

Đánh giá tình trạng đau thắt lưng do thoái hóa cột sống trên bệnh nhân điều trị tại Khoa Lão khoa, Bệnh viện Châm cứu Trung ương

Assessment of patients with low back pain caused by degenerative spine at Geriatrics, Central Acupuncture Hospital

Nguyễn Đức Minh*,
Nguyễn Vinh Quốc**

*Bệnh viện Châm cứu Trung ương,
**Viện Y học cổ truyền Quân đội

Tóm tắt

Mục tiêu: Đánh giá tình trạng đau thắt lưng do thoái hóa cột sống và một số yếu tố liên quan. **Đối tượng và phương pháp:** 60 bệnh nhân tuổi từ 30 - 69, được chẩn đoán đau thắt lưng do thoái hóa cột sống, điều trị tại Khoa Lão khoa, Bệnh viện Châm cứu Trung ương từ tháng 3/2015 - 10/2016, không phân biệt giới tính, nghề nghiệp, tình nguyện tham gia nghiên cứu. Đánh giá đặc điểm chung các đối tượng nghiên cứu, mức độ đau theo thang điểm VAS, chất lượng cuộc sống theo Oswestry, đánh giá một số yếu tố liên quan tới đau và tình trạng lâm sàng tại cột sống thắt lưng. **Kết quả:** Nữ giới mắc bệnh chiếm tỷ lệ cao (65%), tuổi mắc bệnh trung bình $50,5 \pm 13,8$ năm với 43,3% mắc bệnh trên 6 tháng. 75% đối tượng là lao động phổ thông. Đau phần nhiều khởi phát mang tính chất từ từ và liên tục. Đau mức độ vừa và nặng chiếm 73,3%, đau cũng là nhân tố gây co cứng cơ vùng cột sống thắt lưng, hạn chế độ giãn cột sống thắt lưng và hạn chế tầm vận động cột sống thắt lưng. 75% được đánh giá chất lượng cuộc sống theo Oswestry ở mức độ trung bình và kém. Bệnh có liên quan rõ rệt với các yếu tố vận động, thời gian và yếu tố thay đổi thời tiết. **Kết luận:** Đau thắt lưng do thoái hóa cột sống gây ảnh hưởng nhiều tới chất lượng cuộc sống, lao động và sinh hoạt của người bệnh. Bệnh liên quan tới yếu tố tuổi, đặc điểm nghề, vận động và yếu tố thay đổi thời tiết.

Từ khóa: Đau thắt lưng, thoái hóa cột sống.

Summary

Objective: To evaluate the low back pain caused by degenerative spine and some related factors. **Subject and method:** 60 volunteered patients aging over 30 years old, which were diagnosed with low back pain caused by degenerative spine, treated at Geriatrics, Central Acupuncture Hospital from 2015 March to 2016 October; irrespective of occupation, gender. Generalizing the characterization of the patients, the pain score on the VAS scale, the quality of life according to the Oswestry Disability Index, assessed a number of factors related to the pain and clinical status in the lumbar spine. **Result:** The number of female suffered from the disease

Ngày nhận bài: 3/7/2018, ngày chấp nhận đăng: 5/8/2018

Người phản hồi: Nguyễn Đức Minh, Email: drminhchamcuu@gmail.com - Bệnh viện Châm cứu Trung ương

accounted for a high percentage (65%), the age average was 50.5 ± 13.8 years with 43.3% patients had the duration of illness over 6 months. 75% of the study group were common labors. Pain was more onset gradually and gradually. Moderate and severe pain made up to 73.3%, it was also the reason causing muscle spasm in the lumbar spine, restrain the lumbar spine and limit the range of lumbar spine. 75% of the objectives were evaluated with average and low level of living standard, according to Oswestry. The disease was strongly associated with movement, time and climate change factors. *Conclusion:* Low back pain caused by degenerative spine greatly affects the quality of work and life of patients. It was related to age, professional characteristics, movement and climate change factors.

Keywords: Low back pain, degenerative spine.

1. Đặt vấn đề

Đau thắt lưng do thoái hóa cột sống (THCS) là bệnh lý thường gặp, nghiên cứu năm 2010 tại Việt Nam cho thấy bệnh chiếm tỷ lệ 2% trong cộng đồng và chiếm 17% ở những người tuổi trên 60 [4]. Bệnh mang tính chất dai dẳng, dễ tái phát với biểu hiện lâm sàng cơ bản là đau, hạn chế vận động cột sống thắt lưng, gây ảnh hưởng nhiều tới sức khỏe, giảm khả năng học tập, lao động, ảnh hưởng tới chất lượng cuộc sống của người bệnh [3], [5].

