

关节镜下肩袖损伤术后中医康复治疗的研究进展

鲁靖靖^{1*}, 濮中号¹, 林石明^{2#}

¹福建中医药大学, 福建 福州

²福建中医药大学附属漳州市中医院, 福建 漳州

收稿日期: 2022年3月12日; 录用日期: 2022年4月26日; 发布日期: 2022年5月9日

摘要

肩袖损伤术后疼痛严重影响术后患者生活质量, 中医药对于治疗术后疼痛, 促进肩关节功能康复具有独特的疗效, 本文就关节镜下肩袖损伤术后中医康复治疗的研究进展予以综述。

关键词

肩袖损伤术后, 康复治疗, 中医, 综述

Research Progress of TCM Rehabilitation Treatment after Arthroscopic Rotator Cuff Injury

Jingjing Lu^{1*}, Zhonghao Pu¹, Shiming Lin^{2#}

¹Fujian University of Traditional Chinese Medicine, Fuzhou Fujian

²Zhangzhou Hospital of Traditional Chinese Medicine Affiliated to Fujian University of Traditional Chinese Medicine, Zhangzhou Fujian

Received: Mar. 12th, 2022; accepted: Apr. 26th, 2022; published: May 9th, 2022

Abstract

The postoperative pain of rotator cuff injury seriously affects the quality of life of postoperative

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 鲁靖靖, 濮中号, 林石明. 关节镜下肩袖损伤术后中医康复治疗的研究进展[J]. 中医学, 2022, 11(3): 359-363.
DOI: 10.12677/tcm.2022.113052

patients. Traditional Chinese medicine has a unique effect on treating postoperative pain and promoting the rehabilitation of shoulder joint function. This paper summarizes the research progress of traditional Chinese medicine rehabilitation treatment after rotator cuff injury under arthroscopy.

Keywords

After Rotator Cuff Injury, Rehabilitation Treatment, Chinese Medicine, Overview

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

肩袖是由四块肌肉，即冈上肌、冈下肌、小圆肌和肩胛下肌组成的肌腱帽，肩袖具有内旋、内收及外展肩关节，和关节轴向加压的作用，对肩关节的活动和维持肩关节的稳定具有重要的作用[1]。肩袖损伤是临床中引起肩关节疼痛、无力及活动功能受限的常见原因[2]，约占肩部疾病的 20%，其严重影响患者肩关节的功能和生活质量，多由缺血退变和/或撞击等原因引起[3]，尤其是反复的肩关节极度外展动作极易导致肩袖损伤。有研究报道 60 岁以上的老年人中肩袖损伤的患病率达 70% [4]；随着我国人口进入老龄化阶段，肩袖损伤患者将比以往更多。同时随着微创技术发展及关节镜具有微创、出血少、恢复快及有效提高患者生活质量等优点，关节镜手术已经是治疗肩袖损伤的主要治疗手段。但术后康复不当导致的肩部疼痛、关节功能障碍等并发症发生率仍较高[5]。有学者认为，术后 3 个月内是康复的黄金期，3 个月后功能恢复速度显著下降，但目前关于肩袖损伤关节镜术后功能训练方案尚无统一标准[6]。

2. 中药治疗

2.1. 中药内服

陈博燊[7]等在补肾中药对肩袖损伤修补术后腱骨愈合影响的临床研究中，补骨脂能有效地修复软组织缺损，丹参能够有效地抑制白细胞的聚集游走及增加关节软骨细胞密度，川牛膝、枸杞子补益肝肾、活血通络，红花、茯苓、当归活血利水，诸药合用有效地降低炎症细胞因子的含量，使患肩键-骨得到良好的愈合。韩燕鸿[8]将纳入的 70 例患者随机分为对照组和试验组各 35 例，对照组予术后口服非甾体药物消炎止痛及迈之灵片消肿，同时指导患者进行康复锻炼，试验组在对照组基础上根据中医四诊合参辨证，肾阳虚者予金贵肾气汤加减方，肾阴虚者予六味地黄汤加减方，通过 MRI 评价肩袖组织愈合情况及肩关节 VAS 评分、ASES 评分、constant-Murley 评分等，结果发现补肾中药能显著改善术后患肩的疼痛及肩关节功能，显著改善患者的生活质量。郑芳珑[9]将符合课题标准的 34 例患者随机分为两组，对照组予分阶段康复锻炼，试验组在对照组基础上第一阶段予自拟活血消肿方，第二阶段予自拟舒筋和营方，第三阶段予自拟补筋壮骨方，分别于术前、术后三个月对两组进行肩关节评估，研究数据表明，应用中药内服配合康复训练治疗肩袖损伤术后，能显著改善疼痛，消除肩部肿胀，缩短康复疗程，提高患者的生活质量。有文献[10]显示，复方夏天无片能有效地减轻肩袖损伤术后疼痛，恢复肩关节功能程度良好，同时不良反应发生率低。

