综合治疗增生性膝关节炎 36 例疗效观察

赵爱泉

(江西省体育医院 南昌 330006)

关键词:增生性膝关节炎;辨证分型;按摩疗法;超短波;中西医结合疗法

中图分类号:R 684.3

文献标识码:B

文献编号:1671-4040(2005)06-0054-01

增生性膝关节炎属中医痹证范畴,为退行性病变,广泛发生于 50 岁以上的中老年人。症状常因劳累、外伤、寒冷等因素引起,由不适到疼痛,影响功能,病程绵长。近两年来,运用中药内治、按摩、超短波理疗等综合治疗病人 36 例,疗效较满意。介绍如下:

1 一般资料

本组病例男 9 例,女 27 例;年龄最小 55 岁,最大 78 岁,平均 65 岁;大多为缓慢发病,12 例曾有膝部损伤史;病程最短 3 个月,最长 10 年;职业均为退休职工。初诊前大都曾服用过中成药或西药,亦有做过封闭、针灸、理疗等治疗。临床分型:(1)单纯疼痛型,见于病程早期。膝部疼痛于早晨起床后或坐久开始行走时出现,活动片刻后,膝痛能趋消失,若行走活动过多,则膝痛加重,可出现轻度跛行。X 线片可见胫骨平台两侧有轻度骨质增生。(2)肿胀发热型:病程既久,常因劳累或受寒而逐渐加重,且多二膝同病,肿胀疼痛、行走困难,难于长途行走,跛行明显,不能下蹲,严重者静息时有疼痛,甚至影响睡眠。X 线片可见局部软组织肿胀,胫骨平台两侧、髌间嵴、髌骨上下缘均可见骨质增生。

2 治疗方法

2.1 中药内治 单纯疼痛型,症属风寒湿邪痹阻经络。治以宣痹通络,常用药有:独活、防风、桑寄生、当归、丹参、川牛膝、白茯苓、雷公藤、秦艽、细辛、甘草等。肿痛发热型,症属寒湿互阻,郁而发热。治宜化湿消肿,温经通络。常用药有:制南星、地龙、羌活、鸡血藤、仙灵脾、雷公藤、炒白术、当归、丹参、薏米仁、白茯苓、乳香、甘草等。以上用药主方不变,根据病情而加减,每周服药 5 剂,停药 2d。

2.2 按摩 主要手法与实施要领:

2.2.1 松筋法 患者仰卧位,膝关节伸直,术者拇、食、中指卡握在髌股关节两侧缘用力相挤,上下滑动 10 次左右,髌骨由下向上垂直用力,以增大髌股关节间隙,从而改善关节面受压。接着术者一握住膝关节上方,屈膝 45 度左右,另手指握压在髌上缘,使伸直膝关节时拇指水平用力,分别由髌骨的内上缘、中上缘和外上缘,推向外下方、下方,然后沿相反方向推向内下方,重复数次,以扩张伸膝装置并增大髌骨的活动度。

2.2.2 刮筋法 术者于髌骨的外上方与内下方分别“筋结”作为刺激点,术者屈一拇指,指腹做支点,另一手掌压于该拇指上,用臂力推动进行刮筋手法 5~6 次,对膝关节周围有关腱性组织的痛点亦相应分刮 5~6 次。继而屈患膝将髌骨固定,用拇指腹于痛性条索状组织刮筋 4~5 次。可松解髌周筋膜粘连,有利缓解或消除关节疼痛。

2.2.3 捶击法 伸膝,术者半握拳,于髌骨周围反复捶击 6~7 次,意在舒筋活血。若关节积液,则用实拳擦压髌周上下前后肌肉,有利积液吸收,增加稳定。

2.2.4 镇定法 若伸膝受限,患者仰卧位,术者身靠患膝,面向足侧,一手压于髌骨上方,固定股骨干,同时另一手托住足跟向上提,双手相向用力,使患膝伸展至最大限度维持不动 2min 左右,患者自觉缓解,放松后重复 2~3 遍。若屈膝受限,患者俯卧位,术者一手扶臀后,另一手扶握踝前,朝臀位方向屈膝压至最大限度保持 2min 左右,放松后重复 2~3 次,逐步恢复患膝伸屈功能。最后用双手按拿大腿肌群和捋顺手法 4~5 遍结束。以上手法根据症状与病情使用,注意刚柔结合。一般每天或隔天 1 次,10 次为 1 个疗程。

2.3 理疗 用超短波治疗,电磁波作用患处感应生热而消炎镇痛。每天 1 次,10 次 1 个疗程。

3 治疗结果

本组疗程最短 2 周,最长 2 个月。经过综合治疗结果:单纯疼痛型 14 例,治疗后疼痛均有缓解,其中 9 例症状基本消失。肿胀发热型 22 例,6 例于治疗 1 个月后,发热肿胀消失,疼痛显著减轻,功能基本恢复;另 11 例治疗 1 个半月后,发热肿胀基本消失,疼痛减轻,功能改善;5 例疼痛减轻,发热好转,肿胀及功能略有改善。以上均为结束治疗时疗效。未作随访,已有 2 例在症状复发后继续来门诊治疗。

4 讨论

4.1 单纯疼痛型属早期证型,多系长期劳损,腠理空疏,风寒杂至,凝滞血脉,两膝络道不通,以致疼痛重著,往往迁延不愈。用独活、防风、秦艽、雷公藤、细辛祛风邪,通经络;当归、丹参、川牛膝、桑寄生养血祛风;茯苓渗湿;甘草调和诸药,缓急舒挛。肿胀发热型病程已久,症状较重,寒邪郁久化热,痰湿蕴阻关节。用制南星、白术、地龙燥湿化痰消肿;茯苓、薏米利湿健脾;羌活、雷公藤、仙灵脾、乳香祛风宣痹;当归、丹参、鸡血藤养血和络;甘草调和诸药。

4.2 结合按摩治疗,围绕痛点推拿为主,以痛治痛,松解粘连,有效改善与恢复关节功能,以弥补单纯内治法在恢复功能方面之不足;同时利用超短波使局部发热,与手法相得益彰,改善局部血运,促进炎症吸收,利于肿胀消除。

4.3 由于增生性膝关节炎的骨骼病理变化,一经发生,不仅难于消退,且可能逐渐加重,因而临床症状易于复发,严重影响老年人健康生活。应嘱患者充分休息,积极锻炼。适当的锻炼,能强壮筋骨,滑利关节,健身祛病,预防复发。

(收稿日期:2005-04-19)