Từ tháng 03/2015 đến tháng 10/2016, Khoa Lão khoa, Bệnh viện Châm cứu Trung ương đã tiếp nhận điều trị nhiều bệnh nhân đau thắt lưng do THCS. Để có cơ sở xây dựng phác đồ điều trị phù hợp, có hiệu quả, góp phần mang lại sức khỏe cho người bệnh. Nghiên cứu được thực hiện nhằm mục tiêu: *Đánh giá tình trạng đau thắt lưng do THCS và một số yếu tố liên quan.*

2. Đối tượng và phương pháp

2.1. Đối tượng

60 bệnh nhân (BN) tuổi 30 - 69, được chẩn đoán xác định đau thắt lưng do THCS giai đoạn cấp và bán cấp [5]. Không phân biệt giới tính, nghề nghiệp, tình nguyện tham gia nghiên cứu. Điều trị tại Khoa Lão khoa, Bệnh viện Châm cứu Trung ương từ tháng 03/2015 đến tháng

10/2016. Không đưa vào nghiên cứu những trường hợp rối loạn đông máu, suy gan, suy thận, lao, ung thư cột sống, BN đau thắt lưng nhưng không biểu hiện hình ảnh THCS trên phim X-quang.

2.2. Phương pháp

Nghiên cứu mô tả, phân tích, tổng hợp số liệu qua hồ sơ bệnh án BN đang điều trị tại Khoa Lão khoa, Bệnh viện Châm cứu Trung ương.

2.3. Chỉ tiêu theo dõi và đánh giá

Đặc điểm chung các BN nghiên cứu: Tuổi, giới tính, đặc điểm nghề nghiệp, thời gian mắc bệnh, tính chất khởi phát, tính chất đau.

Đánh giá mức độ đau và đánh giá chất lượng cuộc sống theo Oswestry:

Đánh giá mức độ đau theo thang điểm VAS (Visual Analog Scales), phân thành các mức độ: Không đau, đau nhẹ, đau vừa, đau nặng [7].

Đánh giá chất lượng cuộc sống theo Oswestry, phân thành các mức độ: tốt, khá, trung bình, kém [9].

Một số yếu tố liên quan tới đau thắt lưng do THCS: Đau có (không) liên quan tới vận động, đau tăng (không tăng) về đêm, đau có (không) liên quan yếu tố thời tiết.

Tình trạng lâm sàng tại vùng cột sống thắt lưng: Tình trạng có (không) co cơ cạnh sống vùng thắt lưng. Đo độ giãn cột sống thắt lưng bằng nghiệm pháp Schober, phân thành các mức độ:

Tốt, khá, trung bình, kém. Đánh giá tầm vận động cột sống thắt lưng (đo độ uốn ngửa, độ nghiêng, độ gấp của cột sống), phân thành các mức độ: Tốt, khá, trung bình, kém [5], [7].

Số liệu thu thập được xử lý bằng phần mềm thống kê y học SPSS 16.0 for Windows. Sử dụng các thuật toán tính tỷ lệ phần trăm, tính số trung bình, độ lệch chuẩn.

2.4. Xử lý số liệu

3. Kết quả

3.1. Đặc điểm chung các bệnh nhân

Bảng 1. Đặc điểm chung các bệnh nhân nghiên cứu

Chỉ tiêu	Số lượng	Tỷ lệ %
Tuổi	30 - 39	12
	40 - 60	36
	> 60	12
	Tuổi trung bình (năm; $\bar{X} \pm SD$): 50,5 $\pm$ 13,8	
Giới tính	Nam	21
	Nữ	39
Nghề nghiệp	Lao động trí óc	15
	Lao động phổ thông	45
Thời gian mắc bệnh	< 1 tháng	03
	1 - < 3 tháng	11
	3 - < 6 tháng	20
	$\geq$ 6 tháng	26
Tính chất khởi phát	Đột ngột	10
	Từ từ	50
Tính chất đau	Liên tục	45
	Không liên tục	15

Tuổi trung bình các đối tượng nghiên cứu là 50,5 $\pm$ 13,8 (năm), trong đó nhóm tuổi dưới 60 chiếm tỷ lệ cao (60%). Về giới tính, nữ giới chiếm 65%. Phần lớn đối tượng đau thắt lưng do THCS là lao động phổ thông (75%). Đa số bệnh nhân đau thắt lưng do THCS có thời gian mắc bệnh $\geq$ 6 tháng (43,3%). Có tới 83,3% đối tượng khởi phát đau từ từ, 75% đối tượng nghiên cứu xuất hiện triệu chứng đau mang tính chất liên tục.

