

耳穴贴压联合腕踝针及药罐治疗轻中度膝骨关节炎

翁仙明, 陈小丽, 黄杰烽

(浙江省中医院, 浙江 杭州 310006)

摘要 目的:观察耳穴贴压联合腕踝针及药罐治疗轻中度膝骨关节炎(knee osteoarthritis, KOA)的临床疗效。**方法:**2014 年 6 月至 2015 年 12 月, 采用耳穴贴压联合腕踝针及药罐治疗轻中度 KOA 患者 54 例, 男 16 例、女 38 例。年龄 53~72 岁, 中位数 59.5 岁。病程 3~51 个月, 中位数 23.5 个月。取患侧膝穴、皮质下穴、神门穴及交感穴进行耳穴贴压, 早中晚各按压 1 次, 每次每穴按压 3~5 min, 以局部出现酸痛感为度, 连续治疗 4 周为 1 个疗程, 共治疗 1 个疗程; 于患侧踝关节处进行腕踝针治疗, 连续留针 2 d, 间隔 5 d 后进行下一次治疗, 连续治疗 3 周为 1 个疗程, 共治疗 1 个疗程; 将竹罐在红花、赤芍、艾叶、川芎、当归和丹参药液中浸泡后, 取阳陵泉、犊鼻、足三里、内膝眼及鹤顶穴进行药罐治疗, 每次留罐 15 min, 每日 1 次, 连续治疗 2 周为 1 个疗程, 共治疗 2 个疗程。分别于治疗前及治疗结束后 3 个月, 测定患者的西安大略和麦克马斯特大学(Western Ontario and McMaster Universities, WOMAC)骨关节炎指数评分、行走 50 m 后膝关节疼痛视觉模拟量表(visual analogue scale, VAS)评分及美国膝关节协会评分(knee society score, KSS)。**结果:**54 例患者中 5 例中断治疗, 其中 3 例因行走时踝关节局部异物感中断治疗, 2 例因膝关节皮肤过敏中断治疗, 其余 49 例均完成治疗。49 例患者中 7 例失访, 其余 42 例均获 3 个月的随访。治疗结束后 3 个月, 所有获得随访患者的 WOMAC 骨关节炎指数评分及行走 50 m 后膝关节疼痛 VAS 评分均较治疗前降低[(74.67±8.04)分, (47.02±7.74)分, $t=0.706, P=0.000$; (4.19±1.13)分, (1.17±0.82)分, $t=0.054, P=0.000$]、KSS 评分较治疗前增高[(64.26±5.95)分, (79.50±5.07)分, $t=0.669, P=0.000$]。**结论:**耳穴贴压联合腕踝针及药罐治疗轻中度 KOA, 可以有效缓解膝关节疼痛及改善膝关节功能, 值得临床推广应用。

关键词 骨关节炎, 膝; 耳穴贴压, 王不留行; 药罐; 腕踝针

膝骨关节炎(knee osteoarthritis, KOA)是一种以膝关节软骨原发性或继发性退行性改变为主要特征的疾病, 多见于老年患者, 膝关节疼痛、僵硬、肿大及功能障碍是其常见临床表现。KOA 属于中医学“痹证”“骨痹”范畴, 轻中度的 KOA 采用中医疗法治疗多数可以获得良好效果^[1-3]。耳穴贴压是中医治疗 KOA 的常用方法, 能有效缓解疼痛、改善关节运动功能^[4-8]。腕踝针疗法具有良好的镇痛作用, 临床常用于治疗骨关节疾病引起的疼痛^[9-14]。药罐疗法具有疏通经络及调和气血的作用, 临床应用范围较为广泛^[15-16]。2014 年 6 月至 2015 年 12 月, 我们采用耳穴贴压联合腕踝针及药罐治疗轻中度 KOA 患者 54 例, 并对其临床疗效进行了观察, 现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 本组 54 例, 男 16 例、女 38 例。年龄 53~72 岁, 中位数 59.5 岁。均为浙江中医药大学附属第一医院的 KOA 门诊患者。病程 3~51 个月, 中位数 23.5 个月。

