

DOI: 10.12209/CAIM202411050005

· 中西医结合临床案例 ·

火龙罐综合灸治疗 1 例 膝关节镜术后康复的护理病例报告

沈中鸣¹, 吴建玲²

(1. 上海中医药大学附属光华中西医结合医院 护理部, 上海, 200335;

2. 上海中医药大学附属光华中西医结合医院 护理综合治疗区, 上海, 200335)

摘要: 本文总结火龙罐综合灸治疗 1 例膝关节镜术后康复患者的护理经验。在中医辨证施护指导下, 予患者火龙罐综合灸中医护理技术, 同时配合健康宣教、情志指导、生活指导及运动指导等护理措施。经治疗, 患者膝关节疼痛症状明显缓解, 肢体活动功能恢复, 失眠及焦虑状态缓解, 疗效显著, 可供临床推广。

关键词: 火龙罐综合灸; 膝关节镜术后; 康复护理

A nursing case report on the comprehensive moxibustion treatment of a case of knee arthroscopy postoperative rehabilitation with Huolong jar

SHEN Zhongming¹, WU Jianling²

(1. Department of Nursing, Guanghua Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Hospital Affiliated to Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai, 200335;

2. Comprehensive Treatment Area of Nursing, Guanghua Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Hospital Affiliated to Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai, 200335)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of a rehabilitation patient after knee arthroscopy treated with Huolongguan comprehensive moxibustion. Under the guidance of traditional Chinese medicine syndrome differentiation and nursing, patients are provided with comprehensive moxibustion and traditional Chinese medicine nursing techniques using fire dragon jars. At the same time, nursing measures such as health education, emotional guidance, life guidance, and exercise guidance are also implemented. After treatment, the patient's knee joint pain symptoms were significantly relieved, limb activity function was restored, insomnia and anxiety were relieved, and the therapeutic effect was significant, which can be promoted clinically.

KEY WORDS: fire dragon jar comprehensive moxibustion; postoperative knee arthroscopy; rehabilitation nursing

随着内窥镜技术的发展, 膝关节镜手术已成为针对多种膝关节损伤疾病经常采取的有效治疗措施^[1]。膝关节镜手术作为一种侵入性治疗, 在关节腔冲洗灌注, 广泛切除病变滑膜时, 常导致膝关节积液、积血, 关节粘连, 瘢痕组织形成, 从而产生术后肿胀、疼痛等症状^[2-3], 而膝关节肿胀不愈, 则会影响患者术后功能锻炼^[4]。中医考虑痹证, 即瘀痹阻证外受风寒之邪、气血凝滞, 不通则痛,

则关节活动受限, 屈伸不利, 导致膝关节功能障碍、气血凝滞, 不通则痛, 寒邪侵入筋脉关节, 则关节活动受限, 屈伸不利, 导致膝关节功能障碍。

目前随着中医护理技术的发展, 对于中医护理特色操作的适用领域越来越广泛, 尤其是在国家“十三五”中医护理规划建设中取得了较好的成绩, 随着不同类型的中医护理技术被逐渐挖掘及推广, “十四五”期间进一步扩大对中医护理技术

收稿日期: 2024-11-05

基金项目: 上海市长宁区专科护理基地建设项目—关节病慢病管理专科护理基地(20212H007)

通信作者: 吴建玲, E-mail: 419745360@qq.com

OPEN ACCESS

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

的应用,采用火龙罐综合灸治疗膝关节炎的护理是发挥中医护理特色技术的一种体现,治疗效果满意。火龙罐综合灸集合多种中医外治技术于一体,包括刮痧、走罐、按摩及灸疗等,以艾炷为灸疗火源,在运罐过程中结合揉、擦、推、按等手法,在施治部位进行推拿按摩,以达到行气活血、通经活络及温经散寒的治疗目的。本次病例针对于寒瘀痹阻证膝关节镜术后康复不良采用中医护理技术火龙罐综合灸进行治疗,有效改善膝关节的临床症状,现报告如下。

1 病例资料

1.1 一般资料

患者右膝关节肿痛4月,加重2周,于外院膝关节磁共振提示半月板变性,膝关节积液,2024年3月22日于我院行右膝关节镜术,现右膝关节肿痛,纳呆,夜寐欠安,二便调。既往有高血压病史15年,糖尿病3年,否认药物过敏史。

1.2 查体

专科查体:双下肢等长,右膝肿胀,皮温正常,外侧间隙压痛(+),过屈时疼痛加重。舌暗红,有瘀斑,苔薄白,脉细弱。

1.3 诊断及治疗

中医诊断为痹证,寒瘀痹阻证;西医诊断为膝关节术后康复不良。予患者中医护理技术,2024年7月15日遵医嘱于中医理疗区予患者火龙罐综合灸治疗,3次/周,以活血化瘀治疗,于2024年8月15日治疗结束,患者相关症状得到医学缓解。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 疼痛评估

