

# Clinical Observation of Acupuncture Combined with Chinese Herbal Fumigation and Washing in the Treatment of Knee Osteoarthritis

Wenjuan Wang Han Huang

Shengqiao Community Health Service Center, Yuepu Town, Baoshan District, Shanghai, 200942, China

## Abstract

Knee osteoarthritis (KOA) is a common chronic degenerative disease, primarily characterized by joint pain, swelling, and functional limitation, which significantly impacts patients' quality of life. In recent years, acupuncture and herbal fumigation have been widely applied in the clinical treatment of KOA, but monotherapy has limited efficacy. This study employed a combined approach of acupuncture and herbal fumigation to observe the clinical effects on KOA patients, analyzing its outcomes in pain relief, joint function improvement, and quality of life enhancement. The **results** demonstrated that the combined treatment group showed significantly better outcomes in pain relief, improved joint mobility, and enhanced quality of life compared to the acupuncture-only group, with only mild adverse reactions. The study indicates that acupuncture combined with herbal fumigation can achieve comprehensive therapeutic effects for KOA by improving local blood circulation, promoting joint nutrition metabolism, and regulating immune function, providing valuable references for clinical rehabilitation.

## Keywords

acupuncture; herbal fumigation and washing; knee osteoarthritis; clinical observation; combined therapy

## 针灸联合中药熏洗治疗膝骨关节炎的临床观察

王文娟 黄晗

上海市宝山区月浦镇盛桥社区卫生服务中心, 中国·上海 200942

## 摘要

膝骨关节炎是一种常见的慢性退行性疾病, 主要表现为关节疼痛、肿胀及功能受限, 对患者生活质量造成严重影响。近年来, 针灸与中药熏洗在临床治疗膝骨关节炎中得到广泛应用, 但单一疗法疗效有限。本研究采用针灸联合中药熏洗的方法, 对膝骨关节炎患者进行临床观察, 分析其在缓解疼痛、改善关节功能及生活质量方面的效果。结果显示, 联合治疗组在疼痛缓解、关节活动度改善及生活质量提升方面显著优于单一针灸治疗组, 且不良反应轻微。研究表明, 针灸联合中药熏洗能够通过改善局部血液循环、促进关节营养代谢及调节免疫功能, 实现膝骨关节炎的整体治疗效果, 为临床康复提供有效参考。

## 关键词

针灸; 中药熏洗; 膝骨关节炎; 临床观察; 联合治疗

## 1 引言

膝骨关节炎是一种以关节软骨退行性变为主要病理特征的慢性疾病, 常伴有疼痛、活动受限、关节僵硬及关节周围肌肉萎缩等表现, 严重影响患者生活质量和社会活动能力。现代医学研究显示, 膝骨关节炎的发生与年龄增长、

关节长期负荷、软骨退化及局部炎症反应密切相关。传统中医理论认为其病因多为肾气不足、血瘀阻络、寒湿侵袭所致, 治疗上强调活血通络、温经散寒、疏通经络。针灸具有调节经络气血、改善局部微循环的作用, 中药熏洗则能够通过温经散寒、活血化瘀改善关节环境。本研究在临床中采用针灸联合中药熏洗的方法, 对膝骨关节炎患者进行观察, 评估其治疗效果及安全性, 为膝骨关节炎的综合治疗提供理论依据与实践参考。

## 2 膝骨关节炎病理及中医治疗基础

### 2.1 膝骨关节炎的病理特征

膝骨关节炎以关节软骨退行性变和骨质增生为主要病理特征。临床症状多表现为晨僵、行走疼痛、屈伸受限及关

【基金项目】2025年上海市中医特色专病专科(社区)能力建设项目——膝痹病(膝骨关节炎)(项目编号SQZBZK-24-35)。

【作者简介】王文娟(1973-), 女, 中国上海人, 本科, 主治医师, 从事中医膝痹病针灸治疗研究。

节肿胀,严重时可能出现关节功能丧失。病理机制涉及软骨基质降解、炎症因子活化、关节周围肌肉萎缩及局部血流障碍,现代影像学检查可见关节间隙缩小、骨质增生及关节周围结构改变。