1.2 纳入标准 ①符合 KOA 诊断标准^[17]; ②Kellgren-Lawrence 影像学分级^[18]为Ⅱ级或Ⅲ级; ③西安大略和麦克马斯特大学(Western Ontario and McMaster Universities, WOMAC)骨关节炎指数评分^[19]<120 分; ④行走 50 m 后膝关节疼痛视觉模拟量表(visual analogue scale, VAS)评分^[20]3~8 分。

1.3 排除标准 ①合并严重内科疾病者; ②合并类风湿关节炎等疾病者; ③合并皮肤病者; ④过敏体质患者; ⑤精神病患者; ⑥正在接受其他 KOA 疗法者。

2 方法

2.1 治疗方法

2.1.1 耳穴贴压 耳穴取患侧膝穴、皮质下穴、神门穴及交感穴。将王不留行籽置于 0.5 cm×0.5 cm 胶布中间, 贴于选取的穴位上(图 1), 早中晚各按压 1 次, 每次每穴按压 3~5 min, 以局部出现酸痛感为度, 连续治疗 4 周为 1 个疗程, 共治疗 1 个疗程。

2.1.2 腕踝针 采用张心曙等^[21]的腕踝针疗法, 将踝部纵行分为 6 个区, 内侧自后向前分别为下 1、下 2 及下 3 区, 外侧自前向后分别为下 4、下 5 及下 6 区。取患侧下 4 区, 常规消毒后, 用 0.25 mm×25 mm 的

无菌针灸针与皮肤呈 30° 角由远心端向近心端刺入皮下浅层,感觉针下松软且患者无酸麻胀痛感时,使针体自然垂倒,贴近皮肤表面缓慢进针 50 mm,最后用医用胶布固定外露的针尾(图 2)。嘱患者适度活动患侧踝关节并正常站立或行走,出现不适立即调整针刺方向,直至活动过程中无明显不适再离开。留针 2 d 后拔针,局部消毒,用无菌敷贴覆盖,间隔 5 d 后进行下一次治疗,连续治疗 3 周为 1 个疗程,共治疗 1 个疗程。留针期间,嘱患者禁止进行剧烈活动,注意保持局部皮肤清洁干燥,出现不适立即来院治疗。



