Đông y trị đau thần kinh tọa

Dây thần kinh tọa là một dây thần kinh dài nhất cơ thể, trải dài từ phần dưới thắt lưng đến tận ngón chân. Dây thần kinh tọa chi phối các động tác của chân, góp phần làm nên các động tác đi lại, đứng ngồi của cơ thể.

Đau dây thần kinh tọa có thể gặp ở mọi lứa tuổi, nhiều nhất là lứa tuổi 30 – 60, nam mắc nhiều hơn nữ. Mang vác và lao động nặng ở tư thế sai, gò bó, rung xóc, chấn thương, các động tác thay đổi tư thế đột ngột… là yếu tố thường xuyên nhất làm khởi phát bệnh. Ngoài ra, yếu tố tâm lý cũng đóng vai trò nhất định thúc đẩy xuất hiện và tái phát bệnh thần kinh tọa.

Theo y học cổ truyền, đau thần kinh tọa có các thể bệnh khác nhau với nguyên nhân, triệu chứng riêng và điều trị bằng bài thuốc như sau:

1. Thể phong hàn

Triệu chứng: Đau thần kinh tọa. Đau vùng thắt lưng lan xuống mông, sau đùi, cẳng chân, đi lại khó khăn, chưa teo cơ. Toàn thân sợ lạnh, rêu trắng, mạch phù.

Phép trị: Khu phong tán hàn, hành khí hoạt huyết.

Bài thuốc: tế tân 8g, cẩu tích 6g, quế chi 8g, thiên niên kiện 12g, ngải cứu 8g, chỉ xác 8g, trần bì 8g, ngưu tất 12g, kê huyết đằng 12g, xuyên khung 12g, độc hoạt 12g, phòng phong 8g, uy linh tiên 12g, đan sâm 12g.

2. Thể thấp nhiệt

Triệu chứng: Đùi đau buốt, có cảm giác nóng, tiểu tiện vàng dắt, rêu vàng, mạch hoạt sác.

Phép trị: Thanh nhiệt giải độc làm chính, phụ thêm sơ phong, thông lạc.

Bài thuốc: hoàng bá 12g, xương truật 12g, phòng kỉ 12g, xuyên khung 12g, ngưu tất 12g.

Thấp nhiệt nặng gia quy bản: hi thiêm 10g, nhân trần 12g, uy linh tiên 10g, ngũ gia bì 10g, trạch tả 12g, bạch thược 12g.

3. Thể ứ huyết:

Triệu chứng: Lưng đùi đau mạnh, co duỗi khó khăn, đau ở một nơi cố định, chườm nóng giảm đau, rêu lưỡi trắng, mạch khẩn.

Phép trị: Hoạt huyết, khứ ứ, thông kinh lạc, chỉ thống.

Bài thuốc: ngưu tất 10g, hoàng bá 12g, ý dĩ 20g, xuyên khung 12g, mộc qua 12g, tế tân 6g, xương truật 10g, độc hoạt 15g, thổ miết trùng 10g, tang ký sinh 15g, dâm dương hoắc 30g, kê huyết đằng 30g, thân cam thảo 30g.

Các bài thuốc trên sắc uống ngày 1 thang. Chia uống 3 lần trong ngày sau khi ăn 1 giờ, uống thuốc khi còn ấm. Nếu nguội, hãm lại cho nóng hoặc cho thêm chút nước sôi.