

- 2018,24(2):102-103,128.
- [10] 曹霞,李曾,李翔,等. 五味宣痹汤联合手脚食醋浸泡防治 HER2 阴性晚期胃癌患者 XP 方案一线治疗所致手足综合征疗效及对免疫功能及生存质量的影响 [J]. 现代中西医结合杂志,2019,28(18):1959-1963.
- [11] 陈红英,沙建飞,顾永伟. 参地二仙汤治疗卡培他滨所致的手足综合征 37 例 [J]. 陕西中医,2015,36(6):714-715.
- [12] 梁隽婷,姜梅,李松,等. 益气养阴活血方治疗卡培他滨相关性手足综合征的疗效观察 [J]. 现代实用医学,2013,25(8):917-918.
- [13] 李晓晨. 加味桃红四物汤治疗卡培他滨化疗后手足综合征血虚夹瘀型的临床研究 [J]. 昆明: 云南中医学院,2012.
- [14] 李稻芝,贾立群,邵文博,等. 热毒蕴结型手足综合征临床论治经验 [J]. 中日友好医院学报,2022,36(4):235-236,258.
- [15] 许鹏,赵梅梅. 银玄当归四逆汤防治卡培他滨相关性手足综合征 31 例 [J]. 陕西中医,2013,34(9):1116-1117.
- [16] 徐焯,陈诚豪,包向东,等. 自拟三仙汤防治结直肠癌术后 CapeOX 化疗副作用的临床研究 [J]. 中国现代医生,2016,54(20):125-128,132.
- [17] PENG YM, DUAN H, ZHANG JY, et al. Application of zizao Yangrong Granules for treating targeted drugs-related skin xerosis: A randomized double-blinded controlled study [J]. Integr Cancer Ther, 2020,19:1534735420924832.
- [18] 李志明,王芬,范毅南,等. 加味仙方活命饮外用治疗手足综合征瘀热入络型的临床研究 [J]. 中华中医药杂志,2020,35(4):2133-2136.
- [19] 李志丹,童康尔,朱伟伟. 中药浸洗防治卡培他滨相关性手足综合征疗效观察 [J]. 中医药学报,2019,47(6):94-97.
- [20] 应海峰,郭元彪,郑岚,等. 五味宣痹汤早期预防防治卡培他滨所致手足综合征的临床观察 [J]. 辽宁中医药大学学报,2014,16(10):108-110.
- [21] 吴霜,徐焯,陈诚豪. “麻桂通络汤”浸洗对卡培他滨化疗后手足综合征的防治作用研究: 附 49 例临床资料 [J]. 江苏中医药,2019,51(6):40-42.
- [22] 王尧. 加味消风散外洗治疗血虚风燥型阿帕替尼相关手足综合征的临床研究 [J]. 合肥: 安徽中医药大学,2019.
- [23] 李宁,王莹雪,刘赳,等. 玉肤解毒膏治疗结直肠癌患者卡培他滨化疗所致手足综合征的疗效观察 [J]. 现代生物医学进展,2023,23(7):1274-1278.
- [24] 朱孝娟,李杰. 参草手足润肤膏治疗手足综合征随机双盲对照试验临床观察 [J]. 中华中医药杂志,2019,34(8):3825-3828.
- [25] 刘可期,孙政,许香贵,等. 加味泻心汤合紫草橄榄油外用防治卡培他滨相关性手足综合征 80 例临床观察 [J]. 四川中医,2018,36(9):119-121.
- [26] 时艳霞,胡妍. 基于甘草红花油延续护理泌尿肿瘤靶向药物致手足综合征的研究 [J]. 光明中医,2023,38(2):352-355.
- [27] 郭婷,何虹,胡丰阳,等. 复方黄柏液治疗卡培他滨所致手足综合征的效果 [J]. 中国医药导报,2018,15(26):125-128.
- [28] 吴春泉,吴衍伟,周文辉,等. 如意金黄散治疗抗肿瘤药物之手足综合征临床研究 [J]. 光明中医,2023,38(10):1903-1905.
- [29] 黄静,蒋益兰,张良玉. 中药湿敷在化疗致手足综合征患者中的疗效观察与护理体会 [J]. 湖南中医杂志,2015,31(8):121-122.
- [30] 林友燕,方晓,林小琴. 药蜡治疗阿帕替尼所致手足综合征 30 例 [J]. 上海针灸杂志,2016,35(12):1462-1463.
- [31] 杨泽佩,田桢,鲍伟倩,等. 益元通络法针刺治疗手足综合征的临床经验 [J]. 中华中医药杂志,2020,35(6):2932-2935.
- [32] 李枋霏,陈红,李国森. 针灸治疗直肠癌化疗后手足综合征的临床研究 [J]. 世界针灸杂志: 英文版,2018,28(3):151-155,229.
- [33] 韦伟,黄波,黎志远,等. 督脉灸联合中药泡洗对卡培他滨相关性手足综合征的防治作用 [J]. 河北中医,2021,43(3):423-425,429.