图 1 耳穴贴压治疗膝骨关节炎图片

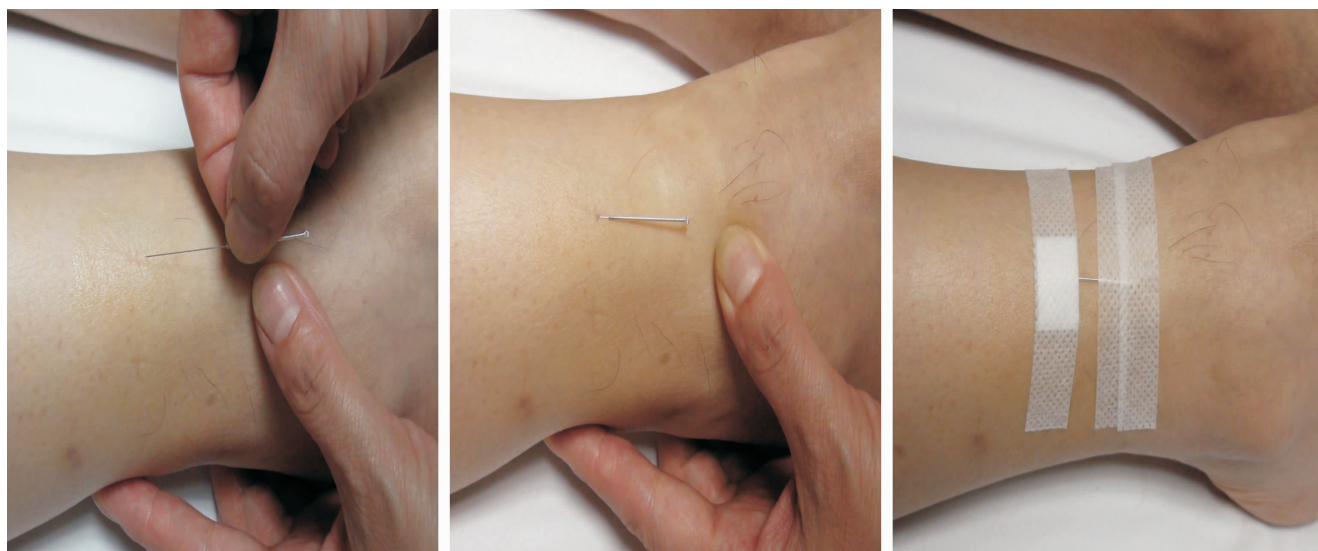


图 2 腕踝针治疗膝骨关节炎图片

2.1.3 药罐 将红花、赤芍、艾叶、川芎、当归和丹参各 30 g 装入纱布袋内,置于电饭锅中,加入 5 L 温开水,将竹罐用温水浸泡 15 min 后也放入电饭锅中,共同煎煮 30 min,待竹罐吸收药物后,关闭电源。取阳陵泉穴、犊鼻穴、足三里穴、内膝眼穴及鹤顶穴,必要时根据患者疼痛部位加取阿是穴(图 3)。每次留罐 15 min,每日 1 次,连续治疗 2 周为 1 个疗程,共治疗 2 个疗程。治疗期间指导患者加强患侧股四头肌功能锻炼,避免进行极度屈膝或下蹲、爬楼梯及爬山等损伤膝关节的运动。

2.2 疗效评价方法 分别于治疗前及治疗结束后 3 个月测定患者的 WOMAC 骨关节炎指数评分、行走 50 m 后膝关节疼痛 VAS 评分及美国膝关节协会评分(knee society score, KSS)^[22]。

3 结果

54 例患者中 5 例中断治疗,其中 3 例因行走时踝关节局部异物感中断治疗、2 例因膝关节皮肤过敏中断治疗,其余 49 例均完成治疗。49 例患者中 7 例失



图 3 药罐治疗膝骨关节炎图片

访,其余 42 例均获 3 个月的随访。治疗结束后 3 个月,所有获得随访患者的 WOMAC 骨关节炎指数评分及行走 50 m 后膝关节疼痛 VAS 评分均较治疗前降低、KSS 评分较治疗前增高(表 1)。

表 1 膝骨关节炎患者治疗前后 WOMAC 评分、行走 50 m 后膝关节疼痛 VAS 评分及 KSS 评分 $\bar{x} \pm s$, 分

测定时间	WOMAC 评分	行走 50 m 后膝关节疼痛 VAS 评分	KSS 评分
治疗前	74.67 ± 8.04	4.19 ± 1.13	64.26 ± 5.95
治疗结束后 3 个月	47.02 ± 7.74	1.17 ± 0.82	79.50 ± 5.07
<i>t</i> 值	0.706	0.054	0.669
<i>P</i> 值	0.000	0.000	0.000

4 讨 论

耳穴贴压、腕踝针及药罐是中医治疗疾病的常用方法,应用范围较为广泛。中医治疗 KOA 的方法较多,多数可以获得良好镇痛效果,但有关耳穴贴压联合腕踝针及药罐治疗的多模式镇痛则较为少见。

中医学认为,耳与全身脏腑经络有着密切的联系。《灵枢·口问》中载有:“耳者,宗脉之所聚也”。耳穴贴压疗法具有疏通经络及调理气血的作用,临床常用于治疗 KOA 等疾病^[4-8]。本研究所选取的 4 个耳穴,膝穴主要治疗膝部疾病,皮质下穴、神门穴及交感穴主要治疗各种疼痛,4 穴共奏疏通经络、解痉镇痛及调节脏腑阴阳等作用。十二皮部是体表皮肤按十二经脉走行分布划分的区域,是十二经脉机能活动反映于体表的部位,也是络脉之气散布的所在^[9-10]。《素问·皮部论》:载有“凡十二经络脉者,皮之部也”。十二经脉在腕关节及踝关节附近各有一个原穴,是脏腑原气经过和留止的部位,而腕踝针的 12 个刺激点均分布在腕关节及踝关节附近,因此针刺腕关节及踝关节附近的皮肤可以调整脏腑和经络的功能,从而起到治疗疾病的作用。本研究选取下 4 区进行浅刺,属于远道取穴法,符合针灸取穴“上病下取”的原则,可以起到调和气血、疏通经络、活血化瘀及解痉镇痛的作用。沿皮下由肢体远心端向近心端平刺,可以激发卫气,达到针向病所的目的^[9,12]。药罐疗法是中医外治法中的一种,竹罐是药罐疗法最常用的罐具,将竹罐在一定温度的药液中充分浸泡后在特定部位拔罐,可以使药物透过张开的毛孔渗透到局部组织内,而竹罐自身的温度也可促进局部血液循环,因此采用浸泡过活血化瘀中药液的竹罐进行拔罐,可以起到行气活血及消肿止痛等作用^[15]。膝关节是足阳明、足少阳、足厥阴及足太阴经的经筋聚集之处,选取其附近的阳陵泉穴、犊鼻穴、足三里穴、内膝眼穴、鹤顶穴及阿是穴进行药罐治疗,可以起到祛瘀通络、扶正祛邪及蠲痹止痛等作用。

本组患者治疗结果显示,耳穴贴压联合腕踝针及

药罐治疗轻中度 KOA,可以有效缓解膝关节疼痛及改善膝关节功能,值得临床推广应用。

5 参考文献

- [1] 中国中医药研究促进会骨科专业委员会,中国中西医结合学会骨伤科专业委员会关节工作委员会. 膝骨关节炎中医诊疗专家共识(2015 年版)[J]. 中医正骨, 2015, 27(7):4-5.
- [2] 彭时雨,谢雁鸣,黎元元,等. 基于文献计量学方法对中医药治疗膝关节骨性关节炎主要流派的研究[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2016, 24(9):36-41.
- [3] 李具宝,张磊,屈尚可,等. 膝骨关节炎近 10 年文献中内服方药功效和中医证型分析[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2014, 22(3):20-21.
- [4] 童培建,汪海东,马镇川,等. 耳穴疗法在全膝关节置换围手术期镇痛的应用及疗效观察[J]. 中国中西医结合杂志, 2010, 30(9):931-934.
- [5] 蔡元仙. 围手术期耳穴按压联合平衡针疗法在全膝关节置换术后镇痛中的应用[J]. 中医正骨, 2015, 27(6):41-42.
- [6] 成钢,成薇,江永桂. 耳穴电针加隔灵仙药饼灸治疗膝骨关节炎疗效对比观察[J]. 中国针灸, 2014, 34(3):230-234.
- [7] 沈佳怡,金红婷,徐涛涛,等. 补肾活血方联合耳穴疗法治疗膝关节骨性关节炎的临床观察[J]. 中国中医急症, 2016, 25(3):477-479.
- [8] 黄利刚,肖鲁伟. 耳穴疗法减轻膝骨性关节炎疼痛的临床效果观察[J]. 黑龙江中医药, 2015, 44(1):43.
- [9] 刘春亮,陈辉,熊源长. 腕踝针用于术后镇痛的研究进展[J]. 上海中医药杂志, 2016, 50(2):94-96.
- [10] 徐美君,周庆辉. 腕踝针创立以来的临床应用及研究进展[J]. 上海针灸杂志, 2015, 34(3):277-280.
- [11] 黄双英,童培建,吴蔚,等. 腕踝针对老年全膝关节置换术后镇痛效果的疗效评价[J]. 中华中医药学刊, 2013, 31(5):1014-1016.
- [12] 沈乐,齐昌菊,葛谈. 腕踝针结合体针治疗急性腰扭伤临床观察[J]. 上海中医药杂志, 2015, 49(6):58-59.
- [13] 李敏,李开平. 腕踝针结合中药熏洗治疗踝关节扭伤的临床研究[J]. 中国中医急症, 2015, 24(9):1612-1614.

