

中药热奄包治疗膝关节骨性关节炎的临床疗效观察

万旭东

内蒙古赤峰市喀喇沁旗医院

DOI:10.32629/ffcr.v3i10.21278

[摘要] 目的：探讨中药热奄包干预膝关节骨性关节炎（KOA）的临床效果，及其对患者关节疼痛、膝关节功能恢复的改善作用。方法：选取我院骨科收治的140例膝关节骨性关节炎患者，对照组予非甾体抗炎、关节营养药物及功能锻炼指导，观察组在此基础上联合中药热奄包局部外敷治疗，比较两组治疗前后疼痛评分（VAS）、骨关节炎指数（WOMAC）、Lysholm膝关节功能评分及临床疗效。结果：治疗后与对照组相比，观察组VAS、WOMAC评分明显降低，Lysholm评分显著提高；观察组临床总有效率94.29%，显著高于对照组的81.43%（均 $P<0.05$ ）。结论：中药热奄包辅助治疗膝关节骨性关节炎疗效确切，可有效减轻患者关节疼痛，改善膝关节活动功能，提升临床治疗效果，安全性良好，适合临床推广应用。

[关键词] 膝关节骨性关节炎；中药热奄包；膝关节功能；临床疗效

中图分类号：R274.9 文献标识码：A

Clinical Observation on Therapeutic Efficacy of Traditional Chinese Medicine Hot Foment Pack for Knee Osteoarthritis

Xudong Wan

Harqin Banner Hospital, Chifeng City, Inner Mongolia Autonomous Region

Abstract: Objective: To investigate the clinical efficacy of TCM hot foment pack in the treatment of knee osteoarthritis (KOA) and its improvement on joint pain and knee function. Methods: A total of 140 patients with KOA admitted to orthopedics department were enrolled and randomized into two groups of 70 cases each. The control group received oral nonsteroidal anti-inflammatory drugs plus joint nourishing agents and functional exercise guidance; the observation group added external TCM hot foment pack therapy on the basis of the above regimen. Visual Analogue Scale (VAS), Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index (WOMAC) and Lysholm knee function score as well as overall clinical efficacy were compared between groups before and after treatment. Results: After intervention, the observation group obtained significantly lower VAS and WOMAC scores and higher Lysholm scores; its total effective rate reached 94.29% versus 81.43% of control group (all $P<0.05$). Conclusion: Adjuvant treatment with TCM hot foment pack has definite curative effect on KOA, which can relieve joint pain and improve knee motor function with good safety, suitable for wide clinical application.

Keywords: knee osteoarthritis; traditional Chinese medicine hot foment pack; knee joint function; clinical efficacy

引言

膝关节骨性关节炎（KOA）是一种以关节软骨退行性变为核心，累及软骨下骨、滑膜及关节周围组织的慢性退行性关节疾病，好发于中老年人中，以膝关节疼痛、红肿、活动受限为主要症状^[1-2]，严重影响患者的生活质量。随着人口老龄化进程加速，KOA的发病率呈逐年上升趋势，已成为骨科临床的常见病与多发病^[3]。流行病学调查显示，我国40岁以上人群KOA患病率约为10%~17%，60岁以上人群患病率高达50%以上，女性患病率高于男性^[4]。目前，西医治疗KOA主要采用非甾体抗炎药（NSAIDs）、关节腔注射玻璃

酸钠及物理治疗等，虽能短期缓解症状，但长期用药存在胃肠道及心血管不良反应风险，且难以逆转软骨退变进程^[5]。中医药在KOA的防治中具有独特优势，其中，中药热奄包疗法作为中医外治法的重要组成部分，通过“热疗”与“药疗”的双重作用，达到温经散寒、活血通络、消肿止痛的目的，临床应用广泛^[6]。本研究旨在系统观察中药热奄包治疗KOA的临床疗效及安全性。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2024年1月—2025年1月于我院骨科收治的140

例 KOA 患者，随机分为对照组（ $n=70$ ，男/女为 33/37，单侧/双侧为 59/11，平均年龄 61.35 ± 7.26 岁）和观察组（ $n=70$ ，男/女为 31/39，单侧 58/双侧 12，平均年龄 60.98 ± 7.03 岁），两组患者一般资料方面比较（ $P>0.05$ ），具有可比性。

