

针灸联合推拿治疗膝关节运动损伤的应用

常潇铭

淄川区杨寨卫生院 山东淄博

【摘要】目的 分析膝关节运动损伤采取针灸联合推拿治疗后效果。**方法** 选择我院于 2021.1 月—2021.12 月接受 200 例膝关节运动损伤患者为研究对象，将其按照随机数表方式分组，100 例患者采取针灸治疗，设定为对照组。100 例患者采取针灸联合推拿治疗，设定为观察组。分析两种治疗方式后产生的效果。**结果** 观察组总有效率明显更高，观察组膝关节功能评分明显更高，关节活动度明显更好，观察组 VAS 评分明显更低，($P<0.05$) 为差异显著，有统计学意义。**结论** 膝关节运动损伤采取针灸联合推拿治疗能够提高膝关节功能，治疗效果较明显，值得临床重视并采纳。

【关键词】 针灸；推拿；膝关节运动损伤；应用

Application of acupuncture combined with massage in the treatment of knee joint sports injury

Xiaoming Chang

Yangzhai Health Center, Zichuan District, Zibo City, Shandong Province

【Abstract】 Objective To analyze the effect of acupuncture combined with massage in the treatment of knee joint sports injury. **Methods** 200 cases of knee motion injury patients in our hospital from January 2012 to December 2020 were selected as the research object, and they were divided into groups according to the random number table. 100 cases of patients were treated with acupuncture and moxibustion, and were set as the control group. 100 patients were treated with acupuncture combined with massage and were set as observation group. The effects of the two treatments were analyzed. **Results** The total effective rate was significantly higher in the observation group, the knee function score was significantly higher and the range of motion was significantly better in the observation group, and the VAS score was significantly lower in the observation group ($P<0.05$) was significant and statistically significant. **Conclusion** The combination of acupuncture and massage can improve the function of knee joint, and the therapeutic effect is obvious, which is worthy of clinical attention and adoption.

【Keywords】 Acupuncture; Massage; Knee joint sports injury; Application

膝关节运动损伤是临床上常见的损伤性疾病，主要为体育运动中接触性损伤、非接触性损伤。常见运动损伤类型包括膝关节半月板损伤、膝关节韧带损伤和其他损伤^[1]。膝关节是人体极为重要的负重关节之一，膝关节损伤后会严重影响患者生活质量。随着中医技术不断完善，临床重视度逐渐提高，在临床上应用范围逐渐扩大^[2]。针灸、推拿是中医治疗方法，将其应用于治疗膝关节运动损伤能够发挥独特优势。将两种方法联合应用治疗，治疗效果将会大大提高。此次研究则分析膝关节运动损伤采取针灸联合推拿治疗后效果。详细内容见下文：

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择我院于 2021.1 月—2021.12 月接受 200 例膝关节运动损伤患者为研究对象，将其按照随机数表方式分组，100 例患者采取针灸治疗，设定为对照组。100 例患者采取针灸联合推拿治疗，设定为观察组。对照组男 53 (53%) 例，女 47 (47%) 例，年龄范围 25 岁到 40 岁，平均年龄 32.11 ± 2.10 岁。观察组男 52 (52%) 例，女 48 (48%) 例，年龄范围 25 岁到 40 岁，平均年龄 32.14 ± 2.12 岁。两组基础资料无明显差异，($P>0.05$)。

纳入标准：①存在膝关节明显疼痛，活动障碍。②医院检查为膝关节运动损伤。③患者了解本文研究内容，目的。

排除标准：①精神异常，沟通困难，认知障碍。②患者为过敏性皮肤。③合并恶性肿瘤。④病史资料不完善。⑤膝关节骨折或者曾有骨折史。

1.2 方法

对照组采取针灸治疗，观察组采取针灸联合推拿治疗。

(1) 对照组

对照组采取针灸治疗，选择血海、阿是穴、阴陵泉以及三阴交、足三里等穴位，捻转补泻。阿是穴进针方式为直刺。其余穴位采取斜刺进针。进针后采取不同角度捻转，直至患者开始出现酸胀感则可以停止捻转。每个穴位留针时间 30min,每 10min 捻转一次。一共治疗半个月后观察治疗效果。

