боловч үр дүнгийн хэмжүүр нь тухайлбал өвдөлтийн хүчийг VAS үнэлгээ дээр суурилж, өвдөлтийн эрчмийг Digital Algometer-р давхар баталгаажуулж үнэлсэн юм. Нөгөө талаар сэргээн засах анагаах ухааны салбарт хүзүүний архаг өвдөлтийн үеийн эмчилгээ нь өвдөлт намдаах олон төрлийн аппарат, дасгал хөдөлгөөн зэрэг байдаг бөгөөд цаашлаад орчин үеийн анагаах ухааны эмчилгээний аргуудыг уламжлалт анагаах ухааны засал эмчилгээний аргуудтай хослуулан өргөжүүлэн судлах шаардлага тавигдаж байна гэж үзэж байна.

Дүгнэлт: Монгол анагаах ухааны цай-архин засал эмчилгээ нь өвдөлтийн хүчийг бууруулах, өвдөлтийн эрчмийг мэдрэх чадварыг нэмэгдүүлснээр хүзүүний архаг өвдөлтийн үед өвдөлт намдаах нөлөөтэй байна.

Ном зүй:

1. *Côté P, Cassidy JD, Carroll L. The Saskatchewan Health and Back Pain Survey.The prevalence of neck pain and related disability in Saskatchewan adults. Spine 1998;23(15):1689-98*
2. *Hogg-Johnson S, van der Velde G, Carroll LJ, Holm LW, Cassidy JD, Guzman J, et al. The burden and determinants of neck pain in the general population: results of the Bone and Joint Decade 2000-2010 Task Force on Neck Pain and Its Associated Disorders. Spine 2008;33(4S):S39-51.*
3. *Borenstein DG. Management of neck pain: a primary care approach. Hosp Pract 98;33:147-50. 153-4, 160.*
4. *Guzman J, Hurwitz EL, Carroll LJ, Haldeman S, Côté P,Carragee EJ, et al. A new conceptual model of neck pain:linking onset, course, and care: the Bone and Joint Decade 2000-2010 Task Force on Neck Pain and Its Associated Disorders. Spine 2008;33(4S):S14-23.*
5. *Moyer CA, Rounds J, Hannum JW: A meta-analysis of massage therapy research. Psychol Bull 2004, 130:3.*
6. *Field T: Massage therapy. Med Clin North Am 2002, 86:163.*
7. *Lewis M, Johnson MI: The clinical effectiveness of therapeutic massage for 14. musculoskeletal pain: a systematic review. Physiotherapy 2006,92:146-158*
8. *Goats GC: Massage-the scientific basis of an ancient art: Part 1:the techniques. 9 Br J Sports Med 1994, 28:149-152*
9. *Б.Уул. Монгол анагаах ухааны уламжлалт заслын судлал. Өвөрмонголын их сургуулийн хэвлэлийн хороо. 2014.4 356-358.*
10. *Дэсрид.Санжаажамц. Хөх Бэндэряа. Өвөрмонголын шинжлэх ухааны техник мэргэжлийн хэвлэлийн хороо 2016.10 169.*
11. *Дэсрид.Санжаажамц. Хөх Бэндэряа. Өвөрмонголын шинжлэх ухааны техник мэргэжлийн хэвлэлийн хороо 2016.10 171.*
12. *Сүүн лин. орчуулан найруулсан. Дөрвөн рашаан. Өвөрмонголын ардын хэвлэлийн хороо. 2015. х226.*
13. *Б.Уул. Монгол анагаах ухааны өв үндэс хийгээд уламжлалт заслын арга зүйн судлал. Өвөр монголын хэвлэлийн бүлэглэл өвөр монголын шинжлэх ухаан техник мэргэжлийн хэвлэлийн хороо. 2015.8 154-155.*
14. *Д.Тунгалагтамир Бариа засал [М] УБ.2003. тал 8.*
15. *Сүүн лин. орчуулан найруулсан. Дөрвөн рашаан. Өвөрмонголын ардын хэвлэлийн хороо. 2015. х226.*
16. *Оюунцэцэг.Цолмон. Хятадын Монголын анагаах ухаан. 2022.1.137*
17. *Оргил.Хятадын үгсаатны анагаах ухааны сэтгүүл.25.5*
18. *Оюунцэцэг.china health care & nutrition.2013.01.58*
19. *Оюунцэцэг.Цолмон. Хятадын Монголын анагаах ухаан. 2022.1.138*

Results of external therapy with tea-alcohol on chronic neck pain

Chaolameng[1], Oyuntuya[2], Manduna[2], Lagshmaa B[1], Dorjbat S[3]

[1]International School of Mongolian Medicine, MNUMS
[2]Ordos Mongolian Medicine Hospital, Inner Mongolia, China
[3]Institute of Mongolian Traditional Medicine, MNUMS
E-mail: btd23e007@gt.mnums.edu.mn, Tel: +976-95133846

Background: In the clinical field, the combination of tea and alcohol, a key component of Mongolian medicine, has demonstrated practical success in treating chronic neck pain. This success is a strong foundation for our enthusiastic pursuit of further research.
Aim: To evaluate the results of Mongolian medicine tea-alcohol treatment for chronic neck pain.
Materials and Methods: The study was carried out by the clinical observation research method based on the Mongolian Medical Central Hospital of Mongolian National University of Medical Sciences and the Ordos Mongolian Hospital of Ordos province of Inner Mongolia, respectively. A total of 119 people with chronic neck pain participated in the study, and their pre-treatment and post-treatment pain intensity VAS assessment, pain intensity (Digital Algometer), quality of life questionnaire (EQ - 5D), and neck disability index NDI questionnaire were used to calculate the results.
Results: 119 cases were included in the study, of which 45 were men (37.8), 74 were women (62.2), aged 21-65, and the average age was 45.78±10.57 years. When pain intensity was assessed by VAS score, it decreased from 5.25±0.98 before treatment to 1.55±1.08 or 29.5 per cent after treatment with statistical significance (P<0.001). But pain intensity tolerance was 929.83±188.59 before and after treatment; it was 1463.03±74.07 or increased by 63.5 per cent (P<0.001). Neck Disability Index (NDI) decreased (1.23±1.00) post-treatment compared to pre-treatment (10.53±2.81) (P<0.001). It was observed that EQ-5D (5.25±0.49) decreased (P<0.001) compared to pre-treatment (12.46±2.77) and post-treatment quality of life indicators.
Conclusion: Mongolian medicinal tea-alcohol therapy is a compelling option for treating neck and spine pain. Its lack of side effects, low cost, and clinical significance make it effective in reducing pain, alleviating clinical symptoms, and enhancing quality of life.

Keywords: Mongolian medicine, Tea-alcohol, Disability, Pain, Intensity.