

富血小板血浆联合中药熏洗联合推拿治疗膝关节骨性关节炎的疗效分析

李颖慧

十堰市太和医院骨科康复 2 病区 湖北十堰

【摘要】目的 探究富血小板血浆联合中药熏洗联合推拿治疗膝关节骨性关节炎的疗效。**方法** 选用 2024 年 1 月-2026 年 1 月期间的 74 例膝关节骨性关节炎患者，分成观察组、对照组（各 37 例）。分别开展中药熏洗、富血小板血浆联合中药熏洗联合推拿。**结果** 观察组治疗有效率明显高于对照组；在膝关节功能评分方面，观察组支持、上楼、下蹲以及疼痛分别为（ 3.71 ± 0.70 ）分、（ 8.05 ± 0.98 ）分、（ 4.12 ± 0.73 ）分、（ 22.28 ± 3.23 ）分，观察组明显优于对照组，有统计学意义（ $P < 0.05$ ）；**结论** 实施富血小板血浆联合中药熏洗联合推拿治疗在膝关节骨性关节炎患者中，能够主动配合简单的关节功能锻炼，进一步强化膝关节肌肉力量，改善关节稳定性，促进关节功能恢复，从而提高膝关节功能评分，同时减少病情复发，确保治疗效果的持续性，进一步提升治疗有效率，帮助患者实现长期病情稳定，值得参考。

【关键词】 富血小板血浆；中药熏洗；推拿；治疗；膝关节骨性关节炎

【收稿日期】 2026 年 5 月 6 日 **【出刊日期】** 2026 年 6 月 8 日 **【DOI】** 10.12208/j.ircm.20260028

Efficacy analysis of platelet-rich plasma combined with traditional Chinese medicine fumigation-washing and Tuina in the treatment of knee osteoarthritis

Yinghui Li

Ward 2, Department of Orthopedic Rehabilitation, Taihe Hospital, Shiyan, Shiyan, Hubei

【Abstract】 Objective To evaluate the therapeutic effect of platelet-rich plasma (PRP) combined with traditional Chinese medicine fumigation and washing, along with massage therapy, in treating knee osteoarthritis. **Methods** A total of 74 patients with knee osteoarthritis were enrolled between January 2024 and January 2026 and randomly divided into an observation group and a control group (37 cases each). The control group received traditional Chinese medicine fumigation and washing, while the observation group received PRP combined with traditional Chinese medicine fumigation and washing plus massage therapy. **Results** The effective rate in the observation group was significantly higher than that in the control group. Regarding knee function scores, the observation group showed significantly better results in support, stair climbing, squatting, and pain relief, with scores of (3.71 ± 0.70), (8.05 ± 0.98), (4.12 ± 0.73), and (22.28 ± 3.23) points respectively, all significantly superior to those in the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** The combination of PRP, traditional Chinese medicine fumigation and washing, and massage therapy effectively enhances muscle strength around the knee joint, improves joint stability, promotes functional recovery, and increases knee function scores. It also reduces disease recurrence, ensures sustained therapeutic outcomes, and improves overall treatment efficacy, helping patients achieve long-term disease stability. This approach is worthy of clinical reference.

【Keywords】 Platelet-rich plasma; Traditional Chinese medicine fumigation and washing; Massage therapy; Treatment; Knee osteoarthritis

膝关节骨性关节炎是临床常见的退行性骨关节疾病，以膝关节软骨磨损、骨质增生、滑膜炎症为主要病理特征，临床多表现为膝关节疼痛、肿胀、活动

受限，严重时可导致关节畸形、功能丧失，严重影响患者的日常生活能力与生活质量^[1]。该病多见于中老年人，其发病与年龄增长、关节劳损、外伤、体质

亏虚等多种因素相关，病程迁延反复，治疗难度较大，临床治疗的核心目标是缓解疼痛、改善关节功能、延缓病情进展、提升患者生活质量^[2]。目前，临床治疗膝关节骨性关节炎的方法较多，中药熏洗作为传统中医疗法，具有活血化瘀、通络止痛、消肿散结的功效，能有效缓解关节疼痛与肿胀，但单一应用时，对关节软骨修复、关节功能恢复的效果有限，难以达到理想的治疗目标^[3-4]。此次研究将 2024 年 1

月-2026 年 1 月期间的 74 例膝关节骨性关节炎患者作为研究对象，开展富血小板血浆、中药熏洗联合推拿干预，得出满意结果，如下：

1 资料与方法

1.1 临床资料

选用 2024 年 1 月-2026 年 1 月期间的 74 例膝关节骨性关节炎患者，分成观察组、对照组（各 37 例）。两组患者临床资料如表 1 所示。

表 1 两组患者的一般资料对比

组别	性别（例）		年龄范围（岁）		平均年龄（岁）
	男	女	最小年龄	最大年龄	
观察组（n=37）	17	20	45	78	58.74±3.54
对照组（n=37）	19	18	47	80	59.35±3.61

