

· 短篇论著 ·

综合康复治疗膝关节骨关节炎临床观察

陈湘鄂 陈四海 韩东 聂章宪

膝关节骨关节炎(osteoarthritis, OA)是常见病、多发病,以关节软骨退行性改变为主要特征,多见于中老年患者,且随着年龄的增长,症状逐渐加重。我科于 2002 年 2 月至 2005 年 2 月采用电疗法配合关节松动术、推拿及肌力训练治疗膝关节 OA,取得较满意效果,现报道如下。

一、资料与方法

(一)一般资料

选取 2002 年 2 月至 2005 年 2 月在我院骨科及康复医学科门诊确诊为单侧膝关节 OA 患者 60 例,随机分为治疗组与对照组,每组 30 例。2 组临床资料比较,差异无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性,见表 1。

表 1 2 组患者临床资料($n = 30$)

组别	性别(例) 男 女	侧别(例) 左 右	年龄(岁)	病程(月)
治疗组	13 17	16 14	51.1 ± 9.6	9.0 ± 4.9
对照组	14 16	19 11	56.2 ± 11.6	9.0 ± 4.6

(二)康复治疗方法

1. 对照组:采用单纯电疗法治疗。①超短波疗法,选用 2 个 10 cm × 15 cm 电容电极于膝关节内外侧或前后侧对置,微热量,每日 1 次,每次 12 ~ 15 min(疼痛、肿胀严重者可用无热量,每日 1 次,每次 8 ~ 10 min),12 次为 1 个疗程。②直流电草乌离子透入疗法,将用 0.6 % 草乌生物碱溶液浸湿的滤纸放于 100 cm² 的主衬垫上,接正极置于膝部痛侧,150 cm² 的辅助电极接负极置于相应对侧,电流强度按主电极的 0.05 ~ 0.1 mA/cm² 计算,根据患者耐受量选择,每日 1 次,每次 20 min,12 次为 1 个疗程,间隔 5 ~ 7 d,持续 2 ~ 4 个疗程。

2. 治疗组:除采用以上 2 种电疗法外,还应用关节松动术、推拿及肌力训练。关节松动术^[1]于电疗 1 周后施行,具体方法为①髌骨侧方滑动、上下滑动;②股胫关节长轴牵引、前后向滑动、侧方滑动、屈膝摆动或伸膝摆动等,每个动作重复 3 次,每次间隔 6 ~ 10 s。关节松动术后用中等强度的推拿手法弹拨患侧小腿三头肌 3 ~ 5 min,每次间隔 1 min,共弹拨 3 ~ 5 次为 1 组,每日 1 次。患者在治疗的同时,早晚各 1 次自行患侧股四头肌和腘绳肌等长收缩练习,持续收缩 6 s,休息片刻,重复 15 ~ 20 次为 1 组,训练 1 周后采用坐位伸膝抗阻,俯卧位屈膝抗阻练习。

(三)疗效评定标准

治愈:步行时患膝疼痛消失,患膝功能恢复。显效:步行时患膝疼痛明显减轻,患膝功能接近正常。好转:步行时患膝仍

有疼痛,但休息后疼痛消失,患膝功能稍有改善。无效:患膝疼痛与功能无变化。

(四)统计学分析

2 组疗效比较采用 χ^2 检验。

二、结果

经过治疗后,治疗组疗效优于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$),见表 2。

表 2 2 组患者疗效比较(例)

组别	例数	治愈	显效	好转	无效	显效率(%)	有效率(%)
治疗组	30	10	15	5	0	83.3 *	100 *
对照组	30	8	10	8	4	60.0	86.7

注:与对照组比较, * $P < 0.05$

三、讨论

超短波作用深,可促进渗出物的吸收,草乌生物碱离子透入可消炎镇痛。股四头肌与腘绳肌的等长收缩练习可减轻关节源性肌肉抑制,还可预防肌肉萎缩,消除肿胀^[2,3]。关节松动术根据关节活动的生物力学原理,在关节面施于微小活动,可引起骨关节较大幅度的活动,其治疗机制为:①关节松动能促进关节液的流动,增强关节软骨盘和软骨盘无血管区的营养;②当关节因肿胀或疼痛不能进行全范围活动时,关节松动可以缓解疼痛,防止因活动减少引起的关节退变;③关节松动可抑制脊髓和脑干致痛物质的释放,提高痛阈;④保持组织的伸展性;⑤加强本体反馈,增强位置觉和运动觉^[1]。从解剖结构上看,小腿三头肌与膝关节功能减退有关。临床上也观察到患者膝关节疼痛引起肌力下降。在治疗中弹拨小腿三头肌后不仅行走时患膝疼痛明显减轻,而且屈膝功能明显改善,下蹲和上楼等功能恢复。

本研究结果显示,2 组的有效率、显效率比较,差异有统计学意义,提示综合康复治疗膝关节骨关节炎具有疗程短、见效快的康复效果。

参 考 文 献

- 1 燕铁斌,编著. 现代康复治疗技术. 合肥:安徽科学技术出版社, 1994. 59-68, 98-104.
- 2 俞晓杰,吴毅. 运动疗法在膝关节骨关节炎中的应用. 中华物理医学与康复杂志, 2005, 27: 559-560.
- 3 黄德清. 膝关节骨关节炎的康复治疗. 中国康复, 2001, 16: 166.

(修回日期:2005-12-29)

(本文编辑:松 明)

作者单位:430060 武汉,武汉大学人民医院康复医学科(陈湘鄂、韩东、聂章宪);湖北省十堰市红十字会医院康复科(陈四海)