2.2. 中药外用

王涛等[11]采用红花化瘀汤中药药浴治疗肩袖损伤术后的患者，通过提高患处皮肤温度，扩张局部毛细血管，同时药物直接作用于患处，直接发挥药物治疗作用，提高了药物利用率，促进血液循环，加速病理产物的代谢和营养供应，结果提示治疗组肩关节疼痛症状显著减轻，肩关节功能恢复显著。郭雪霞[12]等将纳入的60例患者随机分为对照组和试验组，对照组予四个阶段康复训练，试验组在康复训练的同时，术后两周开始拆线用舒筋外洗颗粒熏洗患肩，每次熏洗30 min，每日1次，4周为1个疗程，治疗6个疗程，结果发现舒筋外洗颗粒联合康复训练能显著减轻术后肩部疼痛，改善关节障碍等症状。杨靖源[13]予观察组患者拆线后外涂六圣散外敷配合术后康复训练，对照组则予安慰剂贴膏外敷配合术后康复锻炼，数据表示，观察组疼痛减轻及肩关节功能均优于对照组，观察组优良率(95.45%)大于对照组的(68.18%)(P<0.05)。周巧旦等[14][15]人研究发现，中药熏洗肩袖损伤术后患肩，能改善肩部疼痛，改善肩关节活动度，提高患肩日常生活能力，值得在临床中推广。

3. 针刺治疗

针刺治疗是祖国医学中以经络理论为基础，结合特定手法，刺激经络气血通行经气，达到“内病外治”的疗效。段英超[16]等将符合研究要求的96例随机分为予常规康复训练的对照组和予常规康复训练联合电针治疗的试验组，分别观察两组的VAS评分、ASES评分、CMS评分及生活质量量表等指标，数据表明，电针有助于减轻肩关节疼痛，促进肩关节功能恢复。高秀花[17]等人发现在“解剖列车”理论指导下，Mulligan动态关节松动术配合浮针再灌注疗法治疗肩袖损伤术后的临床疗效显著，安全可靠。张心曙教授创立的腕踝针通过刺激人体皮下浅表层部位，达到激发卫气、快速减缓疼痛、调和脏腑、疏通经络的功效，有研究[18][19]发现，腕踝针对于肩袖损伤术后疼痛具有良好的镇痛效果。揿针属于皮内针范畴，通过对穴位的持久、温和的刺激，在临床中广泛应用于急慢性疼痛病症，肩袖术后疼痛严重影响患者的生活质量，王斌[20]通过揿针联合康复训练治疗肩袖损伤术后，发现两者联合更能有效缓解肩部疼痛，恢复肩关节活动度。

4. 耳穴治疗

中医认为“十二经脉、三百六十五络其血气皆上于面而走五窍，其别气走于耳而为听。”《灵枢·口问篇》云：“耳者，宗脉之所聚也。”故刺激耳穴，能达到调整阴阳、脏腑和调的效果。现代医学[21]表明耳穴具有激发机体的非特异性防御反应，降低应激反应，提高痛阈的效果。耳穴用于肩袖损伤术后可减轻术后患肩疼痛，提高患者功能锻炼的依从性及术后总体满意度[22][23]。

5. 推拿治疗

推拿祖国学医一种特殊治疗方法，在临床治疗中应用广泛，通过摩、拿、滚等手法治疗可改善微循环，促进病理物质的代谢及水肿的吸收，提高痛阈，降低肌张力，放松痉挛的肌肉，松解组织粘连等。陈晓文[24]予第一组肩袖损伤术后患者镇痛泵治疗，第二组在此基础上先在术肢中渚和曲池二穴予电刺激，结束后在术肢手阳明大肠经和手少阳三焦经施予推拿手法，结果发现第二组疼痛减轻程度显著优于第一组。戴焱[25]等人研究经穴疏导推拿对肩袖损伤修补术后患者功能康复的影响，数据表明对于术后疼痛的缓解，经穴疏导推拿配合康复训练存在明显的优势。