对比两组临床资料，组间差异不显著，无统计学意义（ $P>0.05$ ）。

1.2 方法

观察组实施富血小板血浆联合中药熏洗联合推拿治疗。即：（1）做好治疗前准备工作，全面了解患者病情、体质及既往病史，排除治疗禁忌证，向患者详细讲解联合治疗的流程、原理及注意事项，缓解患者紧张情绪，引导患者主动配合治疗。（2）规范开展富血小板血浆制备与注射，采集患者自身静脉血，按照标准流程进行离心处理，分离提取富血小板血浆，确保血浆纯度与活性；嘱患者平卧，屈膝约 60°，选择患膝外膝眼为进针点，常规消毒，缓慢穿刺进入膝关节腔，回抽无血，将富血小板血浆缓慢注入膝关节腔，注射完毕按压注射部位片刻，局部以无菌敷贴覆盖。（3）调配个性化中药熏洗方剂，结合患者病情辨证论治，选取活血化瘀、通络止痛、补益肝肾、强筋健骨的中药，按比例配伍后加水煎煮，滤取药液，控制药液温度在适宜范围，避免烫伤。（4）实施中药熏洗治疗，让患者取舒适体位，将膝关节置于熏洗装置中，先用药液蒸汽熏蒸膝关节，待药液温度降至适宜后，用毛巾蘸取药液热敷并擦拭膝关节周围皮肤，每次熏洗时长遵循规范，熏洗后用干毛巾擦干膝关节，注意保暖，避免受凉。（5）开展推拿治疗前，先对膝关节周围皮肤进行清洁，操作者搓热双手，采用轻柔手法对膝关节周围肌肉、韧带进行放松按摩，缓解肌肉紧张与痉挛，为后续推拿操作奠定基础。（6）实施针对

性推拿手法，根据患者关节粘连、疼痛部位，采用按揉、弹拨、推法、一指禅等手法，重点按摩膝关节周围穴位及疼痛点，力度由轻到重、循序渐进，避免暴力操作，松解关节粘连，改善关节活动度。

（7）把控联合治疗时序，先进行富血小板血浆注射，待注射部位无明显不适后，再开展中药熏洗治疗，熏洗结束后进行推拿治疗，确保各项治疗环节衔接顺畅，发挥协同治疗作用。（8）强化治疗后护理指导，告知患者治疗后注意事项，避免膝关节过度负重、剧烈活动，指导患者进行简单的关节功能锻炼，配合饮食调理，忌生冷、辛辣刺激性食物，助力治疗效果巩固。

对照组实施常规中药熏洗治疗。与观察组中药熏洗治疗措施一致。

1.3 观察指标

比较两组患者的治疗有效率、膝关节功能评分。

1.4 统计学分析

采用 SPSS26.0 分析，采用 t/χ^2 值检验， $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者的治疗有效率比较

观察组治疗有效率明显高于对照组，见表 2。

2.2 两组患者的膝关节功能评分比较

在膝关节功能评分方面，观察组支持、上楼、下蹲以及疼痛分别为（3.71±0.70）分、（8.05±0.98）分、（4.12±0.73）分、（22.28±3.23）分，观察组明显优于对照组，有统计学意义， $P<0.05$ ，见表 3。

表 2 两组患者的治疗有效率对比（n，%）

组别	例数	显效	有效	无效	治疗有效率（%）
观察组	37	23（62.16）	13（35.14）	1（2.70）	36（97.30）
对照组	37	20（54.05）	9（24.32）	8（21.62）	29（78.38）
χ ² 值	/	/	/	/	6.198
P 值	/	/	/	/	0.013

表 3 两组患者的膝关节功能评分对比（分， $\bar{x}\pm s$ ）

组别	例数	支持	上楼	下蹲	疼痛
观察组	37	3.71±0.70	8.05±0.98	4.12±0.73	22.28±3.23
对照组	37	3.31±0.86	6.02±0.31	2.84±0.64	20.27±3.76
t 值	/	2.194	12.013	8.02	2.467
P 值	/	0.031	0.000	0.000	0.016

