

中药熏蒸与中医护理对治疗膝关节炎的疗效观察

王明雅 王良英 周若冰

江苏省宿迁市中医院骨伤一科 江苏宿迁 223800

摘要：目的：观察中药熏蒸治疗滑膜炎的疗效，方法：在科室中选取 2020 年 5 月- 2021 年 5 月 60 例骨性关节炎患者，按随机数字表法分为 2 组各 30 例。其中 30 例患者采用常规护理作为对照组，另 30 例患者在常规护理基础上使用中医熏洗和中医护理作为观察组。观察 2 组患者膝关节炎护理效果、预后情况以及对护理满意度情况结果：WOMAC 评分经统计学分析，对照组在改善疼痛、僵硬及日常活动度方面要好于观察组；在疗效方面对照组临床治愈 4 例，显效 9 例，有效 8 例，无效 9 例，总有效率 70%；而观察组临床治愈 6 例，显效 14 例，有效 6 例，无效 4 例，总有效率 86%，两组差异具有统计学意义。结论：中药熏蒸治疗膝骨关节炎可提升该病治疗效果，缓解患者疼痛，促进其膝关节功能恢复^[1]。

关键词：膝骨关节炎；中药熏蒸；关节功能；中医护理

膝关节骨性关节炎是目前骨科临床较为常见的疾病，其以关节疼痛、肿胀、僵硬、关节畸形、活动受限为临床表现，目前大多数患者在治疗过程中不够重视，错过了最佳的治疗时机，而且患者集中在中老年人群体，以女性发病为主^[3]，在 60 岁以上发生率高达 36%^[3]。临床上治疗膝关节炎主要以药物及非药物治疗为主，目前临床针对 koa 病情初期更倾向于选择保守或微创治疗，本文对膝关节炎患者进行中医熏蒸和中医护理。中医在治疗关节疾病方面有着悠久的历史，中药熏蒸作为中医外治的一种方法具有局部治疗作用强、安全且无明显不良反应等特点。中药熏蒸是利用熏蒸治疗仪，借助药力和热力的作用，使药气渗透到穴位，达到疏通经络、活血化瘀、调节机体阴阳平衡的目的^[2]，2020 年 5 月—2020 年 5 月我们采用中药熏蒸治疗膝关节炎取得良好疗效，现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2020 年 5 月至 2020 年 5 月 60 例膝关节炎患者，根据随机分配原则，分为对照组、观察组，对照组男 16 例，女 14 例，观察组男 19 例，女 11 例，年龄 48~75，平均 (68.57±3.6) 岁，病程 1-3 年。所有病例中病程最短 8 月，最长 32 月，平均 12.5 个月。上述患者均符合诊断标准，且两组患者在性别、年龄、病程等方面比较，差异无统计学意义，具有可比性。整个研究过程，患者及其家属均签署知情同意书，两组患者的性别、年龄、病程等因素使用统计学处理后差异无统计学意义 ($P>0.05$)。

1.1.1 纳入标准：

(1) 诊断为骨性关节炎患者；(2) 意识清楚，无沟通 / 语言障碍；(3) 临床资料完整，方便追踪随访；(4) 对本研究知情同意；(5) 疼痛评分 ≤ 7 分；(6) 近 1 个月未接受过膝关节相关治疗者；(7) 无中药过敏史或过敏体质者；(8) 能按疗程完成治疗者；(9) 患者长期有膝关节疼痛症状，活动关节时存在骨擦感，骨性膨大；(10) 患者晨僵在半小时以内。

1.1.2 排除标准：

不符合膝骨性关节炎诊断标准；(2) 皮肤条件不能进行中药熏洗患者；(3) 合并有心脑血管、肝、肾和造血系统等严重

原发性疾病；(4) 膝关节退变严重需行关节置换术的患者；(5) 未按照治疗方案用药或中途中断治疗 (6) 有中药过敏史或过敏体质者。

1.2 治疗方案

1.2.1 对照组：

患者给予常规护理，其内容包括：制定康复训练计划，通过不同部位的锻炼，在护士指导下进行康复。

1.2.2 观察组：

采用中药熏蒸，使用宿迁市中医院院内制剂中药熏蒸治疗，两组均在治疗 1 个月后进行相关指标的比较与分成。中药组成：伸筋草 15g，透骨草 15g，苏木 20g，海桐皮 20g，艾叶 30g，红花 30g，桂枝 20g，鸡血藤 15g。将中药放入中药熏蒸仪器中，加入 2L 水，预热药液后，熏蒸患处，每日熏蒸 2 次，每次 30 分钟，一个疗程为 7 天。中医护理采用情志护理、疼痛护理、中医按摩、功能锻炼、生活指导等方案。