6. 综合治疗

采用多种中医药治疗方法，可同时发挥多种治疗方法的治疗优势，快速缓解疼痛症状、解除肌肉痉挛、消除局部炎症，缩短康复周期等。有研究[26][27]发现针灸联合关节松动术治疗肩袖损伤术后不仅能

缓解疼痛，提高关节活动度，而且安全性高，操作简单，相比于药物治疗无不良反应等优势。李圣节等人[28]将纳入的 22 例肩袖损伤术后患者随机分为对照组和试验组，对照组仅仅予常规康训练，试验组则脉冲磁疗联合常规康复训练，研究发现联合治疗能显著提高患肩关节活动度。

7. 小结

祖国医学认为肩袖损伤术后疼痛、关节功能障碍属于中医“肩痹”的范畴，是由于素体亏虚，不能推动气血运行，导致局部筋骨失于濡养，即“不荣则痛”，或外伤跌扑闪挫，亦或感受风寒湿邪，闭阻经络，气机阻滞，“气为血之帅，血为气之母”，气滞导致血瘀，气滞血瘀，经络不通，即“不通则痛”。因此中医学认为本病治疗原则为虚则补之，实则泻之，即补益肝肾气血或行气活血，舒经活络等。

近年来随着中医药广泛应用于肩袖损伤术后康复，其术后康复疗效逐渐凸显，尤其对于术后疼痛的缓解及恢复肩关节活动度的疗效显著。中药治疗可根据肩袖损伤术后症状辨证论治，因证施药，充分兼顾个体体质差异，起到调整整体阴阳的疗效，但一般疗程较长，显效较慢，同时煎煮药物工序较为复杂；针灸推拿及耳穴操作简单，显效较快，而被广大患者所接受，但往往局部治疗比较理想。综合治疗的疗效不仅仅是单一治疗方法疗效的叠加，往往可以相互补充单一方法的不足，起到事半功倍的效果，但综合疗法目前没有系统化、规范化及统一化，相信未来中医药能够弥补这点不足。

参考文献

- [1] 刘沛东, 冯江峰, 徐文杰, 等. 肩袖损伤后脂肪浸润基因表达谱及关键通路的生物信息学分析[J]. 中国组织工程研究, 2021, 25(11): 1773-1778.
- [2] Murakami, A.M., Kompel, A.J., Engebretsen, L., et al. (2018) The Epidemiology of MRI Detected Shoulder Injuries in Athletes Participating in the Rio de Janeiro 2016 Summer Olympics. *BMC Musculoskeletal Disorders*, **19**, Article No. 296. <https://doi.org/10.1186/s12891-018-2224-2>
- [3] 李沫, 李静, 姚冬英. 分阶段康复训练对运动性肩袖损伤关节镜术后肩关节功能恢复及疼痛的影响[J]. 中国骨与关节损伤杂志, 2020, 35(11): 1143-1145.
- [4] 赵如意. 综合疗法治疗运动性肩袖损伤临床研究[D]: [硕士学位论文]. 郑州: 河南中医药大学, 2017.
- [5] Yoon, J.P., Jung, J.W., Lee, C.H., et al. (2018) Fatty Degeneration of the Rotator Cuff Reflects Shoulder Strength Deficits in Patients with Rotator Cuff Tears. *Orthopedics*, **41**, e15-e21. <https://doi.org/10.3928/01477447-20171106-02>
- [6] 李少博. 快速康复外科理念结合中医针刺对肩袖损伤围手术期干预的临床效果研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东中医药大学, 2018.
- [7] 陈博燊, 黄健强, 何智军. 补肾中药对肩袖损伤修补术后腱骨愈合影响的临床研究[J]. 深圳中西医结合杂志, 2021, 31(4): 46-47.
- [8] 韩燕鸿. 补肾中药对肩袖损伤修补术后腱-骨愈合影响的临床研究[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州中医药大学, 2020.
- [9] 郑芳珑. 中药内服配合康复训练对肩袖损伤关节镜术后功能恢复影响的临床研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东中医药大学, 2018.
- [10] 梅杰, 季卫平, 邹光翼, 等. 复方夏天无片在关节镜肩袖损伤修复术后应用的疗效分析[J]. 中成药, 2017, 39(2): 440-442.
- [11] 王涛, 刘雪娇, 邵明星, 等. 红花化瘀汤中药药浴对肩袖损伤术后肩关节功能恢复及生活质量的影响[J]. 中国医药导报, 2021, 18(15): 104-108.
- [12] 郭雪霞, 郑维蓬, 魏合伟, 等. 舒筋外洗颗粒结合康复训练对肩袖修复术后患者肩关节功能的影响[J]. 中医药导报, 2019, 25(1): 113-115.
- [13] 杨靖源. 六圣散在肩关节镜下肩袖修补术后的临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 乌鲁木齐: 新疆医科大学, 2021.
- [14] 李瀛, 高慧娟, 苏金玉, 等. 中药熏蒸联合康复训练治疗创伤性肩袖损伤微创术后患者 32 例[J]. 浙江中医杂志, 2017, 52(4): 270.