(编辑: 郭金秋 收稿日期: 2023-07-17)

中西医结合护理前交叉韧带损伤研究进展

李春月¹ 董翔¹ 韩冷² 丰丽娟³ 许东波^{4△}

摘要: 前交叉韧带损伤是影响膝关节功能的常见问题之一。这种损伤可损害膝关节的生物力学平衡。中西医结合护理是一种创新性的综合护理模式,其基于中医理论与临床证据,且已被证实安全有效。此文从中西医护理技术特点和进展来综述其在膝关节前交叉韧带损伤患者中的作用。“辨证施护、食疗、药疗、穴位按摩、中药熏洗相结合”是其特色,中西医结合护理在膝关节前交叉韧带损伤的康复中有显著优势。

关键词: 筋伤; 前交叉韧带损伤; 中西医结合护理; 综述

doi:10.3969/j.issn.1003-8914.2024.06.060 文章编号:1003-8914(2024)-06-1243-04

膝关节前交叉韧带损伤属于中医学“筋伤”范畴,

是常见的骨伤科疾病^[1]。对于前交叉韧带严重撕裂的患者,则需要采取手术治疗。基于计算机预测模型估计,到 2025 年,这类手术的应用还会继续增加^[2,3]。随着时间的推移,该病的治疗方法已经得到了实质性的改进,但最佳治疗和康复护理方法在骨

作者单位:1. 天津康复疗养中心疗四科(天津 300191);2. 天津康复疗养中心疗三科(天津 300191);3. 天津康复疗养中心医护处(天津 300191);4. 天津康复疗养中心疗一科(天津 300191)

△通信作者: E-mail: 13512068665@163.com

科学研究和临床实践中仍然是一个具有挑战性的问题。不恰当的治疗和护理容易使患者再次受伤,并且增加骨关节炎进展风险。因此,康复护理成为前交叉韧带损伤恢复过程中的关键组成部分^[4,5]。患者的基本目标是尽快恢复正常的生活和体育活动,同时将再次受伤的风险降至最低。根据目前数据统计,大约 80% 的前交叉韧带损伤患者仅恢复到可参加某种体育活动,只有 65% 患者恢复到损伤前水平,55% 患者恢复到普通竞技水平。除了韧带的自然损耗,短期(如肌肉损伤)和长期(如与膝盖相关的生活质量、半月板或软骨损伤和骨关节炎)前交叉韧带损伤后的合并症也可能与个人的康复呈负相关^[6]。康复护理可以帮助前交叉韧带损伤患者恢复积极的生活方式。中医护理技术在多种临床疾病的康复方面发挥着举足轻重的作用,越来越受到患者的重视和认可。因此,本文综述了前交叉韧带损伤中西医结合护理的研究进展。