3.2. Mức độ đau, kết quả đánh giá chất lượng cuộc sống và các triệu chứng lâm sàng tại vùng cột sống thắt lưng

Bảng 2. Mức độ đau và kết quả đánh giá chất lượng cuộc sống theo Oswestry

Chỉ tiêu	Số lượng	Tỷ lệ %
Mức độ đau theo VAS	Không đau	0
	Đau nhẹ	16
	Đau vừa	37
	Đau nặng	07
Chất lượng cuộc sống theo Oswestry	Tốt	0
	Khá	15
	Trung bình	39

	Kém	6	10,0
--	-----	---	------

Tất cả các đối tượng tới khám và điều trị đều xuất hiện triệu chứng đau ở các mức độ khác nhau, trong đó đau vừa và nặng chiếm tỷ lệ lớn với 73,3%. Đau cũng là nhân tố gây ảnh hưởng nhiều tới chất lượng cuộc sống, lao động và sinh hoạt của người bệnh với tỷ lệ 75% đối tượng nghiên cứu được đánh giá chất lượng cuộc sống mức độ trung bình và kém.

Bảng 3. Tình trạng lâm sàng tại vùng cột sống thắt lưng

Chỉ tiêu		Số lượng	Tỷ lệ %
Tình trạng cơ cơ cạnh sống vùng thắt lưng	Có	47	78,3
	Không	13	21,7
Độ giãn cột sống thắt lưng (Nghiệm pháp Schober)	Tốt	0	0,0
	Khá	17	28,3
	Trung bình	39	65,0
	Kém	04	6,7
Tầm vận động cột sống thắt lưng	Tốt	0	0,0
	Khá	14	23,3
	Trung bình	35	58,3
	Kém	11	18,3

Biểu hiện cơ cứng cơ vùng cột sống thắt lưng khi khám lâm sàng trên các đối tượng chiếm tỷ lệ cao (78,3%). Độ giãn cột sống thắt lưng đánh giá dựa trên nghiệm pháp Schober loại trung bình và kém chiếm 71,7%. Tầm vận động cột sống thắt lưng đánh giá mức độ trung bình và kém chiếm tỷ lệ cao (77,6%).

3.3. Một số yếu tố liên quan

Bảng 4. Một số yếu tố liên quan tới đau thắt lưng do thoái hóa cột sống

Yếu tố liên quan		Số lượng	Tỷ lệ %
Đau tăng khi vận động	Có	37	61,7
	Không	23	38,3
Đau nhiều về đêm	Có	36	60,0
	Không	24	40,0
Đau liên quan yếu tố thời tiết	Có	48	80,0
	Không	12	20,0

61,7% đối tượng đau tăng khi vận động. Đau nhiều về đêm gặp ở 60,0% BN trong nghiên cứu. Đau thắt lưng do THCS cũng liên quan nhiều tới yếu tố thay đổi thời tiết với tỷ lệ trong nghiên cứu gặp 80%.

4. Bàn luận

4.1. Về đặc điểm chung các đối tượng

Tuổi trung bình của các BN trong nghiên cứu $50,5 \pm 13,8$ (năm). Trong đó, độ tuổi dưới 60 chiếm tỷ lệ cao (80%). Điều này cho thấy thoái hóa cột sống thắt lưng thường gặp ở những đối

tượng đang trong độ tuổi lao động, kết quả này phù hợp với nghiên cứu của một số tác giả Lưu Thị Hà (2011), Lê Thành Xuân (2015) [3], [8]... Theo Y học cổ truyền, ở độ tuổi trên 40 chính khí của cơ thể con người bắt đầu giảm sút: Thận khí kém dần, thiên quý kiệt, công năng của các tạng phủ có chiều hướng suy giảm do đó ở lứa tuổi này bệnh tật dễ phát sinh [2]. Điều cần lưu ý trong nghiên cứu là tỷ lệ BN dưới 40 tuổi mắc bệnh chiếm 20%, chứng tỏ đau thắt lưng do THCS có xu hướng trẻ hóa, do vậy điều trị và điều trị dự phòng đối với bệnh lý này là vấn đề cần được quan tâm.