-
- [15] 周巧旦, 徐淑婷, 许金珠, 等. 中药熏蒸在肩袖损伤患者肩关节镜术后的应用[J]. 中国中医药科技, 2021, 28(4): 613-614.
 - [16] 段英超, 徐玲, 李莉. 常规康复训练联合电针对关节镜下肩袖损伤术后患者疼痛及关节功能的影响[J]. 中国当代医药, 2021, 28(24): 105-108.
 - [17] 高秀花, 贾敏, 郭鸿, 等. 基于“解剖列车”理论的浮针再灌注结合关节松动术对肩袖损伤术后康复的疗效观察[J]. 中医临床研究, 2020, 12(26): 102-105.
 - [18] 王丽晶, 左小平, 梁梦莹. 快速康复理念结合腕踝针在肩袖损伤术后病人中的应用[J]. 循证护理, 2021, 7(2): 210-213.
 - [19] 钱颖燕, 寿利迪. 腕踝针在肩袖损伤术后康复治疗中的应用[J]. 中医正骨, 2020, 32(5): 11-14.
 - [20] 王斌, 刘巧云. 拔针联合康复训练治疗肩袖损伤术后功能障碍效果观察[J]. 交通医学, 2019, 33(6): 579-580+583.
 - [21] 卢璇. 中医定向透药疗法结合耳穴压豆对减轻下肢闭合性骨折患者疼痛疗效的研究[J]. 中医临床研究, 2015, 7(22): 134-136.
 - [22] 冯瑞萍, 谢晓晓, 孙晓亭. 耳穴压籽在肩袖损伤围手术期镇痛效果观察[J]. 中医药临床杂志, 2018, 30(5): 965-967.
 - [23] 张艳, 李冰冰, 张晓萌, 等. 耳穴贴压在肩袖损伤住院患者关节镜术后早期疼痛管理中的应用[J]. 中华肩肘外科电子杂志, 2020, 8(1): 68-71.
 - [24] 陈晓文, 黄燕萍, 潘路平. 经皮穴位电刺激联合循经按摩在肩袖损伤术后疼痛管理中的应用[J]. 浙江中医杂志, 2021, 56(5): 363-364.
 - [25] 戴焱, 高扬, 李文清, 等. 经穴疏导推拿对肩袖损伤修补术后患者功能康复的影响[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2019, 27(7): 67-69+73.
 - [26] 李海, 钟玲, 帕热合提·吐尔逊. 针灸联合关节松动术对肩袖损伤康复的疗效研究[J]. 智慧健康, 2021, 7(29): 175-177.
 - [27] 张堃. 针灸联合关节松动术对肩袖损伤术后康复的疗效研究[J]. 实用中西医结合临床, 2020, 20(17): 30-31+61.
 - [28] 李圣节, 张旭, 赵晨钰, 等. 脉冲磁疗配合康复训练辅助肩袖损伤患者关节镜术后功能恢复的疗效观察[J]. 解放军医学院学报, 2019, 40(10): 947-949+953.