

# 中医骨科治疗骨质疏松症的临床研究与效果分析

刘磊

武安市中医院 河北 武安 056300

**摘要:** 本文旨在探讨中医骨科在治疗骨质疏松症中的临床应用及其效果,通过综述近年来的研究成果,分析中医骨科治疗骨质疏松症的独特优势、治疗原则、具体方法及潜在机制。文章将系统阐述中医对骨质疏松症病因病机的认识、辨证分型、治疗方法及其在现代医学背景下的应用前景,以期骨质疏松症的临床治疗提供理论依据和实践参考。

**关键词:** 中医骨科; 骨质疏松症; 临床; 效果

## 引言

骨质疏松症作为一种由多种因素引起的代谢性骨病,在中老年人群中尤为常见,严重影响患者的生活质量并增加骨折风险。随着人口老龄化的加剧,骨质疏松症的防治成为全球性的公共卫生问题。中医骨科以其独特的理论体系和丰富的治疗手段,在骨质疏松症的治疗中展现出潜在的优势。本文将从中医角度对骨质疏松症的临床研究与效果进行深入分析。

## 1 病因病机探讨

### 1.1 中医对骨质疏松症的认识

中医认为,骨质疏松症的发生与肾、脾、肝等脏腑功能失调及血瘀等因素密切相关。肾为先天之本,主骨生髓,肾精充足则骨髓充盈,骨骼得以滋养而强健;反之,肾精不足则骨髓空虚,骨失所养,导致骨骼脆弱无力。脾主运化,为后天之本,负责将饮食转化为气血,滋养全身。脾虚则气血生化无源,肌肉骨骼失养,骨密度下降,易发生骨折。肝主疏泄,藏血,调节全身气机,肝血充足则筋脉得以滋养,骨骼柔韧有力;肝血不足则筋脉失养,骨脆易折。此外,血瘀也是骨质疏松症的重要病机之一。瘀血阻滞经络,影响气血运行,骨骼得不到充足的营养,进一步加重骨骼的营养不良,导致骨质疏松。

### 1.2 辨证分型

中医对骨质疏松症的辨证分型尚无统一标准,但多数医家认为肾虚是本病的主要病机,其次为脾虚、肝虚、血瘀等。不同的医家根据临床经验和学术观点,对骨质疏松症进行了不同的辨证分型。例如,王宗辉等将其分为肾阴虚型、肾阳虚型、阴阳两虚型,主要侧重于肾的阴阳失衡在骨质疏松症发病中的作用。肾阴虚型表现为腰膝酸软、眩晕耳鸣、潮热盗汗等症状;肾阳虚型则表现为腰膝冷痛、畏寒肢冷、夜尿频多等症状;阴阳

两虚型则兼具肾阴虚和肾阳虚的症状。而陈国全等则将骨质疏松症分为肾精亏虚型、脾胃虚弱型、肝肾亏虚型、肾虚瘀滞型。这种分型更加详细地描述了脏腑功能失调在骨质疏松症发病中的具体表现。肾精亏虚型主要表现为骨骼脆弱、腰膝酸软、记忆力减退等症状;脾胃虚弱型则表现为食欲不振、消化不良、肌肉无力等症状;肝肾亏虚型则兼具肾精亏虚和肝血不足的症状,如眩晕耳鸣、腰膝酸软、筋骨无力等;肾虚瘀滞型则表现为骨骼疼痛、局部压痛、舌质紫暗或有瘀点等症状。

## 2 治疗方法

### 2.1 中药治疗

#### 2.1.1 单味中药治疗

现代药理研究表明,多种中药对骨质疏松症具有显著的治疗作用。其中,淫羊藿作为一味传统中药,被广泛认为具有补肾壮阳、强筋健骨的功效。其有效成分淫羊藿苷能够促进成骨细胞的增殖和分化,同时抑制破骨细胞的活性,从而调节骨代谢,增加骨密度,有效改善骨质疏松症状。补骨脂也是一味常用于治疗骨质疏松症的中药。其活性成分补骨脂素能够刺激成骨细胞的活性,促进骨形成,同时减少骨吸收,有助于恢复骨骼的力学性能和结构完整性。杜仲作为一味滋补肝肾的中药,在骨质疏松症的治疗中也表现出良好的疗效。杜仲中的多种活性成分能够调节骨代谢,促进骨胶原的合成,增强骨骼的韧性和弹性,从而减轻骨质疏松引起的骨骼疼痛<sup>[1]</sup>。丹参作为一味活血化瘀的中药,也被广泛应用于骨质疏松症的治疗。丹参中的丹参酮等成分能够改善骨骼微循环,促进骨骼的营养供给,同时抑制破骨细胞的活性,减少骨吸收,有助于骨骼的修复和再生。在实际应用中,可以根据患者的具体病情和体质特点,选择合适的单味中药进行治疗,或者将多种中药进行配伍使用,以发挥更好的治疗效果。同时,中药治疗骨质疏