1 中医学对膝关节前交叉韧带损伤的认识

中医学认为,骨节部位所附着的有形之物是筋,《黄帝内经》中记载“宗筋主束骨而利机关也”,从中医学角度来看,筋的作用可以约束骨骼、稳定关节、滑利关节。故膝关节前交叉韧带损伤在中医学中属“筋伤”范畴,筋伤后难以约束骨骼,就会导致关节不稳,动态失衡,关节活动异常,进而发展为关节结构性失衡。中医在治疗此病的康复护理方面积累了诸多经验,疗效卓著。中医认为,此病为筋脉受损,气血运行不畅,致血溢脉外,形成气滞血瘀,不通则痛。此外,气血阻滞,经络失养,致筋肉运转失调,不荣则痛^[7]。筋脉损伤会累及多处经络,导致气血运行失常,不仅加大恢复难度,还会对人体的整体状态造成影响,需要及早干预。因此,祛风理气、活血通络等治疗方法可以拓宽膝关节前交叉韧带损伤的康复护理思路^[8]。

2 中医护理

2.1 饮食护理 中医学认为前交叉韧带损伤患者的病因病机多为气虚血瘀,在临床护理中应注意运用辨证思维指导饮食,所以,饮食可选用具有益气、活血、祛瘀功效的草药做成药膳,如加入当归、黄芪等药材,配以鸡肉等食材,熬汤内服^[9]。

2.2 穴位按摩护理 穴位按摩简便易行,便于推广,适合患者在家中康复,在远程护理中也具有一定的应

用价值。胡克萍等^[10]认为穴位按摩应以胆经、胃经、脾经穴位为主。陈春莉等^[11]强调按摩护理应从早期开始,术后 1 周开始按压风市、太冲、太溪等肝、脾、肾经穴位。前交叉韧带损伤和重建会导致股四头肌萎缩无力,这种情况可能会持续数年,因此,需要更有效的康复计划^[12]。朱丽娜等^[13]强调穴位按摩应从早期开始,从术后第 1 天开始,按揉足三里、丰隆、髀关等穴,并循足阳明胃经进行拍打,力度轻柔,反复多次进行。患者因气血循环受阻,筋脉失于濡养,常出现局部疼痛、肿胀的症状,穴位刺激可以起到活血通络理气的作用^[13,14]。已有系统评价证实,穴位按摩等中医外治疗法对多种术后功能康复有效,包括腰椎术后、膝关节术后等^[15,16]。

2.3 五音护理 五音护理法是基于中医情志致病学的理论发展而来,五音护理法使用五种不同的音色,包括宫、商、角、徵、羽,来影响患者情绪,进而影响五脏,改善患者的健康状况。例如,对于疼痛较重的患者,播放徵调式乐曲,如《山居吟》等^[17]。宫、商、角、徵、羽音分别对应脾、肺、肝、心、肾。根据五行相生相克理论调整音乐,使音乐产生的生物能量与身体细胞形成和谐共振,从而对人体中枢神经系统、内分泌系统发挥调节作用,调节情绪,改善血液循环^[18,19]。

2.4 中药熏洗 中药熏洗是一种历史悠久的中医外治疗法,临床上可以利用中药的药性调节人体内环境,活血通络、行气止痛。中药多选用活血行气、通经活络、祛风除湿之品,如木瓜、苏木、秦艽、透骨草等,改善肢体循环,对关节肿胀、疼痛进行有效的治疗^[20]。目前,中药熏洗的治疗与护理效果已被系统评价研究证实^[21]。

2.5 中药内服 中药经常用于治疗膝骨性关节炎,其镇痛作用已在几项系统综述中得到证实^[22,23]。中药还可以降低骨科手术中下肢深静脉血栓的发生率^[24]。当归在随机对照试验中使用最频繁,研究发现,当归可以通过抑制炎症介质(如白细胞介素-6 等),起到抗炎作用。治疗膝骨性关节炎的中药中使用最多的药物是赤芍、牛膝和木瓜^[22-24]。赤芍中的单萜类化合物是潜在的先导化合物,用于抗炎药的开发。牛膝可改善下肢的血液供应,治疗关节炎^[25]。