(2) 观察组

观察组采取针灸联合推拿治疗。针灸操作方法和对照组一样。推拿：患者采取仰卧位，患肢为伸直外旋部位，患者保持放松状态，采用中度或者重度力度按压、旋揉、推滚患部周围。操作过程中询问患者疼痛部位，并对疼痛部位进行施压。引导患者保持侧卧体位，促使患肢方向朝下，并将手掌根放置在患者疼痛部位，缓慢施压，停留一段时间，同时用另外一只手帮助患者进行踝关节屈伸运动。每日一次，一共治疗半个月后观察治疗效果。

1.3 疗效标准

对比两组治疗总有效率。显效：临床症状恢复，膝关节功能恢复。有效：部分症状恢复，膝关节功能改善。无效：临床症状无改善或者加重。总有效率=（显效+有效）总例数。

根据膝关节功能评分表（AKS）对比两组治疗前、后功能恢复情况。总分 0~100 分；分值越高表明状态越好。采取用量尺测量患者膝关节活动范围。活动范围越大说明关节活动情况越好。

根据视觉模拟评分表（VAS）对比两组治疗后疼痛程度。总分 0-10 分，分数越高疼痛越严重。

1.4 统计学方法

将数据纳入 SPSS20.0 软件中分析，计量资料比较采用 t 检验，并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示，率计数资料采用 χ^2 检验，并以率（%）表示，（ $P < 0.05$ ）为差异

显著，有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组治疗总有效率

对照组显效 42（42%）例，有效 46（46%）例，无效 12（12%）例，总有效率 88%（88 例）。观察组显效 45（45%）例，有效 53（53%）例，无效 2（2%）例，总有效率 98%（98 例）。两组总有效率（ $\chi^2=7.681$ ， $P=0.006$ ）。得出结果，观察组治疗总有效率更高，（ $P < 0.05$ ）为差异显著，有统计学意义。

2.2 对比两组膝关节功能评分、关节活动度

对照组治疗前膝关节功能评分（ 52.33 ± 3.77 ）、关节活动度（ 80.34 ± 9.92 ），观察组治疗前膝关节功能评分（ 52.35 ± 3.79 ）、关节活动度（ 80.37 ± 9.95 ），两组治疗前膝关节功能评分（ $t=0.037$ ， $P=0.970$ ）、关节活动度（ $t=0.021$ ， $P=0.983$ ）。对照组治疗后膝关节功能评分（ 62.12 ± 3.66 ）、关节活动度（ 101.23 ± 6.43 ），观察组治疗后膝关节功能评分（ 74.33 ± 6.23 ）、关节活动度（ 129.23 ± 7.02 ），两组治疗后膝关节功能评分（ $t=16.898$ ， $P=0.001$ ）、关节活动度（ $t=29.413$ ， $P=0.001$ ）。得出结果，观察组治疗后膝关节功能评分、关节活动度明显提高，（ $P < 0.05$ ）为差异显著，有统计学意义。

2.3 对比两组治疗后 VAS 评分

对照组治疗后 VAS 评分（ 4.30 ± 0.56 ），观察组治疗后 VAS 评分（ 2.33 ± 0.12 ），两组 VAS 评分（ $t=34.398$ ， $P=0.001$ ）。得出结果，观察组治疗后 VAS 评分明显更低，（ $P < 0.05$ ）为差异显著，有统计学意义。

3 讨论

膝关节是身体较大而复杂的关节，在承受几乎全部体重的同时还要担负起腿部各种运动，也因此膝关节伤害普遍会在各种运动中发生。膝关节损伤是临床常见的病症，特别是在运动中出现机体受力不均匀、不平衡或者受到较大冲击力，常会引起膝关节损伤。中医认为膝关节属于诸筋之府，在机体运作中起到重要作用。膝关节运动损伤往往会有膝关节明显疼痛，关节活动度也会受到影响，会直接降低生活质量，对心理也会造成影响^[3]。

