

骨性关节炎的中西医诊疗

张伯昭

骨性关节炎也称骨退行性关节病，俗称“骨刺”，是由于衰老或过度磨损等原因所导致。其病理一般认为是因软骨的磨损超过其自身的修复能力所致，最终可致软骨消失，同时伴有有关节边缘和软骨下骨质反应性改变。临床以关节疼痛、僵硬、肿大及活动受限为主要特征，重症者可致关节畸形。本病多累及颈椎、腰椎、膝及指间关节，常见于 40 岁以上患者，65 岁以上的人几乎普遍存在，女性多于男性。

骨性关节炎在中医属“痹证”或“骨痹”范畴，其基本病机是外由外邪入侵，痹阻气血，经络不畅，内因年老体弱，肝肾气血亏虚，关节失养所致。

一、临床表现

1. 本病初起晨间关节疼痛，稍活动后减轻，活动过多则加重。晨僵时间较短，一般不超过 5 分钟，关节可有轻度肿胀，晚期疼痛持续，关节活动受限，并可出现畸形。

2. 手指远端指间关节背面两侧可见骨性结节(Heberden's 结节)，并可引起末节指骨的屈曲和侧向偏斜；近端指间关节可见类似的骨性结节(Bouchard's 结节)。

3. 膝关节疼痛常局限在髌骨周围，在爬坡或上楼时加重，活动时常可查到摩擦音。如发生急性滑膜炎，可见关节肿胀、疼痛加重。髌骨研磨试验及被动屈伸试验阳性，关节积液时浮髌试验阳性。

4. 髋关节也可受累，但较少见，表现为疼痛局限于腹股沟或放射至大腿内侧或臀部，下肢活动可受限。此外，还可累及颈椎、胸椎和腰椎，椎体受累则出现局部疼痛及僵硬。颈椎受累非常多见，于颈椎发生的骨关节炎也称“颈椎病”。

二、X 线检查示关节面不规则，关节间隙变窄，软骨下骨质硬化，关节边缘有唇样骨赘或骨桥形成，有时可见关节游离体（“关节鼠”）阴影。

三、鉴别诊断

1. 类风湿性关节炎 可累及全身关节、以四肢关节尤其近端指间关节多见，关节呈对称性肿胀，晨僵时间长，类风湿因子多呈阳性。血沉增快，多见于中老年女性。

2. 强直性脊柱炎 多发于青年男性，常见骶髂关节以及髋、膝关节受累，晚期可见脊柱强直。基因检查 HLA-B27 阳性，X 线检查常发现骶髂关节间隙融合或脊柱“竹节样”强直。

四、治疗

(一)辨证论治

1. 寒湿痹阻证：关节冷痛，触之冷而不温，局部畏寒，得热痛减，遇寒加重，肢体沉重，关节屈伸不利，舌质淡，苔白，脉沉弦。治法温阳散寒，除湿通络。乌头汤方加减：制川乌 3g、桂枝 10g、麻黄 6g、细辛 3g、黄芪 15g、芍药 15g、薏米 10g、威灵仙 6g、路路通 12g。本方中乌头毒性较大，亦改用制附子 6 克；汗多者去麻黄或改用炙麻黄；心悸者去麻黄；关节疼甚加制乳没各 3g；腰膝疼痛者加怀牛膝 10 克、川断 10 克；关节屈伸不利者加伸筋草 12 克。

2. 瘀血痹阻证：关节疼痛如刺，痛处固定，局部肤色不荣，舌暗或有瘀斑，脉细

涩。治法活血祛瘀，通络止痛。泽兰汤合桃红四物汤加减：泽兰 12g、川牛膝 12g、桃仁 10g、红花 10g、生地 15g、赤芍 9g、川芎 10g、当归 9g、威灵仙 9g。腰痛加杜仲 10g、川断 10g；肢冷加制附片 10g、桂枝 10g；肢体乏力加黄芪 15g、党参 10g。

3. 正气亏虚证：关节酸痛，腰膝酸软，劳则加重，心悸气短，面色少华，头晕目眩，或咽干，舌红少苔，脉细数；或肢冷不温，舌淡苔白，脉沉细无力。治法补气血，益肝肾，通络止痛。右归饮合当归补血汤加减：黄芪 15g、当归 10g、白芍 15g、熟地 10g、山萸肉 10g、山药 12g、杜仲 10g、枸杞子 10g、怀牛膝 10g、肉苁蓉 15g、巴戟天 9g、补骨脂 10g。肢冷畏寒者加制附子 9g、桂枝 10g；阴虚有热者加生地 15g、黄柏 9g；关节痛甚者加威灵仙 10g、千年健 10g；舌暗者加泽兰 10g、丹参 12g。

(二)西医治疗

疼痛者可选用阿斯匹林、消炎痛、布洛芬、扶他林等非甾类消炎药。长期使用需注意这些药物不良反应的产生。严重关节畸形、功能受限、关节内有游离体者可考虑关节镜或手术治疗。

(三)中成药

疏风定痛丸、小活络丹、金匱肾气等。

(四)其他疗法

1. 针灸、推拿可以舒筋活血，化瘀通络，止痛消肿，改善局部肢体关节供血，不仅可以减轻疼痛肿胀等症状，也可在一定程度上延缓关节退行性改变的发生发展。取穴时可“以痛为俞”为主，如能结合循经取穴及健侧取穴法，则疗效更佳。

2. 蜡疗、红外线照射、中药离子导入以及外用药如狗皮膏、壮骨膏、正骨水等均可选用。

五、临床体会

1. 本病以虚寒证多见，但在发生关节急性滑膜炎时，关节肿胀热痛，此时应按湿热痹治疗，可用四妙散加减以利水消肿。

2. 本病多发生于老年体弱者，故其病机以正虚为本，治疗时应注意扶正，独活寄生汤、三痹汤亦属常用。

3. 应防止关节过度负重，肥胖者应减轻体重，注意保暖，避免受寒。关节疼痛严重时应减少活动。平时应适当增加锻炼。走路不便者可使用手杖。

4. 本病病程缠绵，难以速愈，平素需注意关节的保护以配合各种治疗，病者需有恒心，医者需有耐心，治疗养生相结合，功效才能显著。

注：该文是我参与编写《中医内科临床手册》（人民卫生出版社 1996 年出版，冯兴华主编）时的作品，现稍加修改和大家共享，希望能对读者有所帮助。（张伯昭 北岸新希望诊所 www.newhopeclinic.co.nz 09-4766088）