Về giới, trong nghiên cứu có tới 65% đối tượng là nữ giới. Tỷ lệ này phù hợp với kết quả nghiên cứu của một số tác giả [3], [8]... Các nghiên cứu đều cho rằng tỷ lệ nữ đau thắt lưng do THCS nhiều hơn nam do sự thay đổi hormon, đặc biệt sự thiếu hụt estrogen sau mãn kinh, mặt khác cũng có thể do phụ nữ có ý thức quan tâm tới sức khỏe bản thân hơn nên tới khám và điều trị ngay khi mới xuất hiện triệu chứng bệnh [1].

Về nghề nghiệp, có 75% là lao động phổ thông, đây là những đối tượng thường xuyên mang vác, kéo đẩy vật nặng không đúng tư thế hoặc mang vác nặng từ khi khung xương chưa được định hình và hoàn thiện khiến cột sống thắt lưng bị tổn thương, cấu trúc cột sống bị thay đổi, mô xương, cơ và dây chằng bị biến đổi và dễ bị thoái hóa. Kết quả này phù hợp với nhận định của Trần Ngọc Ân (2002), Nghiêm Hữu Thành (2007), Hồ Hữu Lương (2012) - thoái hóa khớp trong đó thoái hóa cột sống thắt lưng là một bệnh mạn tính xảy ra ở mọi thành phần của xã hội [1], [5], [6].

Về thời gian mắc bệnh, có tới 43,3% BN có thời gian mắc bệnh trên 6 tháng và 75% đối tượng nghiên cứu xuất hiện triệu chứng đau mang tính chất liên tục. Kết quả này cho thấy đau thắt lưng do THCS là một bệnh lý mang tính chất mạn tính dai dẳng, gây ảnh hưởng nhiều tới chất lượng cuộc sống của người bệnh [1], [4], [5]. Mặt khác, trong số các BN nghiên cứu có tới 83,3% đối tượng khởi phát đau từ từ, lúc đầu

thường chỉ là cảm giác mỗi vùng thắt lưng sau vận động, sau đó tình trạng đau mỗi xuất hiện thường xuyên và kéo dài nên cơ thể cũng thích ứng dần với trạng thái đau đó. Người bệnh vẫn cố chịu đựng hoặc do ngại không đi khám và điều trị tại các cơ sở y tế có uy tín mà tự mua thuốc điều trị hoặc điều trị tại cơ sở y tế khác nhưng không kết quả. Điều này thể hiện đau thắt lưng do THCS chưa thực sự nhận được quan tâm đúng mức của bản thân người bệnh, do vậy việc tăng cường giáo dục cộng đồng đối với bệnh lý này là hết sức cần thiết và có ý nghĩa.

4.2. Về mức độ đau, kết quả đánh giá chất lượng cuộc sống và các triệu chứng lâm sàng tại vùng cột sống thắt lưng

Đau là một cơ chế bảo vệ cơ thể, là dấu hiệu cảnh báo về những vấn đề bất ổn đối với sức khỏe con người. Cảm giác đau xuất hiện tại một vị trí nào đó khi bị tổn thương tạo nên một đáp ứng nhằm loại trừ tác nhân gây đau [3], [5]. Đau cũng là triệu chứng chính khiến bệnh nhân phải nhập viện điều trị. Kết quả nghiên cứu cho thấy có tới 73,3% BN đau thắt lưng do THCS ở mức độ vừa và nặng.

Đau vùng thắt lưng sẽ gây phản ứng co cơ tại chỗ vùng thắt lưng, khi cơ co thì lại đau tăng, đây là vòng xoắn bệnh lý [4]. Đau kết hợp tình trạng co cứng khối cơ cạnh sống sẽ gây hạn chế tầm vận động cột sống thắt lưng, đặc biệt ảnh hưởng tới độ giãn cột sống thắt lưng. Kết quả trong nghiên cứu cũng trùng hợp với nhận định của nhiều tác giả khác [1], [3], [5], [8]. Đau cũng là nhân tố gây ảnh hưởng nhiều tới chất lượng cuộc sống, lao động và sinh hoạt của người bệnh, có tới 75% đối tượng trong nghiên cứu được đánh giá chất lượng cuộc sống theo Oswestry ở mức độ trung bình và kém. Do vậy việc giải quyết nhanh chóng và có hiệu quả đối với triệu chứng đau trong thoái hóa cột sống thắt lưng là vấn đề đầu tiên người thầy thuốc cần thực hiện [3].