3 西医护理

3.1 心理护理 适当的康复活动是前交叉韧带损伤康复后维持良好生活质量的关键因素,而有效的心理

指导能够减轻患者对再次受伤的恐惧,增强患者康复的信心^[24]。心理指导的目标之一是减少患者的负面情绪。这需要一种符合个人目标、价值观和生活优先事项的个性化方法,需要给患者讲解护理的相关知识、康复锻炼的注意事项,以便鼓励患者增强信心,提高康复依从性。

3.2 康复护理 针对完全被动伸展和股四头肌功能的康复护理,应在前交叉韧带损伤或重建后的第 1 天开始。本阶段提倡主动和被动的运动范围练习(如股四头肌固定、主动直腿抬高、俯卧撑和脚跟滑动),以及通过调整负荷进行管理^[24]。冷冻疗法可用于治疗疼痛,但对减少膝关节积液无效。作为主动运动的辅助疗法,高强度神经肌肉电刺激可有效提高患者股四头肌的力量。循证指南建议同时进行负重(闭合动力链)和非负重(开放动力链)运动^[24]。

3.3 健康教育 韧带重建后,患者可能面临深静脉血栓形成、感染、神经损伤等并发症^[27]。如果不及干预或治疗,患者可能面临手术失败、反复入院、经济负担加重和心理压力增加等困境。延续性护理可以在随访期间发现问题和解决问题,并为患者提供健康宣教,指导功能锻炼。因此,监督定期随访,促进健康知识教育具有一定必要性。

4 中西医结合护理

4.1 基础研究 穴位刺激可以调节细胞因子以减弱软骨细胞外基质降解和细胞凋亡,这是膝关节炎发病机制的关键。穴位刺激可能抑制 p38 丝裂原活化蛋白激酶(p38 MAPK)通路中的细胞因子表达以减弱软骨细胞外基质降解,调节线粒体通路中的因子以抑制软骨细胞凋亡,并改善软骨组织相关表型以延缓软骨退化^[28]。此外,穴位刺激可以下调软骨和滑膜组织中的炎症因子,对痛觉过敏和软骨变性具有保护作用^[29]。这些发现为穴位按摩或刺激干预膝关节炎的治疗机制和临床疗效提供了可能的解释。

4.2 随机对照研究

4.2.1 缓解疼痛和肿胀症状 何心蕊等^[30]将参与者随机分为对照组和研究组,对照组采用常规护理联合使用持续被动运动,采用机器对关节进行持续匀速被动屈伸锻炼。同时嘱患者术后加强股四头肌等长收缩练习及踝泵运动。研究组在对照组康复护理的基础上,加用健脾益气汤调理。创伤后组织肿胀以及伤后日久的患者,当重视脾胃的调养,方能使受伤筋骨、皮

肉受到气血温养,促进受伤组织的修复。结果发现,研究组在膝关节最大主动屈伸活动度及膝关节功能评分方面均优于对照组。胡克萍等^[3]通过随机对照试验发现,常规护理联合中医特色护理(包括饮食、中药熏洗、穴位针刺、推拿按摩等)可以减轻术后疼痛、肿胀,改善膝关节功能,促进患者早期康复。熊祯等^[17]研究发现,在快速康复护理的基础上联合中医五音疗法能够显著减轻手术疼痛,利于促进膝关节功能的康复。李品等^[21]的荟萃分析中,纳入了 7 项随机对照研究,对中药熏洗在前交叉韧带重建术后护理中的有效性进行了分析,结果显示常规康复训练配合中药熏洗在总有效率、术后疼痛评分方面有明显优势。

4.2.2 改善肌肉萎缩 陈春莉等^[10]通过随机对照研究发现,早期下肢按摩结合康复训练对前交叉韧带重建术后患者功能恢复的应用效果优于常规康复,能有效减轻患者疼痛,减轻肢体肿胀,促进术后肌力恢复,减少膝关节粘连、僵硬和肌肉萎缩的发生率,并促进膝关节功能康复。朱丽娜等^[12]研究经络穴位拍打联合下肢按摩预防前交叉韧带重建术后肌肉萎缩的效果。采用了随机对照的研究方法,患者被随机分为 2 组。2 组患者在常规膝关节康复护理的基础上,对照组接受了下肢按摩治疗,观察组接受了经络穴位拍打联合按摩。结果显示,观察组肌肉萎缩发生率明显低于对照组,且未发生膝关节僵硬或关节粘连。

