

DOI: 10.12209/CAIM202603310006

· 中西医结合临床案例 ·

中药涂擦联合点穴疗法治疗 1 例 膝关节骨性关节炎患者的病例报告

张 聘¹, 李 姣², 张 鹏¹, 李 晴¹, 王若飞¹, 张 薇¹

(1. 北京中医药大学东方医院 骨科, 北京, 100078;

2. 北京中医药大学东方医院二七院区 门诊, 北京, 100072)

摘要: 本文总结 1 例膝关节骨性关节炎患者左膝疼痛、活动受限及跛行的护理经验。根据中医辨证分型, 为患者运用特色中医护理技术(中药涂擦及点穴疗法), 结合生活、饮食及情志护理等方法, 有效缓解患者相关症状, 明显改善膝关节活动度, 提高患者生活质量。

关键词: 膝关节炎; 中药涂擦; 点穴疗法; 护理

Case Report of Chinese Herbal Application Combined with Acupoint Pressure Therapy in a Patient with Knee Osteoarthritis

ZHANG Pin¹, LI Jiao², ZHANG Peng¹, LI Qing¹, WANG Ruofei¹, ZHANG Wei¹

(1. Department of Orthopedics, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078;

2. Outpatient Department, Erqi Campus, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100072)

ABSTRACT: This report summarizes the nursing experience of managing left knee pain, restricted range of motion, and limping in a patient with knee osteoarthritis. Based on traditional Chinese medicine (TCM) syndrome differentiation, the distinctive TCM nursing techniques of Chinese herbal application and acupoint pressure therapy were employed, complemented by lifestyle guidance, dietary regulation, and emotional nursing care. These interventions effectively alleviated the patient's symptoms, markedly improved the range of motion of the affected knee joint, and enhanced the patient's quality of life.

KEY WORDS: knee osteoarthritis; Chinese herbal application; acupoint pressure therapy; nursing care

膝关节骨性关节炎(knee osteoarthritis, KOA)属中医“骨痹”“膝痹”范畴,中老年群体高发,核心病机为肝肾亏虚致筋骨失养、气血不畅生瘀,叠加风寒湿邪痹阻经络,最终引发膝关节疼痛、僵硬及活动受限,病理特征以关节软骨变性为主^[1-2]。随着我国人口老龄化进程加快,本病发病率呈逐年上升趋势^[3]。因其致残率、复发率较高,严重影响患者生活质量^[4]。该病属于退行性病变,关节软骨损伤一旦发生则不可逆转,需积极开展治疗,以降低关节畸形、滑膜炎、关节强直及关节内骨折等并发症的发病风险^[5]。目前 KOA 的

治疗以缓解疼痛、控制病情为主,分为药物治疗与非药物治疗两类,疾病前中期患者采用非药物治疗,如佩戴矫形支具、关节功能锻炼等;症状严重者给予非甾体类抗炎药、镇痛类药物以缓解病痛,但药物治疗易产生依赖性,长期服用疗效下降,上述疗法对病症改善、病情进展的控制效果有限。中医治疗 KOA 方法多样、疗效确切,尤其在改善远期预后方面具有显著优势^[6-7]。本文总结 1 例膝关节骨性关节炎患者的中医辨证护理经验,现报告如下。

收稿日期:2026-03-31

基金项目:中央高水平中医医院临床科研业务费资助(DFRCGC-2024QHYS-YZ006)

通信作者:李姣, E-mail: 411971237@qq.com

OPEN ACCESS

<https://case.jcme.net.cn>

1 临床资料

1.1 一般资料

患者女性,57岁,主因“左膝疼痛3月余,加重2 d”于2026年01月12日收入我科。刻下症见:左膝疼痛剧烈,难以屈伸,活动受限,跛行,纳眠可,二便调。既往史:高血压病史30余年,规律服药,血压控制稳定;糖尿病病史20余年,规律口服降糖药物联合胰岛素注射治疗;冠心病病史6年,规律服药治疗。过敏史:对芒果过敏。

1.2 查体

生命体征:体温(T)36.4℃,心率(HR)72次/min,呼吸(R)16次/min,血压(BP)128/88 mm Hg。专科查体:左膝关节肤温、肤色正常,膝关节周围压痛,活动受限,过伸痛(+),过屈痛(+);关节活动度:屈曲90°,过伸-10°,中立位0°;浮髌试验(+);左足背动脉搏动可触及,末梢感觉、血运正常。中医查体:舌暗红,无异常气味,左膝疼痛、活动受限,脉弦。

