

## 督灸在风寒痹阻型类风湿性关节炎病人护理中的价值研究

刘 越

银川市第三人民医院 宁夏银川

**【摘要】目的** 探究在风寒痹阻型类风湿性关节炎病人护理中采用督灸的应用价值。**方法** 选取 2023 年 12 月至 2024 年 6 月在我院收治的 66 例风寒痹阻型类风湿性关节炎病人作为观察对象。随机分为对照组（33 例）和观察组（33 例），对照组采用常规护理，观察组采用督灸。对比两组患者的总有效率和临床症状改善情况。**结果** 治疗后，观察组临床症状改善情况明显优于对照组，总有效率更高，其差异具有统计学意义（ $p \leq 0.05$ ）。**结论** 督灸在风寒痹阻型类风湿性关节炎病人护理中应用价值显著，能有效提高总有效率，改善临床症状，提高康复效果。具有较高的推广价值，为临床护理此类患者提供了极具价值的参考方案。

**【关键词】** 督灸；风寒痹阻型；类风湿性关节炎；应用价值

**【收稿日期】** 2025 年 4 月 18 日

**【出刊日期】** 2025 年 5 月 23 日

**【DOI】** 10.12208/j.ijnr.20250265

### Research on the value of moxibustion in the nursing of patients with wind cold obstruction type rheumatoid arthritis

Yue Liu

Yinchuan Third People's Hospital, Yinchuan, Ningxia

**【Abstract】Objective** To explore the application value of Du moxibustion in the nursing of patients with wind cold obstruction type rheumatoid arthritis. **Methods** 66 patients with rheumatoid arthritis of wind cold obstruction type admitted to our hospital from December 2023 to June 2024 were selected as the observation subjects. Randomly divided into a control group (33 cases) and an observation group (33 cases), with the control group receiving routine care and the observation group receiving moxibustion. Compare the total effective rate and clinical symptom improvement between two groups of patients. **Results** After treatment, the improvement of clinical symptoms in the observation group was significantly better than that in the control group, and the total effective rate was higher, with statistical significance ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Du moxibustion has significant application value in the nursing of patients with wind cold obstruction type rheumatoid arthritis, which can effectively improve the overall effective rate, alleviate clinical symptoms, and enhance rehabilitation outcomes. It has high promotional value and provides valuable reference solutions for clinical nursing of such patients.

**【Keywords】** Du Moxibustion; Wind cold obstruction type; Arthritis; Application value

类风湿性关节炎是一种常见的以侵蚀性关节炎为主要表现的自身免疫病，可造成关节畸形及功能丧失，给患者生活带来极大痛苦<sup>[1]</sup>。在中医辨证分型中，风寒痹阻型较为多见，并且会严重影响患者日常活动能力。传统的治疗方法多侧重于药物治疗，但护理干预对于改善患者病情、提高治疗效果同样起着关键作用。督灸作为中医传统外治法的一种，近年来在类风湿性关节炎的治疗护理领域逐渐受到关注，其通过激发人体阳气、温通经络，有望为风寒痹阻型类风湿性关节炎患者

带来新的康复契机<sup>[2]</sup>。本研究旨在深入探讨督灸在这类患者护理中的价值。具体如下。

#### 1 对象与方法

##### 1.1 对象

选取 2023 年 12 月-2024 年 6 月在我院收治的风寒痹阻型类风湿性关节炎患者 66 例，且所有患者符合风寒痹阻型类风湿性关节炎诊断标准：无合并严重心脑血管疾病、肝肾功能不全、恶性肿瘤等其他重大疾病；无妊娠期或哺乳期妇女；没有对督灸过敏者。随机分为对照

组（男 17 例，女 16 例， $52.13 \pm 4.25$  岁），观察组（男 19 例，女 14 例， $51.24 \pm 3.16$  岁），对比两组患者一般资料（ $p > 0.05$ ）。

## 1.2 方法

对照组采用常规护理（健康宣教、饮食指导、心理护理）等，观察组采用督灸，具体如下：

### （1）施灸前准备：

①营造适宜环境：选择安静、整洁、温暖且通风良好的治疗室，维持适宜的室温、湿度维持在适宜地为患者创造舒适、放松的治疗氛围。

②患者体位安置：协助患者取俯卧位，充分暴露督脉循行部位，即从大椎穴至腰阳关穴之间的脊柱区域，以 75%酒精棉球对施灸部位皮肤进行常规消毒，随后用鲜姜汁均匀涂擦，以增强艾灸的渗透力与疗效。