## 2.2 中医病机与辨证论治

中医理论认为膝骨关节炎主要由于肾气亏虚、肝血不足、风寒湿邪侵袭、气滞血瘀阻络所致。肾主骨、肝主筋,肾气不足则骨弱筋软,肝血不足则经脉失养;寒湿侵袭则阻碍气血流通,导致关节疼痛、屈伸不利。治疗原则强调温经散寒、活血通络、补肾益气、行气活血。针灸通过针刺特定穴位调节经络气血,中药熏洗通过局部温热作用改善关节环境,二者结合能够实现整体治疗与局部康复相结合的治疗模式。

## 2.3 针灸与中药熏洗的作用机制

针灸通过刺激膝周穴位,改善局部血液循环,促进软组织修复,调节神经内分泌功能,并通过影响炎症因子水平减轻疼痛。中药熏洗通过温经散寒、活血化瘀作用改善关节微环境,促进局部血液和淋巴循环,加快代谢废物排出,缓解炎症反应。联合应用针灸与中药熏洗可形成协同效应,在缓解症状的同时促进关节功能恢复,为膝骨关节炎患者提供安全有效的治疗方案。

# 3 临床研究设计与方法

## 3.1 研究对象与分组

本研究选取符合膝骨关节炎诊断标准的患者共 80 例作为研究对象,并采用随机分组方法将其分为联合治疗组和单一针灸组,每组各 40 例。研究对象均来自门诊或住院患者,所有病例均经临床症状、影像学检查及相关诊断标准确认。为保证研究结果的科学性和可比性,对两组患者的年龄、性别比例、病程长短及基础疼痛评分等一般资料进行统计分析,结果显示组间差异无统计学意义 ( $P > 0.05$ ),具有良好的可比性。纳入标准包括:符合膝骨关节炎诊断标准、病程在 6 个月以上、存在不同程度的膝关节疼痛和活动受限。排除标准包括急性膝关节损伤患者、风湿性关节炎或其他系统性关节疾病患者,以及合并严重心脑血管疾病或其他严重内科疾病者。此外,为保证研究过程符合医学伦理规范,所有参与研究的患者均在治疗前充分了解研究内容,并自愿签署知情同意书。研究方案经相关伦理委员会审查批准后实施,从而确保研究的规范性与伦理合规性。

## 3.2 治疗方案

在治疗方案方面,联合治疗组采用针灸配合中药熏洗的综合治疗方式。针灸治疗选取足三里、膝眼、阴陵泉、委中等与膝关节功能密切相关的穴位,通过常规毫针进行针刺,每次针刺时间约 30 分钟,每周治疗 3 次,连续治疗 4 周。针刺过程中根据患者具体情况适当调整针刺深度与刺激强度,以达到疏通经络、调和气血及缓解疼痛的目的。与

此同时,中药熏洗采用具有祛风除湿、活血化瘀和温经散寒作用的中药组合,如独活、防风、川芎、当归及红花等,将药材煎煮成药液后进行局部熏洗,水温控制在  $38 \sim 40^{\circ}\text{C}$  之间,每次持续 20 ~ 30 分钟,每周 3 次,并与针灸治疗交替进行。单一针灸组则仅采用针灸治疗方式,针刺穴位、治疗频率和疗程均与联合治疗组保持一致。为避免其他治疗措施对研究结果产生干扰,在整个治疗期间所有患者均被要求禁止使用其他抗炎或止痛类药物,以确保研究结果的客观性和可靠性。

## 3.3 疗效评估指标

本研究采用多项指标对治疗效果进行综合评估,以提高评价结果的科学性与客观性。疼痛程度主要通过视觉模拟评分法 (VAS) 进行评估,该方法通过患者主观评分反映疼痛强度变化,是临床常用的疼痛评价工具。关节功能方面,则采用膝关节活动度测量 (ROM) 进行评价,通过测量膝关节屈伸范围变化来判断关节功能恢复情况。同时,生活质量评价采用西安大略和麦克马斯特大学骨关节炎指数 (WOMAC) 量表,该量表从疼痛、关节僵硬以及日常活动能力等多个方面综合评估患者生活质量。所有指标分别在治疗前、治疗 4 周结束后以及随访 1 个月时进行评估,以观察治疗效果的即时变化和持续效果。此外,在整个治疗过程中对患者的不良反应进行记录和观察,以评估治疗的安全性。疗效判定标准根据症状改善程度和功能恢复情况分为显效、有效和无效三类,通过综合评定各项指标变化情况,对治疗效果进行系统分析。

