

# 推拿治疗膝关节骨性关节炎研究进展

许二玲 岳峰杰 刘伟基<sup>✉</sup>

(晋中市中医院 山西 晋中 030600)

**摘要:** 本文旨在分析膝关节骨性关节炎 (Knee osteoarthritis, KOA) 患者应用推拿治疗的研究进展。首先对 KOA 患者的推拿治疗方法与相应的疗效进行阐述, 而后分析推拿手法对 KOA 患者的作用机理。KOA 患者的推拿治疗方法有单纯推拿疗法与特色推拿疗法; 推拿治疗 KOA 的作用机理有四点, 第一是可改善患者的血液循环, 第二是可改善患者的免疫功能, 第三是可改善神经递质作用过程, 第四是可抑制细胞炎症反应, 推拿治疗 KOA 的发展方向可从联合治疗入手, 通过联合治疗提升患者的临床治疗效果。通过对 KOA 患者的推拿治疗进行综述, 为临床推拿治疗 KOA 提供相应的参考数据。

**关键词:** 推拿手法; 膝关节骨性关节炎; KOA; 治疗进展; 综述

KOA 是临床较为常见的关节性疾病, 患者的临床表现多为关节肿胀、关节疼痛、关节活动障碍等, 影响患者的生活与工作, 降低患者的生活质量。针对 KOA 患者, 临床本着早确诊、早治疗的基本原则, 旨在通过有效的治疗方法改善患者的临床症状, 提升治疗效果, 对 KOA 患者的临床治疗重点在于改善患者的关节功能。在中医中, KOA 属于“痹症”的范畴, 中医认为出现 KOA 这一疾病的原因在于气血不通、气血不畅, 推拿这一治疗方法是以痛止痛的方式, 根据患者的实际情况辨证取穴, 通过推拿手法产热止痛, 是一种良好的治疗方法。目前推拿治疗 KOA 在临床保守治疗中的应用范围越来越广。

## 一、治疗 KOA 的推拿手法及其临床效果

### (一) 常规推拿手法

在临床上应用较为广泛的推拿手法就是常规推拿手法, 现代针对 KOA 患者的常规推拿手法是以古代推拿手法作为基础, 指导患者采取某一特定体位, 从而对患者实施按揉、点法、推法、滚法、屈伸法、拨法以及捋筋法等推拿手法, 推拿的部位是患者的局部病灶或膝关节周围的软组织, 通过常规推拿手法, 可有效减轻患者的疼痛感, 促进肌肉组织松解。临床相关研究表明: 相比于常规康复治疗的 KOA 患者, 施加常规推拿手法的 KOA 患者, 其膝关节疼痛程度更小, 活动功能改善程度更大, 患者的恢复效果更优<sup>[1]</sup>。目前临床针对 KOA 患者, 可单独采取常规推拿手法进行治疗, 也可采取联合手法进行治疗, 相比于单独推拿治疗来说, 联合手法的治疗效果更佳。在学者的临床研究当中, 相比于单独应用推拿手法患者来说, 联合应用牵伸法辅助治疗的应用效果更加显著, 患者的生活质量改善情况更优。除了与其他手法联合应用之外, 推拿联合针灸治疗的临床效果也较为显著, 有学者针对 KOA 患者应用针灸联合推拿治疗, 针灸选穴为患者的阴陵泉穴、足三里穴、阳陵泉穴、血海穴、内外髌骨穴等穴位, 推拿部位则是患者的踝部、肱四头肌、髌骨上下缘以及环跳穴等部位, 在持续治疗 1 个月之后, 患者的疼痛程度有明显减轻, 生活能力与活动功能有明显改善, 可有效改善患者的关节僵硬、疼痛等情况<sup>[2]</sup>。

### (二) 特色推拿手法

随着推拿手法在临床上的应用越来越广泛, 在长期的演变过程中, 出现越来越多特殊的推拿手法, 特色推拿手法在临床 KOA 患者治疗中的应用也越来越多。在众多特色推拿手法中, 临床比较常见的有以下几种: 首先是推拿关节松解疗法, 指导 KOA 患者采取仰卧位, 先对患者的大腿中段实施掌揉法惊醒揉捏, 揉捏到小腿之后对三阴交穴、足三里穴、血海穴以及梁丘穴等穴位进行点按, 而后按压患者的髌骨肌腱以及压痛点; 指导患者采取仰卧位, 对患者的委中穴、承山穴等穴位进行点按, 并在患者俯卧位的情况下对膝