纳入标准：①西医参照《中国骨关节炎诊疗指南（2024 版）》^[7]中膝关节骨性关节炎的诊断标准，经临床+影像检查确诊；中医辨证标准参照《中药新药临床研究指导原则（试行）》，主症为膝关节刺痛、痛有定处、夜间加重，次症为面色晦暗、唇甲紫暗、舌质紫暗或有瘀点、脉弦涩。②年龄 40~80 岁；③ K-L 分级 I~III 级；④近 1 个月未接受相关理疗、激素注射或关节腔清理术者，患者意识清醒，具备良好的沟通及配合能力。

排除标准：①合并其他类型关节炎；②膝关节局部皮肤破损、感染或过敏体质；③合并严重心、肝、肾功能不全，妊娠期或哺乳期等特殊生理时期；④既往有精神障碍病史或认知功能障碍，无法配合治疗和随访者。

1.2 方法

1.2.1 对照组（西医治疗）：予以口服西药对症治疗，核心用药为塞来昔布胶囊与硫酸氨基葡萄糖胶囊，根据临床不同应用标准统一规范用药方案：①塞来昔布胶囊，常规每日 1 次、每次 0.2g 餐后服用，疼痛症状缓解后可停药，持续用药最长周期为 4 周；②硫酸氨基葡萄糖胶囊，每日 3 次、每次 0.5g，连续规律服用 4 周，用于营养膝关节软骨、改善关节代谢。治疗期间同步实施综合护理干预，指导患者开展股四头肌收缩、直腿抬高等膝关节功能训练，结合耐受度调

整训练强度，规律训练 4 周。同时开展健康指导，引导患者劳逸结合、注意关节保暖、控制体质量，合理膳食，同时全程观察患者病情与训练耐受情况，疏导负面情绪，动态优化干预方案。

1.2.2 观察组（中药热奄包联合西医常规治疗）：

中药热奄包组方：独活、威灵仙、透骨草各 30 g，艾叶、桂枝、川牛膝各 20 g，花椒红花各 15 g，将药材研磨为粗药末，装入双层纯棉布袋，将药包置专用恒温箱 70℃ 预热 20 min，取出后在操作者前臂内侧试温至 45 ± 2 ℃，以患者温热舒适、无烫感为耐受标准。

外敷方式与部位：患者取平卧位或坐位，充分暴露患侧膝关节，将热奄包精准外敷于膝关节疼痛区域、髌骨周围及膝眼穴，可覆盖关节内外侧病变部位；操作时可垫单层棉质治疗巾或外层包裹毛巾保温，避免直接高温接触皮肤。

时长与频次：单次外敷治疗 20~30 分钟，每日治疗 1 次，连续治疗 4 周，治疗期间密切观察皮肤情况，防止烫伤。

1.3 观察指标

对比两组患者疼痛程度（VAS 评分）、膝关节功能（采用 WOMAC 骨关节炎指数和 Lysholm 膝关节评分评估）和临床疗效。

1.4 统计学分析

本实验数据应用 SPSS 26.0 软件进行处理分析，计量（ $\bar{x} \pm s$ ）以 t 检验，计数[n(%)]采取 χ^2 检查。 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

表 1 两组患者治疗效果各项指标对比（ $\bar{x} \pm s$ ）[n(%)]

指标		对照组（ $n=70$ ）	观察组（ $n=70$ ）	t/ χ^2 值	P 值
VAS 评分	治疗前	6.85 ± 1.24	6.79 ± 1.31	0.278	>0.05
	治疗后	3.52 ± 0.86	2.13 ± 0.72	10.216	<0.05
WOMAC 评分	治疗前	62.37 ± 8.52	61.95 ± 8.73	0.294	>0.05
	治疗后	38.64 ± 7.25	26.31 ± 6.89	10.325	<0.05
Lysholm 评分	治疗前	52.37 ± 12.4	52.63 ± 12.65	0.122	>0.05
	治疗后	67.42 ± 10.38	79.85 ± 9.72	7.328	<0.05
临床疗效	临床控制	18 (25.71%)	29 (41.43%)	-	-
	显效	23 (32.86%)	25 (35.71%)	-	-
	有效	16 (22.86%)	12 (17.14%)	-	-
	无效	13 (18.57%)	4 (5.71%)	-	-
	总有效率	57 (81.43%)	66 (94.29%)	6.048	<0.05