1.3 诊断

中医诊断:膝痹;辨证分型:气滞血瘀证;西医诊断:左膝关节重度骨性关节炎。

1.4 治疗干预

中医治则为活血化瘀、行气止痛,西医予对症治疗。采用中药涂擦联合点穴疗法,治疗第1天,患者左膝疼痛较前缓解,关节活动度无改善;治疗第5天,左膝疼痛明显缓解,关节活动度显著改善;治疗第10天,患者可正常行走,无明显疼痛。经治疗,患者于01月22日出院。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 疼痛评估

采用视觉模拟评分量表(VAS)评估患者膝关节疼痛程度^[8],在纸上画一条长10 cm的线段,左端标记“0”代表无痛,右端标记“10”代表最剧烈疼痛,指导患者根据自身痛感在线段上对应位置标记。该患者疼痛评分为6分,属中度疼痛。

2.1.2 中医证候评估

治疗前后予患者中医证候积分(TCMSS)^[9]评估,从以下维度评估并积分:①膝部疼痛(无=0分、轻度=2分、中度=4分、重度=6分);②膝部肿胀(无=0分、轻度=1分、中度=2分、重度=3分);③单膝半蹲和全蹲疼痛(无=0分、轻度=1分、中度=2

分、重度=3分);④上下楼疼痛(无=0分、轻度=2分、中度=4分、重度=6分);⑤膝部僵硬(无=0分、轻度=1分、中度=2分、重度=3分);⑥屈伸不利(无=0分、轻度=2分、中度=4分、重度=6分);⑦腰膝酸软(无=0分、轻度=1分、中度=2分、重度=3分);⑧膝部怕冷、遇寒加重(正常=0分、异常=2分);⑨舌象(正常=0分、异常=1分);⑩脉象(正常=0分、异常=1分)。患者入院时中医证候积分为23分。

2.1.3 关节功能评估

治疗前后采用WOMAC骨关节炎指数评估^[10],共包含24个条目,分为疼痛、僵硬及日常活动3个维度,每个条目按严重程度计0~4分,评分越高提示该维度膝关节疼痛越明显、僵硬程度越重、日常活动能力越差。患者入院时WOMAC评分为62分,提示其膝关节疼痛、晨僵及关节功能障碍均处于中度水平。

2.2 护理诊断

急性疼痛:与左膝关节局部炎症反应有关;行走障碍:与左膝关节疼痛、活动受限有关;焦虑:与疾病影响正常生活有关。

2.3 护理计划

针对患者现存问题,制定护理计划如下:通过应用点穴疗法及中药涂擦等中医特色技术,配合生活、饮食及情志护理指导,力争1周内缓解患者左膝关节疼痛、活动受限症状,提升患者舒适度,缩短康复周期。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理

2.4.1.1 中药涂擦治疗

中药涂擦法是将药膏涂擦于患处,药力经皮肤腠理吸收入里,起到治疗作用的疗法^[11]。选用红花、大黄、伸筋草及铁线透骨草等药物,制成具有活血化瘀、通络止痛功效的颗粒。操作前,将中药颗粒置于治疗罐中,加入适量50℃温水,调制成粘稠糊状备用。操作时协助患者取仰卧位或坐位,使膝部放松,注意做好保暖措施,将调好的中药涂抹于患者左膝疼痛处,以膝关节为中心,上下各延伸约5 cm,尽量覆盖疼痛部位,每日治疗1次。

2.4.1.2 点穴疗法

点穴疗法是通过手指按压特定穴位,激发经气活动,调整脏腑功能,改善机体病理状态的疗法^[12]。在中药涂擦治疗的基础上,选取左侧内膝

眼、外膝眼及足三里穴,采用拇指指端点法(手握空拳,拇指伸直并紧靠于食指中节,用拇指端点垂直点压施术部位)施术,点穴时间选择在饭后1~2 h进行。每个穴位施术1~2 min,以局部穴位透热为度,每日治疗1次。