③督灸材料调制：将精心配伍的督灸专用中药粉，以适量陈醋调和成均匀膏状，平铺于督脉部位，上方覆盖一层桑皮纸，做好施灸前的基础铺垫。

### （2）施灸过程操作：

①艾灸点燃与放置：选用优质艾条，将其固定于艾灸架上，调整艾灸架高度，使艾条燃烧端与患者皮肤表面保持一段的垂直距离，以患者局部皮肤感觉温热舒适为宜，谨防距离过近导致烫伤。

②施灸时长把控：持续施灸时间，在此过程中，护理人员全程陪护，密切观察患者的面色、呼吸、出汗情况以及皮肤局部反应，一旦发现患者出现面色苍白、呼吸急促、大汗淋漓或皮肤灼痛等异常表现，立即停止施灸，并采取相应的应急措施。

### （3）施灸后护理：

①灸后清洁与保暖：施灸结束后，轻柔移去桑皮纸、

督灸药膏等覆盖物，用干净柔软的干毛巾轻轻擦拭患者背部皮肤，协助患者穿戴整齐衣物，叮嘱患者卧床休息片刻，避免即刻剧烈活动。

②饮水促进代谢：鼓励患者适量多饮温开水，以加速机体新陈代谢，促进体内毒素排出，减轻艾灸后可能出现的燥热感。

③洗浴注意事项：明确告知患者，施灸后禁止洗澡，尤其要注意避免受寒，做好全身保暖措施，以防寒湿之邪再次入侵。

## 1.3 观察指标

总有效率：根据患者症状、体征消失情况，对患者进行评估，分为显效、有效、无效。

临床症状：观察并记录患者关节疼痛、关节肿胀、晨僵时间对患者进行评估。

## 1.4 观察指标

使用 SPSS23.0 软件对数据进行统计学分析， $p \leq 0.05$  表示数据差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者总有效率对比

通过两组数据对比，观察组总有效率高于对照组  $p \leq 0.05$ ，见表 1。

### 2.2 两组患者临床症状恢复情况对比

通过两组数据对比，观察组临床症状恢复情况优于对照组  $p \leq 0.05$ ，见表 2。

## 3 讨论

类风湿性关节炎是一种常见的以慢性、对称性、多滑膜关节炎和关节外病变为主要临床表现的自身免疫性疾病，致残率较高，给患者的生活、工作带来极大困扰。

表 1 两组患者总有效率对比[例，（%）]

| 组别       | 例数 | 显效         | 有效         | 无效        | 总有效率       |
|----------|----|------------|------------|-----------|------------|
| 观察组      | 33 | 22 (66.67) | 10 (30.30) | 1 (3.03)  | 32 (96.97) |
| 对照组      | 33 | 13 (39.39) | 16 (48.48) | 4 (12.12) | 29 (87.88) |
| $\chi^2$ | -  | 14.939     | 6.922      | 5.901     | 5.901      |
| $p$      | -  | 0.001      | 0.009      | 0.015     | 0.015      |

表 2 两组患者临床症状恢复情况对比（ $\bar{x} \pm s$ ）

| 组别  | 例数 | 关节疼痛            | 关节肿胀            | 晨僵时间             |
|-----|----|-----------------|-----------------|------------------|
| 观察组 | 33 | $3.11 \pm 0.82$ | $1.82 \pm 0.38$ | $30.16 \pm 5.67$ |
| 对照组 | 33 | $4.83 \pm 0.91$ | $1.25 \pm 0.24$ | $42.35 \pm 7.13$ |
| $t$ | -  | 8.066           | 7.285           | 7.687            |
| $p$ | -  | 0.001           | 0.001           | 0.001            |

风寒痹阻型是其中较为常见的中医证型,主要表现为关节疼痛,遇寒加重,得温痛减等。目前,临床治疗多采用药物、物理治疗等综合手段,而中医特色护理技术也逐渐受到重视。督灸作为传统中医疗法,具有温通经络、散寒除湿等功效。

