

# 中药热敷与中医护理对老年膝骨性关节炎的临床效果分析

边玉蓉

(甘肃省武威市凉州区双城镇卫生院 甘肃省武威市 733018)

**摘要:**目的 探究老年膝骨性关节炎患者行中药热敷与中医护理的有效性。方法 随机将 2021 年 11 月至 2022 年 11 月我院 86 例老年膝骨性关节炎患者分为实验组(43 例,应用西医治疗+中药热敷+中医护理)、对照组(43 例,应用西医治疗)。对比两组治疗效果、治疗前后关节功能变化、膝关节恢复时间。结果 实验组总有效率(97.67%, 42/43)高于对照组(81.40%,35/43),  $P < 0.05$ ;治疗前,两组关节功能指标差异不形成,  $P > 0.05$ ;治疗后,实验组疼痛程度评分( $0.79 \pm 0.43$ )分、肿胀程度评分( $1.11 \pm 0.35$ )分、晨僵指数( $0.45 \pm 0.33$ )、步行功能评分( $0.68 \pm 0.33$ )分,与对照组相比,  $P < 0.05$ ;实验组膝关节恢复时间( $1.68 \pm 0.31$ )个月,短于对照组,  $P < 0.05$ 。结论 联用中药热敷与中医护理利于老年膝骨性关节炎患者治疗效果的增强,且关节功能明显改善,可加快膝关节功能恢复速度,值得推广。

**关键词:** 中药热敷; 中医护理; 老年膝骨性关节炎; 关节功能; 治疗效果

骨性关节炎属于常见风湿疾病,以老年人为主要发病群体,主要病变部位是膝关节<sup>[1]</sup>。当前,膝骨性关节炎发病原因尚未确定,临床认为遗传、骨密度、年龄、肥胖与关节损伤等均是诱发疾病的主要因素。临床治疗此类患者过程中尚无统一标准,西医通过药物治疗,但代谢需经肝肾,毒副反应较为明显。口服中药效果可观,但用药麻烦,会直接影响治疗的依从性。中医外疗方法用于骨性关节炎治疗中,毒副作用较低且便于操作<sup>[2]</sup>。由此可见,深入研究并分析骨性关节炎患者中医治疗方案具有一定现实意义。

## 1 资料和方法

### 1.1 临床资料

选取本院 2021 年 11 月至 2022 年 11 月期间收治的 86 例老年膝骨性关节炎患者,随机选出 43 例纳入对照组,其余患者归为实验组;对照组:男 22 例,女 21 例,年龄最大者 85 岁、最小者 62 岁,平均( $70.32 \pm 4.22$ )岁;实验组:男 24 例,女 19 例,年龄最大者 83 岁、最小者 61 岁,平均( $70.35 \pm 4.25$ )岁;比对两组基线资料提示  $P > 0.05$ 。

### 1.2 方法

所有患者均采用 TDP 治疗仪局部照射,每天治疗一次,每次治疗时间为半小时。

对照组应用西医治疗,即每天口服一次醋酸氟芬酸缓释片,剂量为 0.2 克。

实验组西医治疗方法同对照组,并联合中药热敷与中医护理:

1) 中药热敷,基本药方包括 20 克当归、25 克桃仁、20 克川穹、30 克伸筋草、10 克桑枝、20 克独活、30 克制川乌、10 克桂枝、25 克红花、30 克透骨草、20 克鸡血藤、30 克制草乌、20 克威灵仙、

20 克杜仲、20 克牛膝。研磨成碎粒状后放置在布袋中浸泡于清水中(15 分钟),放至蒸锅蒸 30-40 分钟<sup>[3]</sup>。在药包温度达到 55-65 摄氏度后放于患膝关节部位,应使用塑料膜包裹药包,尽量避免热量快速流失,热敷时间控制在半小时,每天热敷一次,每四天更换一次药包。2) 中医护理。用药方面,严格监测患者全身反应和病情,以对其皮肤温度、关节疼痛和肿胀状况加以掌握,对患者的皮肤感觉和热敷温度适宜程度等进行询问。情志方面,医护人员应为患者详细讲解中医情志和机体平衡间关系,并结合其心理特征采取疏导措施,为患者讲解疾病治疗的知识,通过科学引导使患者积极面对治疗<sup>[4]</sup>。饮食方面,以患者证候分型为依据开展个性化饮食指导,尽量多摄入富含蛋白、热量与维生素食物,同时保证饮食忌油腻、刺激。生活方面,确保患者休息时间充足并科学调整其体位,将其患肢适当抬高并在病情缓解后锻炼,要保证运动量适中<sup>[5]</sup>。如果患者关节僵硬应进行按摩,采取关节保暖措施,尽量避免阴雨潮湿天气外出。

### 1.3 评价指标

- (1) 对患者治疗效果、治疗前后关节功能变化进行评估。
- (2) 比较两组膝关节恢复时间。

### 1.4 统计学分析

数据处理:SPSS21.0 统计学软件;资料描述:计数资料为(n%),计量资料为( $\bar{x} \pm s$ );差异检验:计数资料为  $\chi^2$ ,计量资料为 t;  $P < 0.05$  作为统计学差异基础表达。

## 2 结果

### 2.1 实验组、对照组治疗效果研究

实验组总有效率比对照组高,  $P < 0.05$ 。(表 1)

表 1 对比两组患者治疗效果 (n/%)

组别	n	显效	有效	无效	总有效率
实验组	43	26	16	1	97.67
对照组	43	22	13	8	81.40
$\chi^2$					6.0808

表 2 比较实验组、对照组治疗前后关节功能变化 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	n	疼痛程度评分 (分)		肿胀程度评分 (分)		晨僵指数		步行功能评分 (分)	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
实验组	43	2.56 ± 0.87	0.79 ± 0.43	3.14 ± 1.11	1.11 ± 0.35	1.35 ± 0.83	0.45 ± 0.33	1.79 ± 0.75	0.68 ± 0.33
对照组	43	2.58 ± 0.85	1.86 ± 0.88	3.12 ± 1.14	2.35 ± 0.84	1.32 ± 0.88	0.97 ± 0.26	1.75 ± 0.77	1.21 ± 0.44
T 值		0.1078	7.1638	0.0824	8.9354	0.1626	8.1164	0.2440	6.3190
P 值		0.9144	0.0000	0.9345	0.0000	0.8712	0.0000	0.8078	0.0000

2.3 实验组、对照组膝关节恢复时间对比

实验组膝关节恢复时间 (1.68 ± 0.31) 个月, 对照组膝关节恢复时间 (2.43 ± 0.58) 个月, 组间指标比照,  $t=7.4783$ ,  $p=0.0000$ ,  $P < 0.05$ 。

3 讨论

膝骨性关节炎属于慢性进行性关节疾病, 会伴随年龄增长而发病率提升, 疾病特征为关节软骨损坏、丢失等, 常合并关节支持结构破坏、滑膜炎等病理特点<sup>[6]</sup>。虽目前尚未确定发病原因, 但关节畸形、肥胖、代谢紊乱等均属于危险因素。在中医领域, 此疾病被划归至“痹症”范畴, 并将病机确定为肝肾两虚、气血阻滞、经脉不畅等<sup>[7]</sup>。中药热敷可充分发挥活血化瘀与通络止痛效果, 使患者毛孔舒张并疏通皮肤纹理, 利于药物更好吸收, 进而达到除湿祛风与消肿止痛的目标。组方中的桃仁、红花、川穹与当归等均可通过止痛、活血化瘀, 而牛膝与杜仲则能够强筋骨、补肝肾, 伸筋草与透骨草能够祛风除湿, 制川乌与制草乌可散寒祛湿, 威灵仙与独活具有明显的祛风湿止痛功效, 桑枝与桂枝能够温阳通络<sup>[8]</sup>。以上药物联合使用即可达到止痛、祛风寒湿、通络活血的效果。在中药热敷的过程中采用中医护理, 利于患者心态的调整, 积极配合运动锻炼强化治疗效果<sup>[9]</sup>。而 TDP 照射治疗能够使患者局部血液循环情况得到改善, 亦可活血通络, 促进病变部位的快速修复。

研究中, 实验组在常规治疗的同时与中药热敷、中医护理联合运用, 较之于对照组各项指标,  $P < 0.05$ 。由此证实, 中医药治疗 (中药热敷、中医护理) 老年膝骨性关节炎的效果突出, 能够使患者疼痛感减轻且利于膝关节功能的恢复, 具有较高临床推广与应用价值<sup>[10]</sup>。

P 0.0136

2.2 两组患者治疗前后关节功能变化分析

治疗前, 组间各相关指标均无明显差异,  $P > 0.05$ ; 经治疗, 实验组关节功能评分较之于对照组,  $P < 0.05$ 。(表 2)

参考文献:

[1] 马荣荣,王瑾. 中药热敷与中医护理对老年膝骨性关节炎的临床效果分析[J]. 母婴世界,2021(10):221.

[2] 郭雅婷. 中药热敷与中医护理对老年膝骨性关节炎的临床效果分析[J]. 新疆中医药,2020,38(3):73-75.

[3] 游沁碧,朱春燕,夏小玲. 中药热敷联合中医护理对老年膝骨性关节炎的临床价值研究[J]. 健康必读,2020(24):182.

[4] 谢娟,黄怡凤. 中药热敷联合中医护理对老年膝骨性关节炎的临床价值研究[J]. 黑龙江医学,2019,43(10):1248-1249.

[5] 南丽. 中医护理联合中药热敷干预在老年膝骨性关节炎患者中的应用观察[J]. 健康之家,2022(22):149-151.

[6] 罗杏. 中药热奄包热敷与中医护理对老年膝骨性关节炎的临床效果分析[J]. 自我保健,2021(16):143-144.

[7] 黄春艳,刘方. 中医护理干预对老年膝骨性关节炎效果及 WOMAC 评分的影响[J]. 中医临床研究,2022,14(4):110-114.

[8] 余团,杨茜,王家兰. 子午流注指导中医护理技术应用于膝关节炎性研究进展[J]. 云南中医中药杂志,2021,42(5):88-91.

[9] 陈真玉. 1+3+X 新型中医护理模式在膝关节炎性患者护理中的应用效果观察[J]. 医学理论与实践,2020,33(7): 1187-1189.

[10] 雷香莲,刘宇,林怡霞. 中医护理配合中药熏洗对膝骨性关节炎患者双膝关节不适的缓解效果[J]. 当代护士 (中旬刊),2020,27(11):99-102.