

# 平乐筋骨痛消膏外敷结合肌筋活化治疗膝骨关节炎

苏晓川, 郭艳幸, 滕军燕, 郭马珑, 李小玲, 吴军, 岳松涛, 王传珍  
(河南省洛阳正骨医院/河南省骨科医院, 河南 郑州 450016)

**摘要** 目的:探讨平乐筋骨痛消膏外敷结合肌筋活化治疗膝骨关节炎(knee osteoarthritis, KOA)的临床疗效和安全性。方法:2015年8月至2017年1月收治144例KOA患者。男34例,女110例;年龄46~70岁,中位数57岁;病程2个月至4年,中位数28个月;双膝病变者64例,单膝病变者80例;59例合并膝内翻畸形,18例合并膝关节肿胀;18例此次就诊前未接受过相关治疗,其余126例此次就诊前均接受过系统的非手术治疗。144例患者均采用平乐筋骨痛消膏外敷结合肌筋活化治疗。分别于治疗前和治疗结束后采用视觉模拟量表(visual analogue scale, VAS)评分和西安大略和麦克马斯特大学(Western Ontario and McMaster Universities, WOMAC)骨关节炎指数评价患者的膝关节疼痛程度和临床综合疗效。同时观察治疗期间的并发症发生情况。结果:9例患者治疗结束后病情加重,疼痛VAS评分和WOMAC评分均较治疗前升高[(4.01±1.09)分, (4.55±1.21)分,  $t=4.076$ ,  $P=0.003$ ]; (61.74±18.09)分, (70.56±17.28)分,  $t=5.981$ ,  $P=0.000$ ];其余135例患者治疗后病情明显减轻,疼痛VAS评分和WOMAC评分均较治疗前降低[(3.99±1.18)分, (2.72±0.95)分,  $t=8.425$ ,  $P=0.000$ ]; (62.54±18.17)分, (56.84±19.65)分,  $t=4.893$ ,  $P=0.000$ ]。治疗期间7例患者出现皮肤过敏,经对症处理后缓解。结论:平乐筋骨痛消膏外敷结合肌筋活化治疗能有效减轻KOA患者的膝关节疼痛症状,改善膝关节功能,而且具有较高的安全性。

**关键词** 骨关节炎;膝;中药外敷;筋膜;痹证

膝骨关节炎(knee osteoarthritis, KOA)属于中医学痹证和痿证范畴,是一种常见的退行性骨关节疾病,75岁以上人群的患病率高达80%<sup>[1]</sup>。中医外治法作为一种简便、有效的治疗方法,在临床中应用较广。平乐筋骨痛消膏是根据平乐郭氏正骨用药经验总结而成的,可通调腠理、疏畅血脉,具有祛风除湿、消肿镇痛的作用,能有效缓解KOA的症状、体征。肌筋活化法类似中药熨熨疗法,可有效缓解膝关节疼痛、改善膝关节功能,但二者联合应用治疗KOA的报道较少。为此,我们观察了平乐筋骨痛消膏外敷结合肌筋活化治疗KOA的临床疗效和安全性,以期为KOA的临床治疗寻找新的思路。

## 1 临床资料

本组144例,为2015年8月至2017年1月在河南省洛阳正骨医院(河南省骨科医院)门诊或住院治疗的患者。男34例,女110例;年龄46~70岁,中位数57岁;病程2个月至4年,中位数28个月;双膝病变者64例,单膝病变者80例;所有患者均符合KOA的诊断标准<sup>[2]</sup>,均有不同程度的膝关节疼痛、行走疼痛、关节屈伸活动受限等表现;59例合并膝内翻畸

形,18例合并膝关节肿胀;18例此次就诊前未接受过相关治疗,其余126例此次就诊前均接受过系统的非手术治疗。

## 2 方法

### 2.1 治疗方法

**2.1.1 平乐筋骨痛消膏外敷** 平乐筋骨痛消膏药物组成包括川牛膝20g、丹参25g、炒桃仁25g、醋香附20g、乌药10g、桂枝10g、威灵仙25g、秦艽20g、白芍25g、伸筋草20g、续断20g、甘草10g、生地黄20g。将以上药物打细粉,炼蜜为膏。使用时将制成的膏剂均匀涂抹于敷料上,敷于患膝(覆盖内外髌骨穴或委中穴),每天1次,晚上睡前贴敷,每次6h左右,5d为1个疗程,间隔2d后继续下一疗程,共治疗2个疗程。

**2.1.2 肌筋活化** 使用RH9003型微乐脊柱温热活化器(北京仁和盛科贸有限公司)进行治疗(图1)。治疗时患者躺在治疗床上,暴露患侧大腿内侧、后侧及外侧肌群,选取痛点或痛区及肌张力高或有条索处、肌肉起止点附近进行操作。在待治疗区域涂抹橄榄油,待温热活化器准备好后,先在患者左手试温,摩擦活化区,温度设定为42~47℃,以患者能耐受为度,充分活化肌肉关节周围软组织,每次治疗20~30min,每天2次,共治疗14d。每次治疗后进行短

时局部冷疗 5 ~ 10 min (温度 10 ℃), 以减少局部渗出。



图 1 微乐脊柱温热活化器肌筋活化治疗图

**2.2 疗效及安全性评价方法** 分别于治疗前和治疗结束后采用视觉模拟量表 (visual analogue scale, VAS) 评分<sup>[3]</sup>和西安大略和麦克马斯特大学 (Western Ontario and McMaster Universities, WOMAC) 骨关节炎指数<sup>[4]</sup>评价患者的膝关节疼痛程度和临床综合疗效。同时观察治疗期间的并发症发生情况。

**2.3 数据统计分析方法** 采用 SPSS19.0 统计软件进行数据统计分析, 患者治疗前后疼痛 VAS 评分和 WOMAC 骨关节炎指数的比较均采用 *t* 检验, 检验水准  $\alpha = 0.05$ 。

### 3 结果

9 例患者治疗结束后病情加重, 疼痛 VAS 评分和 WOMAC 评分均较治疗前升高 [(4.01 ± 1.09) 分, (4.55 ± 1.21) 分,  $t = 4.076, P = 0.003$ ; (61.74 ± 18.09) 分, (70.56 ± 17.28) 分,  $t = 5.981, P = 0.000$ ]; 其余 135 例患者治疗后病情明显减轻, 疼痛 VAS 评分和 WOMAC 评分均较治疗前降低 [(3.99 ± 1.18) 分, (2.72 ± 0.95) 分,  $t = 8.425, P = 0.000$ ; (62.54 ± 18.17) 分, (56.84 ± 19.65) 分,  $t = 4.893, P = 0.000$ ]。治疗期间 7 例患者出现皮肤过敏, 经对症处理后缓解。

### 4 讨论

KOA 属中医学痹证范畴,《素问·痹论》中就有“风寒湿三气杂至, 合而为痹也, 其风气胜者为行痹, 寒气胜者为痛痹, 湿气胜者为着痹也”的记载。中年以后, 人体肝肾日渐亏损, 肝虚则血不养筋, 肾虚则髓

减, 筋骨失养, 继而引发了退行性变的进程。中医学理论认为, KOA 的主要病机为肝肾亏虚, 风寒湿外邪侵袭, 气滞、血瘀、痰凝痹阻经络, 属本虚标实之证<sup>[5]</sup>。治疗应以疏通经脉气血、补益肝肾、强筋壮骨为法<sup>[6]</sup>。中药外敷治疗 KOA 可通经活络, 调和气血, 改善局部组织的功能活动<sup>[7-8]</sup>。平乐筋骨痛消膏是根据平乐郭氏正骨用药经验总结而成的, 可通调腠理、疏通血脉, 具有祛风除湿、消肿镇痛的作用, 能有效缓解 KOA 的症状、体征。

目前多数学者认为膝关节周围肌力和本体感觉不足、柔韧性差及肥胖等是影响膝关节生物力学性能的主要因素<sup>[9-10]</sup>。增加肌肉筋膜柔韧性在减轻 KOA 患者临床症状、改善关节功能及延缓病情进展方面的作用已被证实<sup>[11-12]</sup>。肌筋活化法从热理疗角度类似中药烫熨疗法, 在缓解膝关节疼痛和改善膝关节功能方面能起到与非甾体抗炎药相当的效果, 且作用持续时间更长<sup>[13]</sup>。肌筋活化法可运用热力刺激肌肉韧带产生松弛或收缩, 改善微循环, 松解肌肉软组织的条索, 僵硬部位和筋膜链中的硬结, 改善肌肉筋膜柔韧性, 使细胞内部环境由绝对的不平衡状态转变为相对平衡, 能有效缓解 KOA 患者痛点、痛区的不适症状。

本组患者的治疗结果提示, 平乐筋骨痛消膏外敷结合肌筋活化治疗能有效减轻 KOA 患者的膝关节疼痛症状, 改善膝关节功能, 而且具有较高的安全性。

### 5 参考文献

- [1] 中华医学会风湿病学分会. 骨关节炎诊断及治疗指南[J]. 中华风湿病学杂志, 2010, 14(6): 416-419.
- [2] 中华医学会骨科学分会. 骨关节炎诊治指南(2007年版)[J]. 中华骨科杂志, 2007, 27(10): 793-796.
- [3] 蒋协远, 王大伟. 骨科临床疗效评价标准[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2005: 123-124.
- [4] BELLAMY N. 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.
- [5] 孙艳, 陈立忠, 王海燕, 等. 增液润节汤和美洛昔康片治疗膝骨关节炎的对比研究[J]. 中医正骨, 2014, 26(1): 21-23.
- [6] 李艺彬, 吴昭克, 朱勇. 针灸治疗膝骨性关节炎临床研究现状[J]. 中医正骨, 2013, 25(2): 74-75.
- [7] 中华中医药学会. 中医骨伤科常见病诊疗指南[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2012: 57. (下转第 68 页)

(上接第 59 页)

- [8] 彭宇,袁长深,廖小波. 中医外治法治疗膝骨性关节炎近况[J]. 现代中医药,2008,28(2):58-60.
- [9] 高丕明,罗小兵,何栩,等. 运动干预防治膝骨关节炎的研究进展[J]. 中医正骨,2014,26(9):70-74.
- [10] 李建威. 手法放松腓肌治疗膝骨性关节炎 69 例[J]. 实用医学杂志,2007,23(16):2600-2601.
- [11] SALEKI M, AHADI T, RAZI M, et al. Comparison of the effects of acupuncture and isometric exercises on symptom of knee osteoarthritis [J]. Int J Prev Med, 2013, 4 (Suppl 1):S73-S77.
- [12] 陈大伟. 熊昌源教授外治三联法治疗膝骨性关节炎经验总结[J]. 中国中医骨伤科杂志,2011,19(4):51-52.
- [13] 梅其杰,袁长深,段戡,等. 壮药骨痹方烫熨联合运动疗法治疗膝骨关节炎的临床研究[J]. 中医正骨,2015,27(7):27-30.

(2017-08-29 收稿 2017-10-01 修回)