

中药熨法联合体外冲击波治疗肩周炎 32 例临床观察

蒋 梁¹, 卢 敏²

(1. 湖南中医药大学, 湖南 长沙, 410208;

2. 湖南中医药大学第一附属医院, 湖南 长沙, 410007)

[摘要] 目的:观察中药熨法联合体外冲击波治疗肩周炎的临床疗效。方法:将 64 例肩周炎患者随机分为治疗组与对照组,每组各 32 例。对照组使用中药熨法治疗,治疗组在对照组治疗的基础上联合体外冲击波治疗。于治疗后对 2 组患者疼痛程度、综合疗效进行评价。结果:经治疗 4 周后,总有效率治疗组为 96.9%,对照组为 65.6%,组间比较,差异有统计学意义($P < 0.05$)。2 组 VAS 评分治疗前后组内比较及治疗后组间比较,差异均有统计学意义($P < 0.05$)。结论:中药熨法联合体外冲击波治疗肩周炎疗效显著,能明显改善患者肩周疼痛以及恢复肩关节功能,值得推广。

[关键词] 肩周炎;体外冲击波;中药熨法

[中图分类号] R274.943 **[文献标识码]** A **DOI:** 10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2019.08.030

肩周炎是因肩关节囊以及周围肌腱、韧带等软组织损伤或者劳损引起的一种慢性无菌性炎症,其主要表现为肩部的疼痛以及肩关节的活动受限^[1]。该病好发于 50 岁左右的中老年人,故又称为“五十肩”。早期若未及时诊治,则可能会发展成局部组织粘连,肩关节活动明显受限,甚者疼痛难忍。中医治疗肩周炎主要以针灸、推拿、理疗等为主,然效果不佳。体外冲击波疗法是一种全新的治疗手段,以其针对性强、疗效明显、安全性高、价格低廉等优势^[2],成为了目前治疗肩周炎的一种重要手段。本研究将体外冲击波结合中药熨法治疗肩周炎 32 例,疗效颇佳,并与单用中药熨法治疗的 32 例作对照观察,现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 选取 2017 年 9 月至 2018 年 3 月湖南中医药大学第一附属医院收治的肩周炎患者 64 例,其中男 36 例,女 28 例;年龄 32~68 岁,平均 (50.25 ± 5.18) 岁;病程 2~12 个月,平均 (5.40 ± 2.28) 个月。将其采用随机数字表法随机分为治疗组和对照组,每组各 32 例。2 组性别、年龄、病程等一般资料比较,差异无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。

1.2 诊断标准 参照《中医病证诊断疗效标准》^[3]中有关肩周炎诊断标准拟定。肩部疼痛,可为胀痛或刺痛,可呈持续性或间歇性;肩关节的活动功能障碍,尤以背伸、外展、内收时明显;肩关节 X 线片结果提示无阳性体征。

1.3 纳入标准 1)符合上述诊断标准;2)年龄 32~68 岁,病程为 2~12 个月;3)治疗前均未服用过其他药物;4)签署知情同意书。

1.4 排除标准 1)合并其他肩关节疾病,如先天性肩关节畸形、外伤骨折、肩袖损伤等导致的肩周炎;2)合并严重内脏疾病;3)患有精神疾病;4)对体外冲击波治疗有禁忌证。

2 治疗方法

2.1 对照组 采用中药熨法治疗。使用湖南中医药大学第一附属医院自制舒筋活络外敷包及活血安痛酊(批准文号:湘药制字 Z20070292,500ml)局部热敷。舒筋活络外敷包主要由当归 30g、桑枝 10g、桂枝 15g、川牛膝 10g、花椒 5g、千年健 15g、矿物盐 1000g 组成。活血安痛酊主要成分:槲寄生、丹参、赤芍、苍术、红花、桃仁、木瓜、乌梢蛇等。使用方法:首先向药包上均匀喷洒少许水雾,后将其放入微波炉内,小火加热 2~3min。同时取 5ml 左右活血安痛酊均匀轻柔涂抹患肩,待患肩局部稍有发热感,再用加热后的药包在患肩周围揉滚式热敷,若药包温度下降则需再次加热,每次治疗持续 20min,2 次/d,连续治疗 4 周。

2.2 治疗组 在对照组治疗的基础上配合体外冲击波疗法治疗。瑞士 STORZ 医用气动弹道式冲击波治疗仪(天津乐今科技有限公司生产)。操作方法:首先定位患者疼痛最明显的部位,然后以疼痛部位为中心,向肩周进行发散式体外冲击波治疗。治疗频率为 14Hz,压强为 1.0~2.5bar,能流密度

第一作者:蒋梁,男,2016 级硕士研究生,研究方向:骨与关节损伤

通讯作者:卢敏,男,医学硕士,主任医师,教授,博士研究生导师,研究方向:中医骨伤科的临床及科研, E-mail: lumen6563@163.com

(EFD)为 $0.38\text{mJ}/\text{mm}^2$,治疗探头为 15mm ,每次冲击 2000 次, 1 次/周,共治疗 4 次。

3 疗效观察

3.1 观察指标 观察比较2组治疗前后的肩部疼痛VAS评分以及综合疗效。

3.2 疗效标准 采用《中医病证诊断疗效标准》^[3]对疗效进行评价。治愈:肩关节不适症状完全消失,活动恢复正常,且随访3个月未再次发作;有效:肩关节疼痛减轻,功能活动改善;无效:肩关节不适症状未见改善。