针灸、推拿是中医上治疗膝关节疾病的重要、常用方法。针灸是指在中医理论指导下将针具按照

一定角度刺入患者体内,运用捻转和提插等针刺手法对人体特定部位进行刺激从而达到治疗疾病目的。将针灸应用于治疗膝关节运动损伤,通过针刺对应穴位能够较好的改善关节功能,缓解关节疼痛。通过对血海、阿是穴、阴陵泉以及三阴交等穴位进行刺激,能够直接影响中枢神经系统,起到自我调节,自我恢复效果。推拿是中医利用手在人体上按经络、穴位用推、拿、捏、揉等手法进行治疗。通过双手作用于病患体表,受伤部位以及疼痛部位,通过推、拿、按、揉等多种手法能够改善患者血液循环,起到活血行气、舒筋脉络等效果^[4-5]。将其应用于治疗膝关节运动损伤,通过对患部周围以及疼痛部位进行推、拿、捏等,能够促进运动功能恢复,同时还能改善疼痛程度。将针灸和推拿联合应用于治疗膝关节运动损伤,两种方法相互结合,相互促进,治疗效果将会大大提高。针灸和推拿联合应用于治疗膝关节运动损伤不仅能够加快患部运动功能恢复,还能提高治疗效果。此次研究则分析膝关节运动损伤采取针灸联合推拿治疗后效果。结果发现,观察组总有效率明显更高,观察组膝关节功能评分明显更高,关节活动度明显更好,观察组VAS评分明显更低, $(P<0.05)$ 为差异显著,有统计学意义。推拿能够改善膝关节供血情况和血液流动速度,起到消肿行气、活血散瘀效果。针灸能够刺激中枢神经,缓解疼痛。所以两种方法联合治疗后膝关节功能评分更高,关节活动度更好,疼痛改善效果更好。杨帆^[6]等人研究针灸联合推拿治疗膝关节运动损伤效果。结果发现和本文研究结果大体相似。采取针灸联合推拿治疗后总有效率达94.87%,单纯采取针灸治疗后总有效率仅为76.92%。能够说明针灸联合推拿治疗膝关节运动损伤能够相互协调,协同合作,从而显著提高治疗效果。李颜合^[7]等人研究中医针灸联合推拿治疗膝关节运动损伤效果。结果发现和本文研究结果也大体相似。采取针灸联合推拿治疗后总有效率较高。两种方法联合治疗相比于单纯针灸治疗,治疗效果更有保障。针灸联合推拿治

疗对膝关节运动损伤临床治疗具有重要意义。

综上所述,膝关节运动损伤采取针灸联合推拿治疗能够提高膝关节功能,治疗效果较明显,值得临床重视并采纳。

参考文献

- [1] 赖剑萍,薛爱国,阮波.针灸及联合推拿治疗膝关节运动损伤的临床效果和不良反应率对比观察[J].黑龙江中医药,2019,48(05):353-354.
- [2] 陈少萍.运动康复护理方案对温针灸治疗膝关节半月板损伤关节镜成形术后康复进程的影响[J].临床医学工程,2021,28(11):1585-1586.
- [3] 郭英,张诗卉,徐洪波.膝关节运动损伤的治疗和恢复作用探讨[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(73):47+50.
- [4] 林晓.针刺联合推拿治疗膝关节运动损伤临床效果评价[J].中国中医药现代远程教育,2021,19(22):140-142.
- [5] 张莹,孟蓓毅.中医推拿联合运动康复训练治疗膝关节半月板损伤临床研究[J].新中医,2021,53(20):135-138.
- [6] 杨帆.针灸联合推拿治疗膝关节运动损伤效果观察[J].中国社区医师,2018,34(19):118-119.
- [7] 李颜合,周国平.中医针灸联合三步推拿治疗膝关节运动损伤效果观察[J].当代体育科技,2020,10(21):34-36.

收稿日期: 2022年7月16日

出刊日期: 2022年8月25日

引用本文: 常潇铭, 针灸联合推拿治疗膝关节运动损伤的应用[J]. 国际中医药研究, 2022, 2(2):94-96.

DOI: 10.12208/j.ircm.20220041

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS