

中药熏洗对类风湿关节炎疼痛疗效观察及护理

李俊

(云南省中医医院滇池院区 云南 昆明 650228)

【摘要】目的:对类风湿关节炎的患者实施中药熏洗,分析对缓解患者疼痛的效果以及具体的护理措施。方法:从2022年1月到2022年12月期间医院收治的类风湿关节炎的患者中抽选87例,并将其分为观察组与参照组。参照组患者进行常规用药治疗的护理,观察组患者则在常规用药基础上使用进行中药熏洗并予以具体的护理措施,最后再比较两组患者疼痛程度、生活质量、治疗效率和护理满意度。结果:根据患者数据,观察组患者的疼痛程度以及生活质量均得到更加显著地改善,差异明显($P < 0.05$);观察组患者的治疗效果以及满意度分别为93.18%,和95.45%,数据结果比参照组更佳,差异明显($P < 0.05$)。结论:将中药熏洗并结合对应的护理干预用于类风湿关节炎患者的治疗中,可有效缓解患者疼痛,改善患者生活质量,让治疗效果和护理满意度均得到提升。

【关键词】类风湿关节炎;中药熏洗;疼痛程度;治疗效果

Observation and nursing of the curative effect of traditional Chinese medicine fumigation on rheumatoid arthritis pain

Jun Li

(Yunnan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine Dianchi Hospital, Kunming, Yunnan, 650228)

【Abstract】Objective: To implement traditional Chinese medicine fumigation for patients with rheumatoid arthritis, analyze the effect of pain relief and specific nursing measures. Methods: 87 patients with rheumatoid arthritis admitted to the hospital between January 2022 and December 2022 were selected and divided into observation and reference groups. The patients in the reference group were treated with conventional medication, while the patients in the observation group used traditional Chinese medicine fumigation and took specific nursing measures. Finally, the pain degree, the quality of life, the treatment efficiency and the nursing satisfaction of the patients in the two groups were compared. Results: According to the patient data, the pain level and quality of life of the observation group were more significantly improved ($P < 0.05$); the treatment effect and satisfaction of the observation group were 93.18% and 95.45%, respectively, and the data results were better than the reference group ($P < 0.05$). Conclusion: Chinese medicine combined with corresponding nursing intervention in the treatment of rheumatoid arthritis patients can effectively relieve the pain, improve the quality of life, and improve the treatment effect and nursing satisfaction.

【Key words】Rheumatoid arthritis; Chinese medicine fumigation; Pain degree; Treatment effect

类风湿性关节炎在临床中是比较常见的疾病,多见于手、足中小关节等部位。类风湿性关节炎是一种容易复发的疾病,治疗周期很长,疼痛剧烈,并且其致残率很高,对患者的生命有很大的影响^[1]。对于类风湿性关节炎患者而言,除了采取有效的药物治疗方法之外,更重要的是对患者进行良好的护理干预,以达到缓解和恢复的目的。大量临床数据表明,采用中医方法治疗该病疗效显著,且患者的不良反应小。其中,中药熏洗可以缓解患者的关节肿胀、晨僵等症状,对四肢的康复有很好的帮助。本文通过对类风湿关节炎的患者实施中药熏洗比实施护理干预,探究该方式对缓解患者疼痛的效果,具体结果如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

从2022年1月到2022年12月这段时间在医院收治的类风湿性关节炎患者中选取87例,观察组(44例)和参照组(43例)。参与研究的患者无精神、沟通障碍;无药物过敏史;患者均无合并严重心、肺、肾疾病以及造血功能障碍。患者的资料差异较小,不存在统计学意义($P > 0.05$),可进行研究。

1.2 方法

参照组采用常规的治疗方式和护理干预,对观察组患者则在参照组患者的基础上进行中药熏洗以及全面的护理干预,具体情况如下:(1)研究组以中医辨证为主根据患者病情实施中药熏洗的方式,以当归、赤芍、白芍、防风各10g,川芎、生地、伸筋草、白术、

独活、秦艽、生姜各 5 g，透骨草 20 g，鸡血藤 30g 为基本药方。若患者有风寒之证，可在药物方子里加麻黄、桂枝、干姜各 10 克，制川乌 6 克；对于湿热痹阻的患者，可以在其中加入黄柏、苍术和薏苡仁各 10 克；如果是血瘀阻络的患者，可以加入穿山甲、没药和红花各 10 克；如果患者肝肾两虚，则可以增加服用杜仲 10g、续断、淮牛膝、桑寄生各 15 g。对于肾气虚寒的患者，可以在方子中加入党参、补骨脂各 15 克，制附子 10 克；如果是痰瘀阻滞的情况，可以添加半夏、白芥子、土鳖虫各 10 克。口服药一天两次，每次 200 毫升左右^[2]。把口服的药渣用水煎熬后，然后和药渣一起倒进熏洗的木盆里。患者可以把受伤的关节放在盆子上，让水蒸气熏蒸，在合适的温度下，把关节泡在水蒸气里。如果患者的病变关节不方便浸泡在中药水中时，可以用浸泡过的药水来湿敷或者是包裹关节。熏洗可以一天一次，一次 45-60 分钟，一个疗程 4 周，2 个疗程后观察疗效^[3]。