5 结语

综上所述,中西医结合护理可以缓解疼痛,增强膝关节的灵活性,对膝关节具有保护作用,并且减少术后水肿,改善膝关节术后的多种功能。这些探索性研究,是未来深入研究各种肌肉骨骼手术后中西医结合护理的有用基石。对于前交叉韧带重建术后患者的治疗,中西医护理技术均有着举足轻重的作用。随着医学发展,对医疗技术、护理工作的各个方面提出了越来越高的要求,如何更好地为患者服务,更好地发挥中国康复特色,是临床持续关注和不断探索的课题。随着中西医结合护理的探索,这种创新的护理方法逐渐受到临床医生和护理人员的重视。因此,中西医结合护理干预的重要性是毋庸置疑的,应当不断深入研究。

参考文献

- [1] GLATTKE KE, TUMMALA SV, CHHABRA A. Anterior cruciate ligament reconstruction recovery and rehabilitation: A systematic

- review [J]. J Bone Joint Surg Am, 2022, 104(8): 739-754.
- [2] D'AMBROSI R, MEENA A, RAJ A, et al. Multiple revision anterior cruciate ligament reconstruction: Not the best but still good [J]. Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc, 2023, 31(2): 559-571.
- [3] MARX RG. Latest trends in ACL reconstruction [J]. Sports Med Arthrosc Rev, 2020, 28(2): 35.
- [4] BEST MJ, HARRIS AB, MARRACHE M, et al. Risk factors for readmission following anterior cruciate ligament reconstruction [J]. J Knee Surg, 2023, 36(5): 459-464.
- [5] ISAJI Y, YAMADA T, OKA T, et al. Association between knee function and kinesiophobia 6 months after anterior cruciate ligament reconstruction [J]. J Phys Ther Sci, 2023, 35(2): 128-132.
- [6] TAYFUR B, CHARUPHONGSA C, MORRISSEY D, et al. Neuromuscular function of the knee joint following knee injuries: Does it ever get back to normal? A systematic review with meta-analyses [J]. Sports Med, 2021, 51(2): 321-338.
- [7] 罗仲流, 胡勇, 韩清民, 等. 前交叉韧带断裂不同中医证型患者前外侧旋转失稳情况的差异性研究 [J]. 河北中医, 2023, 45(1): 78-81.
- [8] 李春梅. 中医辨证护理在膝关节骨性关节炎病人中的护理效果分析 [J]. 婚育与健康, 2023, 29(4): 181-183.
- [9] 胡克萍, 谭艳庆, 陈玉梅, 等. 中医特色护理在膝前交叉韧带重建术后的早期应用研究 [J]. 中国中医急症, 2018, 27(4): 750-752.
- [10] 陈春莉, 魏丹娜, 苏舜红, 等. 早期下肢按摩联合康复训练对膝关节镜下前交叉韧带重建术后患者功能恢复的影响 [J]. 临床和实验医学杂志, 2020, 19(19): 2095-2099.
- [11] TOTH MJ, TOURVILLE TW, VOIGT TB, et al. Utility of neuromuscular electrical stimulation to preserve quadriceps muscle fiber size and contractility after anterior cruciate ligament injuries and reconstruction: A randomized, sham-controlled, blinded trial [J]. Am J Sports Med, 2020, 48(10): 2429-2437.
- [12] 朱丽娜, 吴凯丽. 经络穴位拍打联合下肢按摩预防膝关节镜下前交叉韧带重建术后肌肉萎缩的效果 [J]. 医学理论与实践, 2022, 35(10): 1787-1789.
- [13] 代菊红, 杨光, 黄竟敏, 等. 针灸联合运动疗法对前交叉韧带重建术后功能康复的临床研究 [J]. 中华针灸电子杂志, 2021, 10(4): 140-145.
- [14] 肖恒, 刘倩, 沈卢, 等. 针灸联合运动疗法对膝关节前交叉韧带损伤重建术后患者疼痛及关节功能恢复的影响 [J]. 现代中西医结合杂志, 2021, 30(25): 2820-2824.