- [14] 徐贤, 方凡夫, 黄枫, 等. 腕踝针与物理疗法治疗腰椎间盘突出症疗效对比研究[J]. 上海针灸杂志, 2016, 35(3): 317-321.
- [15] 周静, 吴蔚. 药物罐配合腹针治疗神经根型颈椎病 91 例临床观察[J]. 中国中医急症, 2014, 23(1): 133-134.
- [16] 杨军雄, 张建平, 于建春, 等. 三焦针法结合药物罐治疗面肌痉挛的疗效研究[J]. 中国全科医学, 2013, 16(19): 2304-2306.
- [17] HOCHBERG MC, ALTMAN RD, BRANDT KD, et al. Guidelines for the medical management of osteoarthritis. Part II. Osteoarthritis of the knee. American College of Rheumatology[J]. Arthritis Rheum, 1995, 38(11): 1541-1546.
- [18] KELLGREN JH, LAWRENCE JS. Radiological assessment of osteo - arthrosis [J]. Ann Rheum Dis, 1957, 16(4): 494-502.
- [19] BELLAMY N, BUCHANAN WW, GOLDSMITH CH, et al. Validation study of WOMAC: a health status instrument for measuring clinically important patient relevant outcomes to antirheumatic drug therapy in patients with osteoarthritis of the hip or knee[J]. J Rheumatol, 1988, 15(12): 1833-1840.
- [20] INSALL JN, DORR LD, SCOTT RD, et al. Rationale of the Knee Society clinical rating system[J]. Clin Orthop Relat Res, 1989, (248): 13-14.
- [21] 张心曙, 凌昌全, 周庆辉. 实用腕踝针疗法[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2002: 30.
- [22] EWALD FC. The Knee Society total knee arthroplasty roentgenographic evaluation and scoring system[J]. Clin Orthop Relat Res, 1989, (248): 9-12.

(2016-10-03 收稿 2016-12-20 修回)

· 简 讯 ·

2016 年平乐郭氏正骨流派学术年会——膝关节相关疾病研讨会在杭州举办

本刊讯 12 月 2—3 日, 2016 年平乐郭氏正骨流派学术年会——膝关节相关疾病研讨会在浙江杭州举办。平乐郭氏正骨第八代传人、河南省洛阳正骨医院(河南省骨科医院)骨关节病非手术疗法研究治疗中心主任、河南省正骨研究院平乐正骨研究室主任郭珈宜女士同来自全国中医学术流派传承工作室建设单位——平乐郭氏正骨流派传承工作室 11 个二级工作站的代表及国内其他骨伤流派代表和与平乐郭氏正骨流派相关的百余名骨伤科专家、学者一起出席了本次会议。

本次年会由全国中医学术流派传承工作室建设单位——平乐郭氏正骨流派传承工作室主办、平乐郭氏正骨流派传承工作室杭州余杭骨科医院工作站承办。

全体与会者首先分享了荣获河南省人民政府 2015 年度河南省科学技术进步奖二等奖、2014 年度河南省科学技术进步奖三等奖的“平乐正骨平衡理论及其应用”“图像融合技术在骨与关节疾病诊疗中的应用”的 2 项研究成果, 并聆听了来自平乐郭氏正骨流派传承工作室建立在河南、广西、甘肃、浙江、广东和新疆的(二级)工作站的 13 项膝关节相关疾病研究的工作汇报, 以及来自上海华山医院和浙江省中医院的关于膝关节前外侧韧带损伤、膝关节术后康复的精彩的学术报告。

平乐郭氏正骨流派传承工作室是国家中医药管理局于 2012 年 12 月第一批确定的中医流派传承工作室之一, 已在全国首批建立了 11 个二级工作站, 如河南中医药大学第二附属医院(河南省中医院)、郑州市骨科医院、三门峡市中医院、广西中医药大学第一附属医院、甘肃中医药大学附属医院、甘肃兰州中医骨伤科医院、杭州余杭骨科医院、深圳平乐骨伤科医院、新疆博尔塔拉博冶中医院、重庆正刚中医骨科医院、宁夏张氏回医正骨医院。

“平乐郭氏正骨”又称“洛阳平乐郭氏正骨”“洛阳平乐正骨”“平乐正骨”“洛阳郭氏正骨”“洛阳正骨”“白马寺正骨”“白马寺骨科”等, 是一个理论体系完善、学术内涵和诊疗经验丰富、翔实的骨伤科学术流派, 是现代骨伤科重要的学术流派之一。“平乐郭氏正骨”起源于清朝嘉庆年间, 经过 220 余年历代传人的实践和总结, 形成了系统的理论和方法并成为我国骨伤科较大的学术流派, 流派成员遍布海内外。在此基础上建立并发展起来的河南省洛阳正骨医院(河南省骨科医院、河南省康复医院)已成为一所集医疗、教学、科研、康复、产业、文化于一体的开放床位 3 100 张的河南省中医管理局直属的三级甲等中医骨伤专科医院, 是全国中医骨伤专科医疗中心、国家中医药管理局重点学科建设单位、首家中医骨伤科博士后科研工作站。

(本刊通讯员)

反映学术进展 引领学科发展