3.3 统计学方法 此次研究所得所有数据使用SPSS 21.0统计软件进行分析,计量资料用均数 $\pm$ 标准差($\bar{x} \pm s$)表示,采用 t 检验;计数资料采用 χ^2 检验。 $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

3.4 治疗结果

3.4.1 2组综合疗效比较 总有效率治疗组为 96.9% ,对照组为 65.6% ,组间比较,差异有统计学意义。(见表1)

表1 2组综合疗效比较[例(%)]

组别	例数	治愈	有效	无效	总有效
治疗组	32	9(28.1)	22(68.8)	1(3.1)	31(96.9) ^a
对照组	32	5(15.6)	16(50.0)	11(34.4)	21(65.6)

注:与对照组比较,^a $P < 0.05$ 。

3.4.2 2组治疗前后VAS疼痛评分比较 2组VAS评分治疗前后组内比较以及治疗后组间比较,差异均有统计学意义。(见表2)

表2 2组治疗前后VAS疼痛评分比较($\bar{x} \pm s$,分)

组别	例数	治疗前	治疗后
治疗组	32	6.58 ± 0.98	$2.46 \pm 0.86^{\text{ab}}$
对照组	32	6.43 ± 0.95	$4.95 \pm 0.57^{\text{a}}$

注:与本组治疗前比较,^a $P < 0.05$;与对照组治疗后比较,^b $P < 0.05$ 。

4 讨论

肩周炎属中医学中“痹证”范畴,其发病原因主要涉及风寒湿邪侵袭及阳明脉衰两方面。《素问·痹论》云:“风寒湿三气杂至,合而为痹也”,肩周炎主要病因为风寒湿侵袭,以致局部气机郁滞,化而为瘀,不通则痛,故在治疗上应多以局部外治法为主。外治诸法,或刺或灸,或按火磨以疏通经脉、调畅气血;中药熨法因其经过特殊加工以及药物的配合,体现热力和药力的联合作用是其最为突出的特点^[4]。临床上中药熨法以其治疗效果突出、操作便捷以及价格低廉,为大多数人所接受,是治疗肩周炎的常见疗法。其治疗常以热敷为主,配合特定的

中药,既能促进局部血液循环,又能化解局部的风寒湿邪,从而缓解肩关节局部的疼痛,改善肩关节的功能活动。体外冲击波是通过运用外来有序、均匀、精确的震荡冲击神经末梢及局部肌肉等软组织,从而达到松解粘连、止痛的目的。经研究发现,体外冲击波的机制主要是当冲击波作用于软组织时,能够促进组织内毛细血管再生以及相关细胞的分化增殖,改善局部组织损伤状况,从而有效地改善肩周炎患者的疼痛及功能障碍^[5]。

本研究采用中药熨法联合体外冲击波治疗肩周炎,疗效显著,能明显改善肩周疼痛以及恢复肩关节功能,显著提高临床治愈率,值得推广。

参考文献

- [1] 胥少汀,葛宝丰,徐印坎.实用骨科学[M].北京:人民军医出版社,2015:1915-1916.
- [2] 王五洲,邢更彦.冲击波促进骨肌系统损伤修复的机制研究进展[J].中国矫形外科杂志,2005,18(13):1419-1422.
- [3] 国家中医药管理局.中医病证诊断疗效标准[S].南京:南京大学出版社,1994:190-191.
- [4] 卜乃,尚晓凌.中医熨疗法的作用机理探析[J].中医外治杂志,1998,18(1):3-4.
- [5] Shazly OE, Beltagy AE. Endoscopic plantar fascia release, calcaneal drilling and calcaneal spur removal formangement of painful heel syndrome[J]. Foot, 2010, 20(4): 121-125.

(收稿日期:2018-10-16)

立秋养生四原则(二)

心境宁静忌忧郁

王乐荣介绍,秋季情志养生也要以“收”为要,要保持心境宁静。秋应于肺,在志为忧,人们心情容易抑郁。因为进入秋天,阳光照射逐渐减少,人体的生物钟尚不能适应日照时间短的变化,导致生理节律紊乱和内分泌失调,从而出现情绪及精神状态的紊乱,对于有抑郁症或抑郁情绪的人来说,秋天意味着抑郁症到了易发作期。

秋季情志养生方法:要做到清心寡欲、心境淡泊,抱一颗平常心,利于神志安宁,收神敛气;多增加阳光照射,在光线充足的条件下可以调动人的情绪,增强兴奋性,减轻或消除抑郁情绪;勤于运动,多参加一些室外活动如打太极、八段锦等养生操放松心情;培养兴趣爱好,如琴棋书画等陶冶情趣,可以有效地转移注意力;可以适当喝点绿茶或咖啡、吃香蕉等兴奋神经,改善心境。
(http://paper.cntcm.com.cn/html/content/2019-08/09/content_617860.htm)