- [15] YUE C, ZHANG X, ZHU YJ, et al. Systematic review of three electrical stimulation techniques for rehabilitation after total knee arthroplasty [J]. J Arthroplasty, 2018, 33(7): 2330-2337.
- [16] CHO YH, KIM CK, HEO KH, et al. Acupuncture for acute postoperative pain after back surgery: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials [J]. Pain Pract, 2015, 15(3): 279-291.
- [17] 熊祯, 梁群, 李菲. 中医五音疗法联合快速康复护理在交叉韧带断裂患者术后康复中的应用效果 [J]. 中国当代医药, 2022, 29(6): 164-167.
- [18] 范美庆, 章静, 王超. 五音疗法配合子午流注择时中药热奄包在改善肝胃不和型餐后不适综合征中的临床应用 [J]. 中国现代医生, 2020, 58(23): 173-176.
- [19] 徐启锋, 叶丽玮, 夏贞茹, 等. 浅谈五音疗法在心身疾患中的应用 [J]. 中医临床研究, 2020, 12(22): 52-55.
- [20] 林小英, 何素玲, 张丽琴. 中药熏洗对膝关节前交叉韧带重建术后功能恢复的影响 [J]. 中西医结合护理(中英文), 2018, 4(10): 78-80.
- [21] 李品, 韩燕鸿, 杨伟毅, 等. 中药熏洗在关节镜下前交叉韧带重建术后护理中有效性的 meta 分析 [J]. 中国医药导报, 2020, 17(33): 129-132, 144.
- [22] ZHANG WM, WANG SQ, ZHANG RX, et al. Evidence of Chinese herbal medicine Duhuo Jisheng Decoction for knee osteoarthritis: A systematic review of randomised clinical trials [J]. BMJ Open, 2016, 6(1): e008973.
- [23] CHEN B, ZHAN HS, MARSZALEK J, et al. Traditional Chinese medications for knee osteoarthritis pain: A meta-analysis of randomized controlled trials [J]. Am J Chin Med, 2016, 44(4): 677-703.
- [24] ZHU SB, SONG Y, CHEN X, et al. Traditional Chinese and western medicine for the prevention of deep venous thrombosis after lower extremity orthopedic surgery: A meta-analysis of randomized controlled trials [J]. J Orthop Surg Res, 2018, 13(1): 79.
- [25] WU J, LI JY, LI W, et al. Achyranthis bidentatae radix enhanced articular distribution and anti-inflammatory effect of berberine in Sanmiao Wan using an acute gouty arthritis rat model [J]. J Ethnopharmacol, 2018, 221: 100-108.
- [26] FILBAY SR, GRINDEM H. Evidence-based recommendations for the management of anterior cruciate ligament (ACL) rupture [J]. Best Pract Res Clin Rheumatol, 2019, 33(1): 33-47.
- [27] 赵荣华, 韩峰, 吕正燕. 护理干预对前交叉韧带损伤患者膝关节功能康复的影响观察 [J]. 临床医药文献电子杂志, 2018, 5(57): 158, 160.
- [28] YE JN, SU CG, JIANG YQ, et al. Effects of acupuncture on cartilage p38MAPK and mitochondrial pathways in animal model of knee osteoarthritis: A systematic evaluation and meta-analysis [J]. Front Neurosci, 2023, 16: 1098311.
- [29] LI BC, LI J, LI J, et al. Acupuncture reduces pain in rats with osteoarthritis by inhibiting MCP2/CCR2 signaling pathway [J]. Exp Biol Med, 2020, 245(18): 1722-1731.
- [30] 何心蕊, 胡冲, 邵先舫. 健脾益气汤联合持续被动运动对膝关节前交叉韧带重建术后功能锻炼的影响 [J]. 山西医药杂志, 2022, 51(22): 2540-2543.