采用视觉模拟评分法(Visual Analogue Scale, VAS)评估患者疼痛程度^[5],其中0表示无疼痛,1~3表示轻度疼痛(不影响睡眠),4~6表示中度疼痛,7~9表示重度疼痛(不能入睡或睡时痛醒)。本例患者VAS疼痛评分为7分,属重度疼痛。

2.1.2 膝关节功能评估

采用膝关节功能评分(HSS)评估患者膝关节功能^[6],其中疼痛30分、功能活动22分,关节活动度18分,以及肌力、屈曲畸形、稳定性10分构成,存在使用拐杖、关节伸直受限等情况,相应减分。其中评分大于85分为优秀,70~84分表示膝关节

功能一般,60~69分膝关节中度障碍,低于59分表示关节功能严重障碍。本例患者治疗前评分为60.33,属膝关节功能中度障碍。

2.1.3 焦虑评估

采用焦虑自评量表(SAS)进行评估,标准分小于50分为无焦虑,50~60分为轻度焦虑,61~70分为中度焦虑,大于70分为重度焦虑^[7]。此病例患者评分55分,属轻度焦虑。

2.1.4 睡眠质量评估

采用匹兹堡睡眠质量指数量表(SQI)评估患者睡眠质量^[8],该量表评估患者最近一个月的睡眠质量,由19个自评和5个他评条目构成,其中第19个自评条目和5个他评条目不参与计分,其他18个条目组成7个成分,分别为入睡时间、睡眠时间、睡眠质量、睡眠效率、催眠药物、睡眠障碍及日间功能障碍,每一项分数为0~3分,总分范围0~21分。分值越低,标识患者睡眠质量越好;分值越高,表面患者睡眠质量越差。本例患者首日评分为19分。

2.2 护理诊断

根据患者的主诉,因术后膝关节康复不佳,夜间疼痛及走路时疼痛明显,患者的身心和生活质量受到严重影响,具体护理诊断如下:疼痛与膝关节肿胀有关;活动功能障碍与疼痛及关节僵硬、寒瘀痹阻有关;睡眠障碍与疼痛、活动受限有关;焦虑与失眠、疼痛有关。

2.3 护理计划

根据患者具体问题,制定如下护理计划:①充分发挥中医特色技术优势,采用火龙罐综合灸治疗膝关节镜术后康复不全,促进气血运行、缓解疼痛,治疗3次/周,累计治疗4周。②加强患者宣教,向患者宣教导致失眠的相关知识及提高睡眠质量的方法,如穴位按摩,五音疗法,睡前温水泡脚。③教会患者缓解焦虑的方法,如多与亲人及朋友交流,吐露心声,同时嘱咐家属多关心,陪伴患者。④予患者运动康复指导,改善功能活动受限,加强疾病宣教及正确的睡眠方式,做好心理疏导,改善患者焦虑状态及睡眠质量。

2.4 护理措施

2.4.1 火龙罐综合灸

使用特制的火龙罐,该罐体由玄石和紫砂混合烧制而成,内部融入金银形成花瓣形结构,并点燃由地道药材蕲艾制成的艾炷。患者取仰卧位,充分暴露右膝关节。在膝关节周围选取阿是穴、

足三里、血海、梁丘等穴位进行火龙罐综合灸治疗。操作包括点、灸、揉等多种手法,使皮肤红润,以微烫而不痛为宜,每次治疗持续 10~15 min,3 次/周,连续治疗一个月为一个疗程。

2.4.2 健康宣教

多与患者沟通,加强认知护理,患者为更年期退休女性,文化水平不高,在治疗过程中结合健康宣教小手册、网络视频等进行膝关节健康宣教,告知膝关节术后常见的临床表现、自我管理、预防及治疗方式等。予患者火龙罐综合灸治疗方式及治疗过程中注意事项的介绍,提高患者治疗依从性,在治疗过程中对于患者提出的各种问题,认真耐心地进行讲解。

2.4.3 运动康复指导

在火龙罐综合灸治疗的基础上,结合股四头肌收缩运动、髌关节的屈伸运动及膝关节的伸屈运动等功能锻炼^[9],每日进行 10 次,10 min/次,并根据患者的身体耐受力逐渐增加运动量和难度。通过功能锻炼,增强膝关节周围肌肉的力量和稳定性,以促进关节功能的恢复,减轻疼痛和肿胀。