2.4.2 常规护理

2.4.2.1 生活护理

指导患者做好腿部保暖,防止受凉,注意保护受累膝关节,避免上下楼梯,减少膝关节摩擦,指导患者必要时佩戴护膝。密切观察患肢局部疼痛、皮肤颜色、温度及足背动脉搏动情况。指导患者使用手杖、助步器等辅助器具活动,以减轻受累关节负荷,预防跌倒。

2.4.2.2 饮食护理

指导患者宜食活血通络、温经壮阳的食物,如山楂、木耳、黑豆、核桃及乌鸡汤等;忌食辛热燥辣、肥甘厚腻的食物,如肥肉、烤肉等。

2.4.2.3 情志护理

密切关注患者情绪变化,做好心理疏导,帮助患者树立治疗信心,积极配合治疗与护理。采用移情疗法,转移或调整患者的情绪与意志,怡养心神,促进患者身心健康。当患者因疼痛出现情绪烦躁时,指导其闭目静心、全身放松、平稳呼吸,以达到周身气血流通舒畅的状态。对于疾病初期因活动不便而产生孤独等不良情绪的患者,及时给予安慰与陪伴。

2.4.2.4 功能锻炼

指导患者在床上进行踝泵运动、股四头肌等长收缩运动,以促进下肢血液回流,预防深静脉血栓形成,增强下肢肌肉力量。

2.5 护理评价

该患者治疗5 d后,VAS评分由6分降至4分,TCMMS评分由23分降至15分,WOMAC评分由62分降至45分;治疗10 d后,VAS评分由4分降至0分,TCMMS评分由15分降至5分,WOMAC评分由45分降至15分。患者对治疗效果表示满意,治疗过程中依从性高,无不良反应出现。

3 结果和随访

患者治疗依从性良好,对治疗效果满意。出院后经电话随访,患者主诉纳眠可,二便调,左膝关节无明显疼痛,活动度良好,对治疗效果仍表示满意。

4 讨论

骨性膝关节炎属于中医学“痹证”“膝痛”及“骨痹”等范畴,病机为筋骨失养,且随着年龄增长,肝肾渐亏,风寒湿邪侵袭机体后,营卫不固、气血失调,瘀血积聚经脉而发为骨痹。因此治疗应遵循疏通气血、调和营卫、散寒止痛、通经活络的原则^[13]。

中药涂擦所用药物中,红花可活血通经、散瘀止痛;伸筋草能舒筋活络、除湿消肿;铁线透骨草可祛风除湿、通络止痛;大黄能逐瘀通经。诸药外用涂擦,共奏清热利湿、舒筋通络、活血止痛之功效。点穴疗法选取内膝眼、外膝眼及足三里穴,其中内、外膝眼为经外奇穴,可通经活络、消肿止痛;足三里穴能燥化脾湿、生发胃气^[14]。中药涂擦联合点穴疗法可减轻患者疼痛,缓解肌肉痉挛,共奏调和气血、温通经络、止痛逐瘀之效,进一步改善患者临床症状与关节功能,增强临床疗效。

患者知情同意:病例报告公开得到患者或家属的知情同意。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 付聪聪,张美丽,王晓宁,等.当归通痹汤联合温针灸阳陵泉对膝骨性关节炎患者膝关节炎症因子及血液黏滞度的影响[J].中国老年学杂志,2024,44(6):1382-1385.
Fu C C, Zhang M L, Wang X N, et al. Effect of Danggui Tongbi Decoction combined with warm acupuncture Yanglingquan on inflammatory factors and blood viscosity of knee joint fluid in patients with knee osteoarthritis [J]. Chin J Gerontol, 2024, 44 (6): 1382-1385. (in Chinese)
- [2] 鄢琳,陈重凯.依托考昔联合玻璃酸钠对膝关节骨性关节炎患者膝关节功能、疼痛及炎症因子的影响[J].临床合理用药,2024,17(35):128-130,149.
Yan L, Chen C K. Effects of etoricoxib combined with sodium hyaluronate on knee joint function, pain and inflammatory factors in patients with knee osteoarthritis [J]. Chin J Clin Ration Drug Use, 2024, 17 (35): 128-130, 149. (in Chinese)
- [3] 高强.分析全膝关节置换术治疗膝关节骨性关节炎的疗效[J].中国医药指南,2020,18(1):97.
Gao Q. To analyze the curative effect of total knee arthroplasty on knee osteoarthritis [J]. Guide China Med, 2020, 18(1): 97. (in Chinese)

- [4] 施展鸿, 白国昌. 全膝关节置换治疗膝关节骨性关节炎的价值分析[J]. 中国现代药物应用, 2026, 20(3): 67-69.
Shi Z H, Bai G C. Value Analysis of Total Knee Arthroplasty for Osteoarthritis of the Knee[J]. Chin J Mod Drug Appl, 2026, 20(3): 67-69. (in Chinese)
- [5] 安非梦, 武慧强, 张海斌, 等. 膝关节骨性关节炎中西医治疗进展[J]. 实用手外科杂志, 2023, 37(1): 111-116.
An F M, Wu H Q, Zhang H B, et al. Progress in treatment of knee osteoarthritis with traditional Chinese and western medicine[J]. J Pract Hand Surg, 2023, 37(1): 111-116. (in Chinese)
- [6] 闫振界. 水针刀、小针刀与玻璃酸钠关节腔内注射治疗膝骨性关节炎的疗效比较[J]. 实用医学杂志, 2023, 39(5): : 591-596. .
Yan Z J. Effects of injection needle scalpel, small needle scalpel and sodium hyaluronate intraarticular injection on knee osteoarthritis: a comparative study [J]. J Pract Med, 2023, 39(5): 591-596. (in Chinese)
- [7] 高峰, 郝亚波, 罗开涛. 热敏灸治疗膝骨性关节炎的临床研究[J]. 中华全科医学, 2020, 18(1): 119-121.
Gao F, Hao Y B, Luo K T. Clinical study of heat-sensitive moxibustion therapy for knee osteoarthritis [J]. Chin J Gen Pract, 2020, 18(1): 119-121. (in Chinese)
- [8] 李少君, 何碧云, 邱志伟. 温针灸联合聚焦式冲击波治疗膝关节骨性关节炎的临床疗效观察[J]. 中国卫生标准管理, 2026, 17(6): 152-155.
Li S J, He B Y, Qiu Z W. Clinical observation on the therapeutic effect of warm acupuncture and moxibustion combined with focused shock wave on knee osteoarthritis [J]. China Heal Standard Manag, 2026, 17(6): 152-155. (in Chinese)
- [9] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准[M]. 南京: 南京大学出版社, 1994.
- [10] 蒋蒙, 魏淑萍. 老年膝关节骨性关节炎患者 WOMAC 评分与 MRI 特征的相关性分析[J]. 医学临床研究, 2025, 42(9): 1630-1632.
Jiang M, Wei S P. Correlation analysis between WOMAC score and MRI features in elderly patients with knee osteoarthritis [J]. J Clin Res, 2025, 42(9): 1630-1632. (in Chinese)
- [11] 邓玉莹, 陈欣怡, 王晶, 等. 中药凝胶贴膏剂中的常用药物及临床应用研究进展[J]. 中国现代中药, 2021, 23(7): 1304-1310.
Deng Y Y, Chen X Y, Wang J, et al. Composition and clinical application of Chinese medicinal cataplasms: a review [J]. Mod Chin Med, 2021, 23(7): 1304-1310. (in Chinese)
- [12] 高佳月. 悬空灸联合点穴疗法在失眠患者的应用 [C]//关爱生命大讲堂之生命关怀与智慧康养系列学术研讨会, 2025: 237-239.
- [13] 周海东, 王力, 卢姚宏, 等. 王力从湿瘀论治膝骨性关节炎的临证经验[J]. 江西中医药, 2023, 54(1): 21-23.
Zhou H D, Wang L, Lu Y H, et al. WANG Li's clinical experience in treating knee osteoarthritis from the viewpoint of dampness and stasis [J]. Jiangxi J Tradit Chin Med, 2023, 54(1): 21-23. (in Chinese)
- [14] 李南霞, 熊珍珠. 毫火针配合温针灸治疗骨性关节炎临床观察[J]. 中国中医药现代远程教育, 2025, 23(23): 115-117.
Li N X, Xiong Z Z. Filiform fire needle combined with warming needle moxibustion in the treatment of knee osteoarthritis [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2025, 23(23): 115-117. (in Chinese)

声明: 此案例经过本平台同行评议, 全文开放获取, 采用知识共享(CC BY 4.0)许可协议, 作者可在其他媒体再次发表。