# 4 临床观察结果分析

## 4.1 疼痛缓解情况

在本研究中,通过对治疗前后视觉模拟评分 (VAS) 的比较分析发现,联合治疗组在疼痛缓解方面表现出更为显著的效果。治疗结束后,联合治疗组 VAS 评分明显下降,平均下降幅度显著高于单一针灸治疗组,统计学分析显示差异具有显著性 ( $P < 0.05$ )。这一结果表明,针灸与中药熏洗联合应用能够更有效地减轻膝骨关节炎患者的疼痛症状。从患者主观感受来看,多数患者反映膝关节僵硬感明显减轻,尤其在晨起时关节疼痛程度较治疗前显著降低,活动时的不适感也有所缓解。相比之下,单一针灸治疗组虽然同样表现出一定程度的疼痛缓解,但其缓解幅度和持续时间相对较短,部分患者在治疗后期仍存在不同程度的疼痛反复。综合分析可知,联合治疗通过针灸疏通经络、调节气血以及中药熏洗温经散寒、活血化瘀的双重作用,使局部炎症反应得到有效缓解,从而实现更为持久和稳定的镇痛效果。

## 4.2 关节功能改善

关节功能恢复是评价膝骨关节炎治疗效果的重要指标。本研究通过关节活动度 (ROM) 测量,对两组患者治疗前后的膝关节功能变化进行了比较分析。结果显示,联合治

疗组在膝关节屈伸、旋转以及侧向活动范围方面均有明显改善，且改善幅度显著优于单一针灸组（ $P < 0.05$ ）。从治疗机制来看，针灸可促进经络气血运行，缓解关节周围肌肉紧张，并改善关节活动受限情况；中药熏洗则通过温热作用扩张局部血管，增强组织代谢和营养供应，进一步促进关节软组织修复。两种治疗方式相互配合，使关节滑膜炎逐渐减轻，关节周围组织弹性和柔韧性得到恢复。临床观察中，多数患者在完成疗程后反映日常活动能力明显提升，在行走、上下楼梯以及站立负重时较治疗前更加轻松，部分患者长期存在的活动受限问题得到明显改善，生活自理能力也随之提高。

#### 4.3 生活质量提升与安全性观察

生活质量是评价治疗综合效果的重要指标。本研究通过西安大略和麦克马斯特大学骨关节炎指数（WOMAC）对患者治疗前后的生活质量变化进行了评估。结果显示，联合治疗组在疼痛程度、关节活动能力以及日常生活满意度等方面均较治疗前显著改善，且整体评分明显优于单一针灸组。安全性观察结果表明，在整个治疗过程中未发现严重不良反应。个别患者在针刺部位出现短暂酸胀感或局部皮肤轻度红斑，但均在短时间内自行缓解，无需特殊处理。整体来看，针灸联合中药熏洗在治疗膝骨关节炎方面具有良好的安全性与耐受性，同时能够显著改善患者生活质量，体现出较高的临床应用价值和推广意义。

### 5 治疗优势与机制探讨

#### 5.1 协同治疗优势

针灸联合中药熏洗在膝骨关节炎治疗中具有明显的协同作用。膝骨关节炎属于中医“痹证”范畴，其发生多与风寒湿邪侵袭、气血运行不畅以及肝肾亏虚等因素相关。针灸通过刺激特定穴位，可疏通经络、调和气血，并通过神经反射和体液调节机制减轻疼痛，提高关节活动度。同时，中药熏洗利用温热药液对患者患处进行局部作用，通过温经散寒、活血化瘀和祛风除湿等作用，能够改善关节周围组织环境，缓解局部肌肉紧张和关节僵硬。两种疗法在作用机制上相互补充，一方面通过针灸调节整体气血运行和神经功能，另一方面通过中药熏洗直接作用于局部病变区域，从而形成内外兼治的治疗模式。临床观察表明，联合治疗在缓解疼痛、改善关节活动度及提升患者生活质量方面具有更显著效果，不仅能够减轻症状，还可促进关节功能恢复，体现出综合治疗的优势。