2.4.4 生活指导

膝关节术后的患者护理主要以温热为主,避免风寒侵袭,中医治疗过程中遵循“以血为先,气为主,寒淤共治的理论”^[10]。嘱患者保持正确的睡眠姿势,避免跷二郎腿,指导饮食摄入,避免肥腻食品,如肥肉、奶油及油炸食品等,易诱发关节强直、疼痛肿胀及功能障碍,加重病情;吃含铁过多的食物或铁锅烧制的饭菜,适当增加钙的吸收;忌吃海鲜,低尿酸,避免尿酸盐结晶加重膝关节病情,避免饮酒及大量饮咖啡、浓茶等。避免膝关节的过度负荷,长期行走、久站等,在可承受的强度下尽量使患者进行生活自理。

2.4.5 心理护理

心理支持是心理护理的最常用方式,也是心理护理的基本方法之一,医务人员针对患者的病情与心理状态,合理采用劝导、鼓励、同情及安慰支持等方法解答患者疑问,提供所需信息^[10]。此案例患者是处更年期女性,应多鼓励、安慰患者,告知膝关节肿胀、疼痛的恢复需要时间,帮助患者消除负面情绪,树立战胜疾病的信心。采用音乐疗法,根据患者病症属寒瘀痹阻证,当以疏肝升发之意为主,以角调音乐最宜,如《蓝色多瑙河》《江南丝竹乐》《春风得意》及《江南好》等,消除紧张心态。告知家属膝关节疼痛引起焦虑的危害,保证

家属的陪伴及生活帮助,以改善患者焦虑心情及失眠状态。

2.5 护理评价

经过一个月的治疗,有效缓解患者膝关节疼痛症状、关节活动度、焦虑及睡眠状态,详见表 1。

表 1 疗效评估

评估项目	治疗前	治疗后
VAS/分	7	0
HSS/分	60.33	88
SAS/分	55	38
PSQI	19	8

3 结果和随访

经一个月治疗后,患者膝关节由重度恢复至无疼痛,焦虑由轻度至正常,睡眠恢复正常,膝关节功能活动基本正常。患者最后 1 次治疗时间为 2024 年 8 月 22 日,电话随访患者,经运动锻炼后,患者膝关节无疼痛,无关节肿胀,关节屈伸稍有障碍但不影响正常生活,患者对治疗效果满意,效果显著。

4 讨论

火龙罐综合灸通过温热刺激和艾灸效应,扩张血管、加速血液循环,促进新陈代谢,达到温经散寒、活血化瘀及缓解疼痛的效果。同时,通过特定的手法作用于穴位和经络,疏通经络、调和气血,恢复和提升人体自身的调节能力。本案例火龙罐治疗膝关节术后康复的效果显著,主要体现在缓解疼痛、改善关节功能及促进组织修复等方面。

火龙罐综合灸治疗膝关节炎时,通过局部热疗和机械压迫作用,促进局部血液循环,增加关节营养和氧气供应,从而有效缓解关节疼痛。这种治疗方法能够深入肌肉和关节,达到传统药物难以达到的效果。临床研究表明火龙罐治疗能够显著降低患者的疼痛评分^[11],使用视觉模拟评分法(VAS)进行评估时,患者的疼痛评分在治疗后显著降低。火龙罐综合灸治疗不仅缓解疼痛,还能改善关节功能。通过促进局部血液循环和组织液循环,火龙罐有助于减少关节僵硬和肿胀,增加关节活动度。在多个案例中,患者经过火龙罐治疗后,关节功能得到显著改善^[12]。火龙罐综合灸治疗膝关节炎时,其温热效应和机械压迫作用有助

于促进局部组织的修复和再生。这种治疗方法能够加速炎症的吸收和消散,减少关节损伤后的水肿和疼痛,为组织的修复和再生创造有利条件。火龙罐综合治疗具有扶正补虚,促进伤口新肌再生功能。同时,在中医理论中,火龙罐的温热效应被视为“以火攻邪”,能够祛寒散滞,促进气血流通,从而达到治疗痹症的目的。火龙罐治疗膝关节炎具有较高的安全性和耐受性。这种治疗方法属于中医外治法的一种,无须口服药物,避免药物可能带来的副作用和不良反应。同时,火龙罐治疗操作简单,易于掌握,可在专业医护人员的指导下进行,也可由患者在家中自我治疗^[11]。然而需要注意的是,火龙罐治疗时罐子温度不宜过高,以免造成皮肤烫伤。

火龙罐综合灸治疗膝关节镜术后康复的疗效显著,它不仅能够缓解疼痛、改善关节功能,还能促进组织修复和再生。在临床实践中,火龙罐治疗常常与其他中医治疗方法,如针灸、推拿等相结合,形成综合治疗方案,以取得更好的治疗效果。综上所述,火龙罐治疗膝关节炎的效果显著,具有缓解疼痛、改善关节功能及促进组织修复等优点。然而,每个患者的病情和体质不同,治疗效果可能因个体差异而有所不同,需根据个体情况具体分析。