(2) 在患者进行熏洗之前，护理人员要向患者讲解具体熏洗的方法和注意事项。要求患者在熏洗之前做好排尿、排便。护理人员要仔细了解患者是否有过敏史、病情、血压等情况。在熏洗时，护理人员要注意观察患者的皮肤状态以及出汗状况，当发现患者出现不适症状，应该立即停止熏洗。同时要注意温度适宜，避免发生烫伤，特别是老年人和皮肤敏感的患者。如果患者的关节处的皮肤出现破损，则不可以进行熏洗，以免加剧皮肤感染。对于同时患有高血压、心脏病及其他心脑血管病的患者，在熏洗时护理人员要密切关注患者的病情变化，一旦出现不适症状，应及时中止熏洗，并让患者在床上静养。在熏洗的时候，如果患者出汗比较多则应及时为其提供温开水。针对老年或行动不便的患者，在进行熏洗时要全程有专门的人陪护。

(3) 在关节炎性活动期间，患者应该躺在床上，保持良好的姿势，以免压迫到关节，增加疼痛感。在病情许可的情况下，要积极引导患者未病变的肢体进行关节活动。在患者的症状得到控制之后应该尽早活动关节，在日常生活中，对患者也需坚持进行适当的功能锻炼。肢体活动的目的在于尽量防止关节僵化和肌肉萎缩，减少关节活动不利发生。肢体运动由被动到主动，活动量应该以患者的承受量为限，不能盲目地加大活动量。护理人员要叮嘱患者平时要做好关节功能位的准备工作，可以躺在硬板床上，同时要做好关节保暖工作。

(4) 类风湿关节炎是缺乏有效治疗药物的自身免疫病且病程长，加之对患者行动产生限制，其生活

质量会下降，导致患者在面对疾病时易产生强烈的应激反应，对疾病的畏惧、焦虑，甚至丧失治疗自信。由于患者对病因、预后以及对治疗、护理知识等情况不清楚，加之患者的生活方式存在不良习惯等，护理人员需对类风湿关节炎患者做好康指导。护理人员要向患者讲解疾病和治疗知识，主动与患者及其家属进行交流，并告诉患者可能出现的各种不良后果。当对患者的心理状态进行详细的了解之后，护理人员需展开有针对性的辅导，让患者能够主动地配合诊断和治疗，并主动回答患者及其家属存在的疑问，从而获得患者的信任。在中药熏洗期，可与患者进行系统地沟通，让患者能够建立起战胜疾病的信念，并主动配合医务人员进行治疗，从而取得较好的治疗效果。

1.3 观察指标

使用疼痛评估表对两组患者的疼痛情况进行评分，分数越高则疼痛严重。

通过治疗效果评分表对患者治疗后的效果情况评估，分数越高则患者的治疗效果更佳显著。

收集两组患者的生理功能、社会功能、情感职能以及活力评分，分数高则生活质量佳。

使用医院护理问卷表收集两组患者对护理的满意度。

1.4 统计学方法

使用 SPSS23.0 软件对本次研究数据进行处理， $P < 0.05$ 为差异显著，具有统计学意义。

2 结果

2.1 比较两组患者的疼痛改善情况

治疗一个疗程后，根据患者的疼痛评分情况，观察组患者的疼痛评分显著下降，疼痛改善情况比参照组患者更加显著，差异存在显著性，有统计学意义 ($P < 0.05$)，数据对比见表 1。

表 1: 两组患者的疼痛情况对比 (分)

组别	例数	治疗前	治疗后
观察组	44	5.33 ± 0.43	2.03 ± 0.62
参照组	43	4.46 ± 0.38	3.91 ± 0.71
P	$P > 0.05$	$P > 0.05$	$P < 0.05$

2.2 比较两组患者治疗后的效果情况

观察组患者采用中药熏洗并结合全面的护理干预，患者在治疗的有效例数为 41 例，有效率为 93.18%，而参照组患者有效例数为 35 例，有效率为 81.40%，可知观察组治疗效果更好，数据差异明显 ($P < 0.05$)。具体对比可见表 2。

2.3 两组患者生活质量评分情况比较

观察组患者在治疗和护理后，其生理功能、社会

表 2: 两组患者治疗效果情况对比 (n, %)

组别	例数	显效	有效	无效	有效率
观察组	44	22	19	3	41 (93.18)
参照组	43	17	18	8	35 (81.40)
P	P > 0.05	P<0.05	P<0.05	P<0.05	P<0.05

表 3: 两组患者生活质量情况对比 (分)

组别	例数	生理功能	社会功能	情感职能	活力
观察组	44	86.24 ± 11.38	79.83 ± 13.68	75.32 ± 14.25	66.42 ± 12.06
参照组	43	70.31 ± 13.06	71.91 ± 14.23	69.64 ± 13.26	59.58 ± 12.345
P	P > 0.05	P<0.05	P<0.05	P<0.05	P<0.05

功能、情感职能以及活力均比参照组患者数据评分更高, 生活质量改善显著, 数据差异明显 (P<0.05)。具体对比可见表 3。

2.4 两组患者护理满意度情况比较

观察组患者满意度为 95.45%, 参照组患者满意度为 83.72%, 可知观察组护理服务质量更好, 数据差异明显 (P<0.05), 对比可见表 4。

表 4: 两组患者满意度效果情况对比 (n, %)

组别	例数	非常满意	较满意	不满意	满意度
观察组	44	25	16	1	42 (95.45)
参照组	43	19	17	7	36 (83.72)
P	P > 0.05	P<0.05	P<0.05	P<0.05	P<0.05

3 讨论

类风湿性关节炎在中国传统中医生属于“痹症”，发病主要是因为人体体质虚弱，同时还会受到风寒湿邪的影响，导致血液循环不畅，从而出现痹证^[4]。如果患者的疼痛严重到一定程度，就会对患者的身体和心理造成很大的影响，所以，积极地缓解患者的痛苦，对提高患者的生活质量是非常重要的。现在用于治疗类风湿性关节炎的药物分为两种，一种是抗风湿药，另一种是非甾体抗炎药，抗风湿药起效缓慢，一般需要连续服用几个月才能起到明显效果，而非甾体抗炎药则会对患者的消化系统带来刺激。在治疗时还可以加上中药熏洗，这样不仅可以降低非甾体抗炎药的副作用，还可以在缓解类风湿性关节炎的疼痛方面发挥协同作用。中药熏洗治疗既有物理温热功效，还具有温经散热，消炎镇痛的效果。药方中的有效中医药成份往往能深入病灶位置，从而起到疏通道理、消炎镇痛的作用。中药熏洗是一种安全、有效的方法。熏洗是一种外治法，药效在血液中的浓度很低，在皮肤中的浓度却很高，这是为了防止药效进入血液大循环，对肝脏和肾脏造成伤害^[5]。此外，还可以

对患者的适应情况及限制情况进行实时的观察，以确定是否应该停止或延长治疗，避免出现不良反应。

通过对两组患者的数据进行比较，观察组患者的疼痛评分改善更加显著 (P<0.05)；观察组患者的治疗有效率达到 93.18%，而参照组患者的治疗有效率为 81.40%，观察组治疗效果更好 (P<0.05)；观察组患者治疗后的各项生活质量分数明显比参照组患者更高 (P<0.05)；观察组患者满意度为 95.45%，参照组满意度为 83.72%，数据差异明显 (P<0.05)。中草药熏洗不仅可以缓解关节症状，而且具有调节免疫功能的作用，能控制病情的发展。对患者实施中药熏洗护理，可以增加患者对疾病和治疗了解，提高配合度，从而加快患者的病情恢复。

综上所述，中药熏洗结合全面的护理方法应用于类风湿关节炎患者，能显著减轻患者的痛苦，提高患者的生存质量，使护理质量与护理满意度都大大提高。

参考文献:

[1] 徐慧. 手部操锻炼联合中药熏洗对类风湿关节炎患者的效果观察 [J]. 医学理论与实践, 2022, 35(12): 2144-2146. DOI: 10.19381/j.issn.1001-7585.2022.12.068.

[2] 宋剑英, 谢超, 王方琴. 温针灸结合中药熏洗护理对类风湿关节炎患者的影响 [J]. 云南中医学院学报, 2021, 44(06): 68-72. DOI: 10.19288/j.cnki.issn.1000-2723.2021.06.014.

[3] 高红. 输络结合刺法及中药熏洗辅治类风湿关节炎临床分析 [J]. 实用中医药杂志, 2021, 37(10): 1685-1686.

[4] 周丽亚, 宋亚琴, 周华等. 中药熏洗配合手关节功能锻炼对类风湿关节炎患者局部疼痛及晨僵情况的影响 [J]. 医药高职教育与现代护理, 2021, 4(04): 336-340.

[5] 叶爱红. 中药熏洗护理对类风湿关节炎患者疼痛效果观察 [J]. 江西中医药大学学报, 2020, 32(06): 62-64.