4.3. Về một số yếu tố liên quan tới đau thắt lưng do thoái hóa cột sống

Kết quả nghiên cứu cho thấy 61,7% BN đau tăng khi vận động hoặc lao động thể lực nặng. Kết quả này cũng phù hợp với nhận định của một số nghiên cứu về ảnh hưởng của lao động đối với thoái hóa khớp nói chung trong đó có thoái hóa cột sống thắt lưng, quá trình lao động tùy theo mức độ nặng hay nhẹ đều tạo những áp lực lên hệ cơ - xương - khớp dẫn tới đau [1], [3].

Có tới 60% BN đau nhiều về đêm, điều này có thể giải thích là thời điểm về đêm, nhiệt độ môi trường giảm kết hợp với người bệnh ở vào giai đoạn nghỉ ngơi không (ít) vận động nên thường có tình trạng co mạch, giảm nuôi dưỡng tại tổ chức dẫn tới thiếu dưỡng tại vùng thoái hóa vốn có những tổn thương chèn ép mạch máu và thần kinh gây hiện tượng đau nhiều hoặc tăng lên... [3], [4], [5].

80% BN đau thắt lưng do THCS có liên quan tới thay đổi thời tiết. Khi thời tiết thay đổi sẽ có những biến đổi về nhiệt độ, độ ẩm... gây nên những tác động tới cơ thể con người. Những BN đau thắt lưng do THCS trong nghiên cứu đều ở độ tuổi trên 40 (80%), khả năng thích ứng kém với điều kiện thay đổi thời tiết làm cho triệu chứng đau tăng. Kết quả này cũng phù hợp với kết quả của một nghiên cứu về ảnh hưởng của thời tiết đối với thoái hóa khớp [1], [3].

5. Kết luận

Từ những kết quả nghiên cứu, chúng tôi rút ra một số kết luận:

Đau thắt lưng do thoái hóa cột sống là bệnh lý gặp nhiều ở nữ giới. Tuổi càng lớn thì tỷ lệ mắc càng cao, tuổi trung bình $50,5 \pm 13,8$. Đau là triệu chứng gây ảnh hưởng nhiều tới chất lượng cuộc sống, lao động và sinh hoạt của người bệnh. Các biểu hiện lâm sàng khác thường gặp

là co cơ vùng cột sống thắt lưng, hạn chế độ giãn cột sống thắt lưng và hạn chế tầm vận động cột sống thắt lưng.

Đau thắt lưng do thoái hóa cột sống có liên quan tới đặc điểm nghề, yếu tố vận động, thời gian ngày đêm và yếu tố thay đổi thời tiết.

Tài liệu tham khảo

1. Trần Ngọc Ân (2002) *Bệnh thấp khớp - Đau vùng thắt lưng*. Nhà Xuất bản Y học, Hà Nội.
2. Trần Quốc Bảo (2010) *Lý luận cơ bản Y học cổ truyền*. Nhà Xuất bản Y học, Hà Nội.
3. Lưu Thị Hà (2011) *Nghiên cứu thực trạng đau thắt lưng ở công nhân nhà máy luyện thép Thái Nguyên và áp dụng một số biện pháp can thiệp*. Luận án Tiến sĩ Y học, Đại học Y Thái Nguyên.
4. Nguyễn Thị Ngọc Lan (2010) *Bệnh học cơ xương khớp nội khoa*. Nhà Xuất bản Y học, Hà Nội, tr.138-163, 363-365.
5. Hồ Hữu Lương (2012) *Đau thắt lưng và thoát vị đĩa đệm*. Nhà Xuất bản Y học, Hà Nội.
6. Nghiêm Hữu Thành (2007) *Thoái hóa khớp theo Y học cổ truyền*. Hội thảo khoa học thông tin mới về chẩn đoán và điều trị thoái hóa khớp, tr. 11-20.
7. Nguyễn Minh Thu (2013) *So sánh một số thang điểm lâm sàng đánh giá mức độ nặng của bệnh lý thoát vị đĩa đệm cột sống thắt lưng*. Luận văn Thạc sĩ y học, Học viện Quân y.
8. Lê Thành Xuân (2015) *Tác dụng cải thiện tầm vận động cột sống thắt lưng của điện trường châm kết hợp bài Thân thống trực ứ thang*. Tạp chí Y học Việt Nam, 430(1), tr. 41-44.
9. Faibank JG, Davies JB (2000) *The Oswestry low back pain disability questionnaire*. Physiotherapy, 66: 71-73.