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] 张世松,崔丽红,单淑兰,等. 膝关节镜技术联合胫骨高位截骨治疗膝内侧骨性关节炎的疗效[J]. 西部医学, 2023, 35(8): 1188-1192.
ZHANG S S, CUI L H, SHAN S L, et al. Curative effect of knee arthroscopy combined with high tibial osteotomy on medial knee osteoarthritis and its influences on perioperative indexes and postoperative complications [J]. Med J West China, 2023, 35 (8): 1188-1192. (in Chinese)
- [2] BAHL V, GOYAL A, JAIN V, et al. Effect of haemarthrosis on the rehabilitation of anterior cruciate ligament reconstruction: single bundle versus double bundle[J]. J Orthop Surg Res, 2013, 8: 5.
- [3] 范国崇. 膝关节镜术后常见并发症分析及治疗[J]. 医学综述, 2009, 15(6): 951-954.
FAN G C. Analysis and treatment of postoperative complications in cases of knee arthroscopy [J]. Med Recapitul, 2009, 15(6): 951-954. (in Chinese)
- [4] 张辉,汪宝军,王竹风. 苏红洗剂治疗骨性关节炎关节镜术后关节肿痛[J]. 中国实验方剂学杂志, 2016, 22(13): 161-164.
ZHANG H, WANG B J, WANG Z F. Suhong lotion in treating articular swelling and pain after osteoarthritis arthroscopic debridement [J]. Chin J Exp Tradit Med Formulae, 2016, 22(13): 161-164. (in Chinese)
- [5] 解纪惠,刘梅珍,崔丽芹. 清痹汤治疗膝骨关节炎的VAS评分WOMAC骨关节炎指数的变化[J]. 河北中医药学报, 2011, 26(1): 16-16, 31.
XIE J H, LIU M Z, CUI L Q. Changes of the VAS score WOMAC osteoarthritis index in the treatment of knee osteoarthritis with Qingbi Decoction [J]. J Hebei Tradit Chin Med Pharmacol, 2011, 26 (1): 16-16, 31. (in Chinese)
- [6] INSALL J N, DORR L D, SCOTT R D, et al. Rationale of the Knee Society clinical rating system[J]. Clin Orthop Relat Res, 1989(248): 13-14.
- [7] 张凤霞. 基于焦虑自评量表(SAS)的三甲医院护士群体心理健康状况及影响因素研究[D]. 北京: 北京协和医学院, 2023.
- [8] 范宜仙. 耳针联合中药穴位贴敷治疗失眠症临床观察[J]. 实用中医药杂志, 2024, 40(9): 1860-1862.
FAN Y X. Clinical observation on auricular acupuncture combined with acupoint application of traditional Chinese medicine in the treatment of insomnia [J]. J Pract Tradit Chin Med, 2024, 40(9): 1860-1862. (in Chinese)
- [9] 夏燕,仇珍珍,黄冬梅. 本体感觉强化联合肌力训练在全膝关节置换术后康复中的应用[J]. 上海护理, 2022, 22(1): 5-9.
XIA Y, QIU Z Z, HUANG D M. Application of proprioception exercises combined with strength training in rehabilitation after total knee arthroplasty [J]. Shanghai Nurs, 2022, 22 (1): 5-9. (in Chinese)
- [10] 卢志琴,戴琳峰. 自我管理在膝骨关节炎患者术后康复的应用与进展[J]. 上海护理, 2013, 13(6): 70-73.
LU Z Q, DAI L F. Application and progress of self-management in postoperative rehabilitation of patients with knee osteoarthritis [J]. Shanghai Nurs, 2013, 13(6): 70-73. (in Chinese)
- [11] 杨洁,程明峰,黄丽榄. 火龙罐联合情志护理对改

善膝关节骨性关节炎的疗效观察[J]. 基层医学论坛, 2024, 28(27): 142-144, 148.

YANG J, CHENG M F, HUANG L L. Observation on the curative effect of dragon cupping combined with emotional nursing on improving knee osteoarthritis [J]. Med Forum, 2024, 28 (27) : 142-144, 148. (in Chinese)

[12] 朱丽燕, 季芸, 吴常榕, 等. 火龙罐综合灸治疗风

寒湿痹型膝关节骨性关节炎的疗效观察[J]. 中国中医药科技, 2024, 31(4): 760-762.

ZHU L Y, JI Y, WU C R, et al. Observation on therapeutic effect of comprehensive moxibustion with fire dragon cupping on knee osteoarthritis of wind-cold-dampness arthralgia type[J]. Chin J Tradit Med Sci Technol, 2024, 31 (4) : 760-762. (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 4.0 BY-NC-ND)许可协议,作者可在其他媒体再次发表。