3 讨论

膝关节骨性关节炎（KOA）是临床高发的慢性退行性骨关节病变，多发于老年人，核心病理改变为关节软骨磨损、退变，继发骨质增生、滑膜炎及关节腔积液^[8-9]，患者主要表现为膝关节疼痛、僵硬、活动受限，病情迁延反复会严重降低日常活动能力与生活质量，长期病痛还易引发负面情绪^[10]，因此要给予及时有效的治疗。目前西医常规对症治疗可快速缓解急性期疼痛、营养关节软骨，但整体疗效有限，难

以从根源上改善局部气血瘀滞、经络痹阻的状态，远期复发率较高。

从中医学科视角来看，KOA（膝骨关节炎）可归入“膝痹”“骨痹”之范畴，其发病多本于肝肾亏虚，标于邪实阻滞，加之风湿邪侵袭、劳损瘀阻，致膝关节经络闭塞、气血运行不畅，因此治疗当以温经散寒、活血通络、祛湿止痛为法。

本研究所用中药热奄包组方中，独活、威灵仙、透骨草

可祛风除湿、通痹止痛，艾叶、桂枝温通经脉、散寒止痛，川牛膝活血通经、引药下行，而花椒温阳散寒，红花活血化瘀，诸药配伍可协同发挥温经散寒、活血通络、消肿止痛之效。同时热奄包的温热刺激可扩张膝关节局部毛细血管，加速血液循环与新陈代谢，促进炎性代谢产物吸收，松弛周围痉挛的肌肉与韧带，实现药力与热力的协同作用。

从结果来看，治疗后两组患者疼痛与关节功能指标均有改善，但观察组改善幅度更优，且临床总有效率显著高于对照组（ $P<0.05$ ）。证实西医常规治疗基础上联合中药热奄包外敷，可有效弥补单纯西药治疗的不足，进一步减轻膝关节疼痛，修复关节功能，提升整体治疗效果，且该外治方案操作简便、无胃肠道副作用、安全性高，患者接受度良好。

综上，中药热奄包辅助治疗膝关节骨性关节炎疗效确切，可有效减轻患者关节疼痛，改善膝关节活动功能，提升临床治疗效果，安全性良好，适合临床推广应用。

[参考文献]

[1]黄霞.中药熏洗配合耳穴压豆、穴位贴敷干预应用于膝骨性关节炎的疗效观察[J].现代诊断与治疗,2024,35(23):3496-3498.

[2]卿伦学,安易,刘长信,等.九步八分推拿法对膝关节骨性关节炎女性患者股直肌超声灌注成像的影响[J].中医杂志,2022,63(9):851-855.

[3]王慧明,王庆雷,马建华,等.中药热敷治疗老年膝关节骨性关节炎疗效观察[J].辽宁中医杂志,2022,49(6):138-142.

[4]赵世永,徐文博,陶家安.独活寄生汤联合小针刀疗法治疗膝关节骨性关节炎60例临床研究[J].江苏中医

药,2023,55(4):44-47.

[5]杨孝云,钱诗慧,沈瑞玉,等.中药热奄包联合塞来昔布治疗寒湿痹阻型膝关节关节炎临床观察[J].浙江中医杂志,2025,60(7):623-624.

[6]张祝芹,薛健,孙娇君.中药热奄包联合中医定向透药疗法对膝骨性关节炎患者疼痛及膝关节功能的影响[J].中西医结合护理(中英文),2025,11(10):37-40.

[7]中国骨关节炎诊疗指南专家组,中国老年保健协会疼痛病学分会,黄东,等.中国骨关节炎诊疗指南(2024版)[J].中华疼痛学杂志,2024,20(3):323-338.

[8]李谷峰,李作翔,张娜,等.盐酸氨基葡萄糖与塞来昔布结合体外冲击波对骨性关节炎患者膝关节功能的影响[J].贵州医科大学学报,2022,47(9):1097-1101.

[9]Sumen A ,Oktay K N K .Ultrasound findings in patients with knee osteoarthritis: Relationships with clinical characteristics, radiographic findings and generalized osteoarthritis.[J].Osteoarthritis and cartilage open, 2025,7(3):100656.

[10]Mahmoudi L ,Sadati M S ,Farpour R H ,et al.Prevalence of Depression in Elderly Patients With Osteoarthritis: A Cross-Sectional Study.[J]. Musculoskeletal care, 2025,23(3):e70179.

作者简介：

万旭东（1969.12-），女，满族，内蒙古赤峰市喀喇沁旗锦山镇人，本科，副主任中药师，研究方向为中药学。