关节实施活动松解法<sup>[3]</sup>。其次是腰、盆、膝三位一体推拿疗法, 主要是通过患者的膝骨局部实施牵伸、旋转、按压、揉、拨等手法, 对患者盆骨采取斜扳及微调手法进行整复, 腰椎按压横突微调整复, 腰、盆、膝三位一体推拿疗法具有起效快、治疗时间短等优势, 在临床上应用的优势较大<sup>[4]</sup>。

## 二、推拿手法治疗 KOA 患者的作用机理

### (一) 改善血液循环

目前临床针对推拿对 KOA 患者血液循环的改善作用相关报道较少, 但针对推拿手法对骨科患者在拟合血液循环的改善作用相关报道较多。临床有大量的研究表明: 对骨科患者实施推拿治疗之后, 患者的血浆黏度、全血还原黏度、全血低切黏度、全血高切黏度等均有明显降低, 说明推拿治疗骨科患者能够有效改善患者的血流动力学指标, 对患者的血流状态具有一定的改善作用。推拿治疗 KOA 患者, 可促进患者的血流速度加快, 对患者血液循环的改善作用较强。当静脉出现回流障碍时就会提升骨内压, 导致骨内循环出现阻滞, 不但会影响关节软骨的代谢, 还容易出现炎症, 对患者的关节功能产生损伤<sup>[5]</sup>。对 KOA 患者应用推拿手法治疗, 能够促进膝关节松解, 对膝关节局部血液循环具有改善作用, 从而改善患者的关节软骨代谢, 减少炎症的发生, 促进患者关节功能恢复, 提升患者的临床治疗效果。临床相关研究表明: 对 KOA 患者应用推拿手法进行辅助治疗, 结束后患者的血液流变学指标的血流速度明显高于常规治疗患者, 且患者的临床治疗效果更高, 这也进一步说明推拿手法治疗 KOA 患者对患者的血液循环具有改善作用<sup>[6]</sup>。

### (二) 改善免疫功能

推拿手法对 KOA 患者免疫功能的改善作用, 临床并无直接研究报道, 但临床有较多的文献探讨推拿手法与免疫功能之间的关系, 无论是进行动物试验还是人体试验, 都能够得到推拿手法能改善患者免疫功能的结论。中医治疗当中有一个较为重要的理论为辨证论治, 针对 KOA 患者的推拿治疗, 中医也可根据患者不同的病症类型选择不同的推拿手法治疗<sup>[7]</sup>。对老年肾阳虚型 KOA 患者, 可推拿肾俞穴, 加擦命门穴连续治疗 1 个月, 可有效改善患者的疼痛程度与免疫指标 (IgG、IgM、IgA), 说明推拿 KOA 患者的肾俞穴能够有效改善老年肾阳虚型患者的免疫水平。临床认为, 推拿手法对患者免疫功能的改善作用, 可能在于推拿能够引起中枢神经递质的释放, 从而影响患者的内分泌, 促使机体内分泌的 T 淋巴细胞亚群与 Ig 细胞亚群含量上升, 达到提升患者免疫功能的作用。另外, 也有研究学者认为, KOA 患者经推拿治疗之后机体血液循环有明显改善, 血液中的白细胞总数增加, 加强吞噬功能, 提升血清当中的补体含量, 从而发挥出机体细胞免疫作用<sup>[8]</sup>。

### (三) 改善神经递质作用

目前临床正在不断研究推拿手法对人体神经递质的改善作用,推拿手法能够对人体产生一定的刺激,这些刺激会对机体神经系统产生一系列的作用,从而发挥生理生化效应。有学者认为:推拿手法与一些痛调节递质有一定的关联,包括乙酰胆碱、儿茶酚胺、内啡肽以及5-羟色胺等,均可产生影响。有学者在分析推拿手法对组织修复与软组织损伤的镇痛作用中发现,推拿手法对KOA患者的 $\beta$ -EP与5-羟色胺含量均有调节作用,可产生镇痛作用,促进局部损伤的修复<sup>[9]</sup>。另外也有学者的研究表明:以急性软组织损伤家兔作为试验样本,对家兔实施推拿,而后采集家兔的血液进行离心,得到血清,分析血清中的含量,结果显示相比于推拿之前,推拿之后家兔血清当中的多巴胺、5-羟色胺、 $\beta$ -内啡肽以及去甲肾上腺素均有明显的变化。这也进一步说明推拿手法对神经系统可产生一个刺激作用,通过调节相关的神经递质分泌从而改善患者的疼痛程度,可发挥镇痛效果<sup>[10]</sup>。