#### 5.2 改善局部血液循环与代谢

针灸与中药熏洗联合应用能够有效改善膝关节局部血液循环与组织代谢，对缓解膝骨关节炎症状具有积极意义。针灸通过刺激经络穴位，可促进局部血流量增加，使血管扩张并改善微循环状态，从而加快炎症介质和代谢废物的排出，减轻局部组织水肿和疼痛反应。同时，中药熏洗通过温热作用使皮肤毛孔扩张，促进药物成分渗透至关节周围组

织，并增强毛细血管通透性。药液中的活血化瘀及祛风散寒成分能够进一步促进血液循环，改善关节软组织的代谢环境。通过两种治疗方式的协同作用，可有效缓解滑膜炎和软组织损伤，减少关节腔内炎性物质积聚，从而促进软骨修复与组织再生。局部循环与代谢的改善不仅能够减轻疼痛和肿胀，还能够提升关节活动能力，为膝关节功能恢复创造良好的生理条件。

#### 5.3 免疫调节与抗炎作用

针灸联合中药熏洗在调节机体免疫功能和抑制炎症反应方面具有重要作用。现代医学研究表明，膝骨关节炎的发生与慢性炎症反应及免疫调节失衡密切相关。针灸通过刺激穴位能够调节神经—内分泌—免疫系统的功能，降低炎症因子如肿瘤坏死因子和白细胞介素的表达水平，从而减轻滑膜炎反应并缓解疼痛症状。同时，中药熏洗中常用的活血化瘀及祛风除湿类药物含有多种具有抗炎作用的有效成分，可通过局部吸收抑制炎症介质的释放，减少关节滑膜的炎症反应和组织损伤。两者联合应用能够在整体调节与局部治疗两个层面发挥作用，通过改善免疫平衡和降低炎症水平，延缓关节软骨退变的进程。长期应用此类综合治疗方法，不仅有助于控制疾病症状，还能够改善患者的关节功能和生活质量，对膝骨关节炎的持续治疗与康复具有积极意义。

### 6 结语

针灸联合中药熏洗在膝骨关节炎治疗中具有显著临床疗效，能够有效缓解疼痛、改善关节功能、提升生活质量，且安全性良好。其优势在于通过针灸改善经络气血、增强局部血液循环，中药熏洗温经散寒、活血化瘀，两者协同作用，实现症状缓解与功能恢复的双重目标。本研究为膝骨关节炎的中医综合治疗提供了临床实践依据，提示联合疗法在慢性退行性关节疾病中具有推广价值。未来研究可进一步通过随机对照、多中心样本及长期随访评估联合治疗的持续疗效与机制，为膝骨关节炎的临床康复提供更加科学的依据。

#### 参考文献

- [1] 何礼. 中药熏洗联合臭氧注射治疗膝骨关节炎的临床疗效[C]// 中国高校校办产业协会终身学习专业委员会. 第六届教育信息技术创新与发展学术研讨会论文集. 山东省莱州市中医院., 2025: 254-256.
- [2] 秦飞, 高祥, 乔建玲, 等. 中药熏洗联合富血小板血浆关节腔内注射治疗膝骨关节炎高位截骨术后患者的临床观察[J]. 中医药导报, 2025, 31(08): 121-127.
- [3] 周静. 四神煎加味内服联合中药熏洗治疗膝骨关节炎的疗效观察及对关节液炎性因子的影响[J]. 中国中医药科技, 2025, 32(03): 457-460.
- [4] 黄黎, 区文欢, 陈述祥. 刺灸疗法联合中药熏洗治疗膝骨关节炎的临床观察[J]. 中国民族民间医药, 2022, 31(10): 92-95.
- [5] 陈剑, 曾绍林, 刘步云, 等. 针灸配合中药熏洗治疗膝骨关节炎的临床疗效[J]. 世界最新医学信息文摘, 2015, 15(28): 162-163.