

# 温针灸配合康复训练对膝骨性关节炎患者疼痛及生活质量的影响

李金秋 谢立彦 赵嵘焚 吴志元\*

(廉江市人民医院,广东 廉江 524400)

**摘 要:**目的 观察温针灸联合康复训练对膝关节炎患者疼痛及生活质量的影响。方法 120 例膝关节炎患者,疼痛评估使用视觉模拟疼痛评定法(VAS),入组患者疼痛点 VAS 评分  $>3$ ,根据门诊及住院号随机分为温针灸配合康复训练治疗组、单纯康复训练组,每组 60 例,两组患者均予餐后口服盐酸氨基葡萄糖胶囊 480mg 每天及每周一次玻璃酸钠注射液 2mL 膝关节腔注射;单纯康复组:进行下肢股四头肌肌力训练(静力性等长收缩及蹬腿等张运动),根据病情情况,适当加减阻力(徒手或用沙袋)给予患膝的负重训练,一天一次,每次 20 分钟,每疗程为 15 天,连续治疗 2 疗程;温针灸配合康复组:在单纯康复训练组上,加上针灸,选取内外膝眼,梁丘,血海,阳陵泉,阴陵泉,膝阳关及内外侧副韧带的阿是穴,采用平补平泻的手法,内、外膝眼接上电针,阴、阳陵泉接上艾柱行温针治疗,每一次针灸时间为 30 分钟,每疗程为 15 天,连续治疗 2 疗程。2 个疗程结束后进行疼痛评价、生活质量(SF-36)量表评价和疗效评估。结果 经过分析与对比可知,患者在联合治疗方案之下其临床治疗的效果和单纯康复组相比疗效显著( $P<0.05$ ),并且研究组在减轻疼痛以及改善生活质量方面和对照组相比优势明显( $P<0.05$ )。结论 在治疗膝关节炎之中温针灸联合下肢肌力训练的临床的效果良好,对于患者的疼痛程度和生活质量的改善较好,提高了患者生活的质量,在临床之上值得推荐广泛使用。

**关键词:**膝骨性关节炎;温针;康复训练;灸法;临床研究

中图分类号:R245.31<sup>+</sup>5 文献标识码:A 文章编号:1672-0571(2020)04-0065-03

DOI:10.13424/j.cnki.mtcm.2020.04.016

膝关节骨性关节炎(Knee Osteo Arthritis, KOA)是一种以膝关节表面软骨的退行性变和继发骨质增生为特点的慢性关节疾病。其主要病理特点是关节软骨的退行性变。临床上多发于中老年患者,且女性多于男性。根据中华医学会风湿病学分会《骨关节炎诊断与治疗指南(2010 年版)》:40 岁以上人群中,骨关节炎患病率约为 10% - 17%,60 岁以上人群约占 50%,75 岁以上人群竟高达 80%<sup>[1]</sup>。膝关节炎表现为膝关节疼痛及活动受限,这些症状却极大地影响患者的生活质量,对患者及其家庭产生沉重的经济和心理负担。目前临床上多采用手术治疗及非手术治疗,非手术治疗主要包括药物治疗、物理疗法及中医针

灸,其中药物治疗及物理治疗效果不尽人意<sup>[2-4]</sup>。针灸作为一种简易而有效的治疗被广泛使用,本研究采用通过温针灸配合康复训练治疗膝关节炎,探讨温针灸在改善患者疼痛症状及对提高生活质量方面的作用。

## 1 资料与方法

**1.1 一般资料** 根据中华医学会风湿病学分会《骨关节炎诊断与治疗指南(2010)》膝关节炎诊断标准,年龄在 40 - 80 岁,身体质量指数(BMI 在正常范围内(男 20 - 25,女 19 - 24),选取 120 例膝关节炎患者,来自“广东省廉江市人民医院康复科”门诊及住院患者,根据门诊及住院号随机分为温针灸配合康复训练治疗组、单纯康复训练组。疼痛评估

\* 通讯作者:吴志元, E-mail:1248823651@qq.com