督灸通过在督脉上施灸,借助艾灸的温热之力以及生姜的散寒通络之效,能够激发督脉阳气,温煦全身经络气血,驱散风寒湿邪。艾绒燃烧产生的红外线等物理效应,可穿透皮肤,直达深部组织,促进局部血液循环,改善关节周围的血液供应,有利于炎症的消散与组织修复<sup>[3]</sup>。同时,艾灸还具有调节机体免疫功能的作用,增强机体自身抗病能力,从整体上改善患者体质,对于类风湿性关节炎这种自身免疫性疾病的治疗具有协同作用。

督灸治疗后患者的关节疼痛程度明显降低。这是因为督灸温热刺激督脉及周围穴位,促使局部血管扩张,血液循环加速,一方面可将堆积在关节局部的致痛物质如炎性介质等及时运走,减少对神经末梢的刺激;另一方面,阳气充盛,风寒湿邪得以驱散,经络气血通畅,通则不痛,有效缓解了关节疼痛症状,使患者的疼痛感受得到极大改善<sup>[4]</sup>。

关节功能障碍是类风湿性关节炎患者面临的重要问题。督灸促进关节周围血液循环,不仅为关节软骨、滑膜等组织提供了充足营养,利于损伤修复,还能减轻关节肿胀,使关节活动更为灵活。长期坚持督灸,可逐步改善关节僵硬状态,增强肌肉力量,提高患者日常生活自理能力,如穿衣、进食等动作更为顺畅,对患者回归正常生活起到关键作用<sup>[5]</sup>。

督灸对患者生活质量提升效果显著。疼痛减轻、关节功能改善使患者生理舒适度增加,能够更自如地参与社交活动,减少因病痛产生的焦虑、抑郁等不良心理情绪,心理维度得分提高<sup>[6]</sup>。在社会维度,患者生活自理能力增强后,可减少对家人的依赖,重新融入社会,如恢复工作、参加社交聚会等,进而全面提升生活质量。

在实施督灸护理过程中,要注意严格掌握施灸温度与时间,防止烫伤患者皮肤。施灸前充分与患者沟通,告知可能出现的温热感、轻微灼痛等正常反应,消除患者恐惧心理。护士全程密切观察患者面色、呼吸等生命体征及局部皮肤反应,确保施灸安全<sup>[7]</sup>。与单纯药物治

疗相比,督灸护理具有不良反应少、患者接受度高的优势。它作为一种外治疗法,避免了药物口服带来的胃肠道不适等不良反应,且患者在舒适的温热刺激中接受治疗,依从性较好,易于推广应用<sup>[8]</sup>。

综上所述,督灸在风寒痹阻型类风湿性关节炎病人护理中应用价值显著,能有效提高总有效率,改善临床症状。

## 参考文献

- [1] 程先红.督灸治疗风寒痹阻型类风湿性关节炎病人的护理体会[J]. 家有孕宝,2021,3(3):204.
- [2] 乔瑜,赵羊洋,李凯歌,等. 通督灸临床应用研究进展[J]. 山西中医学院学报,2019,20(2):146-148.
- [3] 柳琳琳,覃毅,王光耀. 基于文献计量学探讨中医灸法干预痹症的应用价值[J]. 广西大学学报(自然科学版),2020,45(2):464-470.
- [4] 魏洪悦,谷晓玲,冯颖,等. 艾灸干预在类风湿关节炎病人中应用的范围综述[J]. 循证护理,2024,10(23):4252-4257.
- [5] 王磊,樊燕飞. 督灸联合尪痹散熏洗治疗绝经后女性类风湿关节炎寒湿痹阻证的效果[J]. 妇儿健康导刊,2024,3(17):31-34.
- [6] 杨国琴,吴芸,康佳莹,等. 新痹片外用联合督灸治疗类风湿关节炎效果观察[J]. 世界临床药物,2022,43(2):169-173.
- [7] 杨燕婷,邱明山. 基于 CPRI-RA 量表观察督脉灸对寒湿痹阻型类风湿性关节炎的临床疗效[J]. 中医药通报,2022,21(9):150-153.
- [8] 王德贞,李贞,王子华. 祛寒通络方离子导入结合督灸治疗类风湿关节炎(寒湿痹阻型)的效果[J]. 临床医学,2024,44(12):111-113.

**版权声明:** ©2025 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



**OPEN ACCESS**