

# 艾灸治疗老年性膝骨性关节炎疼痛护理观察

杨帆

山西白求恩医院, 中国·山西 太原 030032

**【摘要】**目的: 分析老年性膝骨性关节炎是使用艾灸进行在治疗的临床效果。方法 将本院接受治疗的110名患有膝骨性关节炎的病人平均分为研究组和参照组, 施以不同的治疗方法, 研究组在药物治疗的前提下配合使用艾灸, 参照组病人仅使用药物进行治疗, 两组病人治疗前后均通过VAS以及HSS疼痛评估, 比较两组病人治疗效果。结果: 经过为期一周的治疗以后, 研究组病人疼痛及临床症状均较治疗前有明显改观, 同时治疗效果优于参照组, 两组对比数据( $P < 0.05$ )。结论: 老年人罹患膝骨性关节炎在治疗过程中融合艾灸能够有效改善病人疼痛情况, 提升关节活动灵活性。

**【关键词】**老年膝骨性关节炎; 艾灸; 疼痛护理

常见的关节疾病就是骨关节炎(osteoarthritis, OA), 主要特征就是关节软骨变形、骨质增生及损伤, 临床又将该病称为退行性关节病、骨关节病等, 发病几率会随着年龄增加而提高, 尤其是中老年群体, 超过60岁罹患此病的几率大约为50%, 年龄超过75岁者患病几率超过80%, 同时存在50%的致残率。临床方面较为多见的是膝骨关节炎(knee osteoarthritis, KOA), 对老年人的生活造成极大不便, 西医治疗多以非甾体类口服药物、关节置换、软骨保护剂以及微创手术等方式进行治疗。不过因为存在很对不良反应, 同时治疗费用高昂, 并且对病人机体造成极大损伤, 所以很多得到病人认可。中医领域常以艾灸进行治疗, 该方法的主要优点就是方便、价廉。逐渐受到病人广泛关注。本科室于2010年开始在膝骨关节炎的药物治疗过程中应用艾灸疗法, 报道详情如下:

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

参与本次研究的110名病人中包含女性病人43人, 男性病人67人, 最低年龄为56岁, 最高年龄为73岁, 病程在4个月至4年之间。所有参与者均为保守治疗, 未实施手术。其中包含轻症病人42名, 重症病人68名, 通过平均分配的方式分为研究组和参照组。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 治疗

参照组病人仅使用常规药物治疗, 研究组病人在药物治疗基础上联合艾灸进行治疗。

首先检查及评估病人情况, 向病人讲解治疗过程以提升病人依从性。根据病人情况选择艾灸位置, 主要为血海、梁丘以及委中、犊鼻和膝眼等穴位。指导病人采取舒适体位, 根据选择的穴位合理施灸, 一般艾灸时间以半小时为宜, 结束后为病人清洁皮肤, 并嘱咐相关注意事项。

#### 1.2.2 护理

艾灸过程应该注意病人保暖情况, 温度的掌握以病人耐受程度为主, 温度太高容易出现烫伤情况, 温度太低无法保证治疗效果, 以病人感觉舒适为宜。老年人感知能力较差, 操作人员应该严格掌握温度控制情况, 同时应该避免艾灰对病人造成烫伤, 并且需要主要穴位的正确选择。

### 1.3 观察指标

观察病人经过治疗以后疼痛改善情况及膝关节恢复情况, 总分为10分, 病人痛感越轻时评估值越低; 凭借HSS评估表评估病人膝关节功能恢复情况, 评估总值为100分, 病人恢复情况良好时评估值越高。

### 1.4 统计学处理

通过软件SPSS20.0针对本次研究数据实施统计学分析, 计量资料用( $\bar{x} \pm s$ )表示, 行t检验, 分析结果 $P < 0.05$ 代表本次研究具有统计学意义。

## 2 结果

两组病人治疗前VAS以及HSS评估数据无明显差异( $P > 0.05$ ), 常规组病人使用常规的药物治疗, 参照组病人在药物治疗基础上融合艾灸, 经过一段时间治疗以后, 两组病人VAS以及HSS评估值均较治疗前有所改善, 但研究组治疗效果更为显著, 详情见表1:

表1 两组病人治疗前后VAS评估对比

分组	人数	VAS		HSS	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
研究组	55	5.42±1.31	3.23±1.08	70.68±4.05	83.02±2.15
常规组	55	5.38±1.33	4.21±1.02	70.71±4.12	79.32±2.13
t值	-	0.1589	4.8924	0.0385	9.0667
P值	-	0.874	<0.05	0.9694	<0.05

## 3 讨论

相关研究结果显示, 膝骨性关节炎是膝关节退行性病变的一种, 病情可能随着病人年龄的增加而逐渐严重, 病人长在活动过程中产生膝关节疼痛、酸痛等症状, 对其日常生活造成严重困扰, 甚至使病人膝关节出现严重畸形或者造成肢体残疾, 所以应该及时给予有效干预。另外, 中医学提出, 膝骨性关节炎和病人自身肝肾亏虚有很大关联<sup>[1]</sup>。中医理论认为造成膝关节风湿、麻痹的主要因素在于风寒湿邪入侵病人机体, 而产生的淤血则为病情发展的产物。该病在中医领域属于“骨痹”, 《黄帝内经》有云: “病在骨, 骨重不可举, 骨髓酸痛, 寒气至, 名曰骨痹”, 同时中医认为骨病与肝肾失养、筋骨失调、淤血凝滞有关, 可基于“本虚标实”的原则进行治疗。而艾灸能够调理病变部位体温及血液循环情况, 提升病人机体抗病能力, 起到活血、化瘀、消炎的作用<sup>[2]</sup>。本次研究结果显示, 在膝骨性关节炎病人使用药物治疗的同时结合艾灸进行治疗, 能够有效改善病人疼痛程度及关节功能恢复情况, 因此说明艾灸配合药物能够有效治疗老年性膝骨性关节炎。

总而言之, 通过大量研究得出结论, 艾灸对于老年性膝骨性关节炎的治疗具有积极作用, 是治疗该病最直接有效的方式之一, 不过其治疗机理尚不明确。比方, 通过研究发现, 尽管病人通过治疗使临床症状得到缓解, 不过骨质增生情况尚没有得到改善。由此表明, 艾灸虽然对关节软组织的炎性反应或者水肿情况有很好的疗效, 但是对于软骨的病变及纤维化是否有环节作用, 仍需后续进行大量研究。

## 参考文献:

- [1]王芳,付静.艾灸配合膝关节康复训练对老年退行性膝骨性关节炎患者的临床及心理康复效果[J].心理月刊,2021,16(16).
- [2]胡秋生.毫针针刺对老年性膝骨性关节炎患者生活能力与质量的影响及效应机制研究.河北省,河北以岭医院,2020-12-18.