#### (四) 抑制炎症反应

对于KOA患者来说,炎症反应是该疾病发生的重要因素之一,细胞因子分泌失调会直接导致KOA疾病的发生,如肿瘤坏死因子- $\alpha$ 、白细胞介素-6、白细胞介素-1等,这些细胞因子的分泌增加将会引起关节软骨被破坏,并且会对关节软骨的修复产生一定的影响,最终促使关节发生炎症,机体出现关节僵硬、关节疼痛等并发症的发生。因此,在KOA患者的临床治疗当中,除了改善患者关节功能之外,还需要改善患者膝关节炎状况,通过改善患者膝关节炎状况达到良好的临床效果<sup>[11]</sup>。目前临床对于推拿手法改善KOA患者的炎症反应还需要更多资料证实,研究表明:白介素-1与肿瘤坏死因子- $\alpha$ 都能够对软骨基质蛋白的合成产生抑制作用,能够促进软骨基质的分解与代谢,通过降低白介素-1与肿瘤坏死因子- $\alpha$ 等细胞因子,能够抑制关节软骨被破坏,对软骨损伤的修复具有一定的作用。临床相关研究表明:对KOA患者应用点穴、点揉、膝关节摇法、屈伸法等推拿手法,能够改善患者的骸韧带拉伸长度与强度,对改善膝关节韧带弹性具有重要作用<sup>[12]</sup>。

#### 结束语:

综上所述,推拿手法治疗KOA患者的临床效果较为显著,已经成为临床保守治疗KOA患者的常用治疗方法之一。在KOA患者的推拿手法治疗中,包括常规推拿手法与特色推拿手法,通过推拿治疗KOA患者,可达到调节患者免疫功能、促进血液循环、改善神经递质作用与抑制炎症反应的效果。在KOA患者的临床治疗中,除了单独应用推拿治疗之外,还可将推拿联合其他中医药治疗方法,如穴位贴敷、中药蜡疗、小针刀等,从而获得更高的临床效果。

#### 参考文献:

- [1]罗高俊,赵忠辉,黄香红,等. 中药蜡疗结合推拿治疗膝关节炎性(风寒湿痹型)的临床研究[J]. 湖北中医杂志,2020,42(10):56-59.
- [2]杨永,黄开云. 提膝旋膝极度屈膝法推拿治疗膝关节炎性骨性关节炎疗效观察[J]. 中医临床研究,2020,12(24):97-99.
- [3]李思斌,李正祥,袁绘,等. 推拿结合马裆势功法锻炼在膝关节炎性骨性关节炎治疗中的应用[J]. 浙江中医杂志,2020,55(08):593-594.
- [4]郑春伟,陆羽羽,史秀昱,等. 健脾祛湿散结消肿汤联合石氏伤科推拿疗法治疗痰湿阻络型膝关节炎性骨性关节炎 60 例[J]. 河南中医,2020,40(06):878-881.
- [5]金伟,贾东奇. 手法推拿联合超短波治疗对慢性膝关节炎性骨性关节炎患者疼痛及病灶超声检测指标的影响[J]. 现代中西医结合杂志,2020,29(16):1753-1757.
- [6]王明利. 推拿配合中药热敷治疗膝关节炎性骨性关节炎的临床效果评价[J]. 心理月刊,2020,15(04):31+33.
- [7]徐征华. 温针灸联合推拿按摩对膝关节炎性骨性关节炎患者疼痛程度及骨代谢的影响[J]. 云南中医中药杂志,2019,40(11):64-65.
- [8]李立国,余作,许贝贝,等. 推拿联合臭氧水关节腔冲洗对膝关节炎性骨性关节炎关节功能的影响 80 例[J]. 解放军预防医学杂志,2019,37(08):152-154.
- [9]汤丽珠,李长辉,张坤木,等. 推拿结合等速训练配合五禽戏治疗膝骨关节炎的临床疗效观察[J]. 湖南中医药大学学报,2019,39(07):879-884.
- [10]安建军,叶立汉,罗健,谭文宏. 平乐正骨“筋滞骨错”理论指导的推拿手法治疗膝关节炎性骨性关节炎的价值[J]. 中医临床研究,2019,11(19):96-98.
- [11]侯来永,徐瑞泽,唐学章,等. 推拿结合等速肌力训练治疗膝关节炎性骨性关节炎临床疗效研究[J]. 中国康复医学杂志,2019,34(05):551-555+572.
- [12]杨杰科,王嘉伟. 基于“靳三针法”以指代针点穴推拿治疗膝关节炎性骨性关节炎的疗效观察[J]. 现代实用医学,2019,31(03):372-373+379.