3 讨论

膝关节骨性关节炎的治疗核心是缓解疼痛、修复受损关节软骨、松解粘连、改善关节功能，单一中药熏洗治疗虽能在一定程度上缓解关节疼痛与肿胀，但其治疗局限性较为明显，难以实现对疾病的全方位干预，治疗效果有限^[5-6]。富血小板血浆联合中药熏洗联合推拿治疗相较于单一中药熏洗治疗，更贴合膝关节骨性关节炎的病理特点与患者治疗需求^[7]。联合治疗方案中，富血小板血浆能够针对性修复受损的关节软骨细胞，促进软骨组织再生，从病理根源上改善关节病变，弥补了中药熏洗无法修复软骨的短板^[8]。推拿治疗则能有效松解膝关节周围肌肉、韧带粘连，改善关节活动度，缓解肌肉痉挛，进一步提升止痛效果，与中药熏洗的通络止痛作用形成协同，增强镇痛效果^[9]。

本文研究结果显示：观察组治疗有效率明显高于对照组；其主要得益于该项治疗措施下能够从病理根源、症状缓解、功能改善等多个维度对疾病进行干预，全方位解决膝关节骨性关节炎的核心病理问题，从而显著提升治疗有效率。在膝关节功能评分方面，观察组支持、上楼、下蹲以及疼痛分别为（3.71±0.70）分、（8.05±0.98）分、（4.12±0.73）分、（22.28±3.23）分，观察组明显优于对照组，有统计学意义（P<0.05）；由此可见该治疗方法能够直接作用于受损的膝关节软骨，促进软骨细胞再生与修复，填补软骨磨损部位，恢复软骨的弹性与功能，减少关节活动时的摩擦与疼痛，为膝关节功能恢复奠定坚实基础，从而提升膝关节功能评分。因

此，我们认为，在膝关节骨性关节炎患者中，相较于实施常规中药熏洗治疗而言，实施富血小板血浆联合中药熏洗联合推拿治疗可以减轻关节滑膜炎症与组织水肿，缓解关节肿胀、僵硬等不适，改善膝关节的活动灵活性，减少关节活动时的疼痛感，助力膝关节功能恢复，提升功能评分。

综上所述，实施富血小板血浆联合中药熏洗联合推拿治疗在膝关节骨性关节炎患者中，能够主动配合简单的关节功能锻炼，进一步强化膝关节肌肉力量，改善关节稳定性，促进关节功能恢复，从而提高膝关节功能评分，同时减少病情复发，确保治疗效果的持续性，进一步提升治疗有效率，帮助患者实现长期病情稳定，值得参考。

参考文献

[1] 靳艳,谢添,顾晞,等. 关节腔内注射透明质酸和富血小板血浆联合中医定向透药对膝关节骨性关节炎患者膝关节活动度及疼痛的影响 [J]. 临床和实验医学杂志, 2026, 25 (02): 143-147.

[2] 蔡绍明,蔡青,朱元元,等. 散寒除湿方联合关节腔内富血小板血浆注射治疗寒湿痹阻证膝关节骨性关节炎患者的临床观察 [J]. 世界中西医结合杂志, 2025, 20 (11): 2233-2238.

[3] 张俊平,王记伟. 软骨下骨松质骨与关节腔内联合注射富血小板血浆治疗Ⅱ～Ⅲ级膝关节骨性关节炎疗效观察 [J]. 新乡医学院学报, 2025, 42 (09): 749-754.

[4] 黄宇,况松,周灏,等. 关节内注射富血小板血浆联合防风

- 膝痹汤治疗膝关节骨性关节炎的效果评价 [J]. 临床误诊误治, 2025, 38 (16): 86-90.
- [5] 段飞,郑盼盼,朱以海,等. 兔膝关节骨性关节炎行富血小板血浆与臭氧关节腔注射的疗效对比 [J]. 菏泽医学专科学校学报, 2025, 37 (02): 1-4+22.
- [6] 张禹,杨洁银. 中药熏洗配合曲安奈德关节腔内注射治疗膝关节骨性关节炎临床研究 [J]. 河北中医, 2025, 47 (04): 563-566.
- [7] 孙小旭,葛占洲,常宗伟,等. 自体富血小板血浆与玻璃酸钠关节腔内注射在膝关节骨性关节炎体外冲击治疗中的应用 [J]. 长治医学院学报, 2025, 39 (02): 128-133.
- [8] 万鑫,张宇博,杨法宝,等. 关节镜下微骨折术联合自体富血小板血浆治疗膝关节骨性关节炎的效果分析 [J]. 中国社区医师, 2025, 41 (10): 13-15.
- [9] 权二伟,计宁,牛永强. 中药熏洗用于关节镜下关节清理术联合关节腔注射富血小板血浆治疗膝关节骨性关节炎中的效果及对 TLR-4、IL-1 β 表达的影响 [J]. 临床医学研究与实践, 2024, 9 (16): 134-137.
- 版权声明:** ©2026 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**