1.3 效果观察

1.3.1 经 1 个疗程治疗后，采用 WOMAC (膝关节骨性关节炎自评量表)^[4] 对患者病情严重程度进行评价，包括疼痛、肿胀、日常活动能力 3 项指标，视觉模拟疼痛评分法 (VAS) 评估，0 分无疼痛，10 分表示剧痛难以忍受。2) 肿胀程度评分：0 分为无症状，1 分为皮肤纹理有所改变，2 分为明显肿胀，皮肤纹理不明显，3 分为严重肿胀，皮肤紧绷，骨标志消失。利用 Majeed 评分系统评估关节功能，包括工作能力 (20 分)、疼痛 (30 分)、站立 (36 分)、功能 (4 分) 和坐立 (10 分)，共 100 分，分数与关节功能正相关^[5]，优：症状消失，关节可正常活动；良：症状显著改善，关节可正常活动；中：症状有改善，关节活动有好转；差：症状与关节活动无变化。

1.4 评价标准

临床治愈：膝痛、肿胀完全消失，行走及上下楼梯无不适感；(2) 显效：静息无膝痛，无肿胀，偶有活动时疼痛，行走时元疼痛，不影响工作及生活；(3) 有效：膝痛时发时止，行走时仍有轻度疼痛，上下楼稍感不便，关节活动稍受限；(4) 无效：膝痛、肿胀及活动时疼痛无明显改善。

1.5 统计学分析

60 例膝关节炎患者研究资料均采用 SPSS25.0

软件分析, WOMAC 评分 ($\bar{x} \pm s$) 采用 F 检验, 疗效 (%) 采用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 提示组间数据差异显著。

3 治疗结果

3.1 患者临床效果比较见表 1。

表 1 两组临床效果比较

组别	例数	临床治愈	显效	有效	无效	总有效率 (%)
对照组	30	4	9	8	9	70
观察组	30	6	14	6	4	86

3.2 患者治疗前后膝关节疼痛 (VAS)、肿胀、功能障碍评分的比较 见表 2。

表 2

组别	时间	疼痛	肿胀	功能障碍
对照组 (30 例)	治疗前	5	2	52
	治疗后	3	1	60
观察组 (30 例)	治疗前	5	2	52
	治疗后	2	1	70

4 结论

骨性关节炎是临床发病率较高的骨科疾病之一, 其症状为关节疼痛和肢体活动受限等, 需要进行个体化治疗^[6]。目前临床针对骨性关节炎患者治疗以减轻关节疼痛、改善关节功能为主要原则, 常规采用药物治疗缓解疼痛, 但是药物治疗不良反应较多, 缺乏安全性; 而中药熏蒸治疗是用中药进行局部熏蒸, 借助蒸汽促进局部血管扩张、加速血液循环^[7], 以达到治疗疾病的目的, 我科通过对 60 例骨性关节炎患者进行中药熏蒸治疗与常规药物治疗进行临床疗效比较, 总结出中药熏蒸治疗能够有效减轻患者膝关节疼痛和肿胀, 改善膝关节功能, 是治疗膝关节骨性关节炎的有效方法。中药熏蒸方剂中含有多种中药药材, 伸筋草透骨草具有舒经活络、祛风散寒的功效; 艾叶具有温经止血、散寒止痛的功效; 红花、

鸡血藤和具活血通经、散风止痛的功效; 苏木具有活血通络、祛瘀止痛的功效; 海桐皮具有祛风除湿、通络止痛的功效; 桂枝具有温经散寒的功效。中药熏蒸通过药力和热力的双重功效, 达到促进局部血液循环、加速炎性物质吸收和缓解肌肉痉挛、减轻疼痛等功效。中药熏蒸联合中医护理明显地减轻了膝关节疼痛, 改善了膝关节功能, 提高了临床疗效; 同时有效促进了护患关系, 明显地提升了护理满意度。

所以, 本次研究的中药熏蒸法和中医护理治疗膝骨性关节炎疗效确切, 能有效改善患者疼痛肿胀症状及提高患者的生活质量。因此在膝骨性关节炎的治疗中, 中医护理操作配合中药熏蒸具有确切的疗效和显著的优势, 比较适合进行临床推广应用。

参考文献

[1] 有明, 张慧芳, 郭峰. 中药熏蒸治疗膝骨关节炎 41 例疗效观察[J]. 中医药临床杂志, 2018, 30(10):1898-1900.
 [2] 王媛, 应顺超, 梁叔勇, 等. 中药除痹止痛方熏洗治疗膝骨性关节炎的疗效分析[J]. 中国中医药科技, 2021, 28(1):135-137.
 [3] 薛明琴. 中药熏蒸联合中医护理治疗膝骨性关节炎临床观察[J]. 光明中医, 2021, 36(10):1704-1707.
 [4] 林璐璐, 孙宁, 王雪蕊, 等. 膝关节骨性关节炎常用评价量表的比较与分析[J]. 中国疼痛医学杂志, 2018, 24(2):135-139.
 [5] 李美翠. 中药熏蒸治疗骨性关节炎的护理[J]. 中外女性健康研究, 20234(2):135-139.
 [6] 李萍, 邹桂花, 张亚芬. 中药熏蒸结合推拿手法在膝关节骨性关节炎膝关节置换术后护理中的应用价值[J]. 中西医结合研究, 2019, 11(02):107-109.
 [7] 马晓花, 王钢, 王丽琴. 中药熏蒸治疗风湿病方面的临床研究进展[J]. 内蒙古中医药, 2016, 35(14):155-156.