松症还需要结合患者的饮食和生活习惯调整，形成综合的治疗方案，以达到更好的治疗效果。

### 2.1.2 中药复方治疗

鉴于骨质疏松症的复杂性和多样性，中药复方治疗展现出了其独特的优势。中药复方通过多种中药的协同作用，能够全面调节患者的体质，改善骨代谢，促进骨骼的修复和再生。补肾活血合剂是一种常用的中药复方，它由补肾药和活血药组成，旨在同时补益肾脏和活血化瘀。补肾药如淫羊藿、杜仲等，能够滋补肾精，促进骨骼的生长和修复；活血药如丹参、桃仁等，则能够改善骨骼的微循环，促进营养物质的供给和代谢废物的排出。这两种药物的协同作用，不仅能够促进骨痂的矿化，提高骨痂的生物力学性能，还能够缓解骨质疏松引起的疼痛，提高患者的生活质量。除了补肾活血合剂，青娥丸、骨疏宁片、精骨补骨颗粒等中成药也在临床中取得了显著疗效<sup>[2]</sup>。青娥丸以补肾为主，通过补益肾精，促进骨骼的生长和修复，同时配以活血药，改善骨骼的微循环；骨疏宁片则注重调节骨代谢，通过抑制破骨细胞的活性，减少骨吸收，同时促进成骨细胞的增殖和分化，增加骨密度；精骨补骨颗粒则是一种综合性的中成药，它既能够补益肾脏，又能够活血化瘀，还能够调节骨代谢，全面改善骨质疏松症状。

## 2.2 非药物治疗

### 2.2.1 针灸疗法

针灸作为中医特色疗法之一，在骨质疏松症的治疗中展现出了独特的优势。针灸通过刺激特定的穴位，不仅能够直接作用于神经系统，调节内分泌功能，还能够改善局部的血液循环，促进代谢废物的排除和营养物质的供给，从而有效缓解骨质疏松引起的疼痛，提高患者的生活质量。具体来说，针灸治疗骨质疏松症时，常选用的穴位包括肾俞、脾俞、肝俞等背俞穴，以及足三里、三阴交、太溪等下肢穴位。这些穴位与肾、脾、肝等脏腑密切相关，通过刺激这些穴位，可以调节脏腑功能，促进气血的生成和运行，从而滋养骨骼，增强骨密度。同时，针灸还能够改善骨骼局部的微循环，增加骨骼的血流量，促进营养物质的供给和代谢废物的排出。这对于改善骨质疏松引起的骨骼疼痛、促进骨骼的修复和再生具有重要意义。此外，针灸还能够调节神经系统的功能，缓解因骨质疏松引起的肌肉紧张、痉挛等症状。通过刺激特定的穴位，针灸可以抑制疼痛信号的传导，减轻患者的疼痛感，提高患者的舒适度。

### 2.2.2 推拿按摩

推拿按摩作为一种传统的中医外治法，通过手法作

用于人体的经络穴位，能够促进气血的运行，调和脏腑的功能，对于缓解骨质疏松引起的腰背痛等症状具有积极的作用。在推拿按摩的过程中，治疗师会运用推、拿、按、摩、揉、捏等手法，针对患者腰背部的经络穴位进行刺激。这些手法能够舒筋活络，缓解肌肉紧张，改善局部血液循环，从而减轻骨质疏松引起的腰背痛。同时，推拿按摩还能够促进局部炎症的消退，加速代谢废物的排出，有助于恢复腰背部肌肉和骨骼的正常功能。为了进一步提高治疗效果，推拿按摩常常与红外线照射等理疗手段相结合。红外线照射能够产生温热效应，促进局部血液循环，增强推拿按摩的治疗效果。同时，红外线还能够促进炎症的消退，缓解肌肉紧张，对于改善骨质疏松引起的腰背痛等症状具有显著的效果<sup>[3]</sup>。在推拿按摩和红外线照射的治疗过程中，治疗师会根据患者的具体病情和体质特点，制定个性化的治疗方案。他们会选择合适的推拿手法和理疗参数，确保治疗的安全性和有效性。同时，治疗师还会指导患者进行一些简单的腰背部锻炼，以增强肌肉力量，改善腰椎的稳定性，进一步缓解骨质疏松引起的症状。

## 3 效果分析

### 3.1 改善骨密度

多项严谨的科学研究已经证实，中医药在骨质疏松症的治疗中能够显著提高患者的骨密度，从而有效改善骨骼健康状况。例如，补肾活血方作为一种常用的中药复方，其通过精细配伍的补肾药和活血药，能够协同作用于骨骼系统。补肾药如淫羊藿、杜仲等，富含多种活性成分，能够促进骨代谢，增加骨形成；而活血药如丹参、桃仁等，则能够改善骨骼局部的微循环，为骨骼提供更多的营养物质。这种双重作用机制使得补肾活血方能够显著提高患者的骨密度，增强骨骼的力学性能。类似地，骨疏宁片和精骨补骨颗粒这两种中成药也在改善骨密度方面表现出了显著的效果，它们通过调节骨代谢、抑制骨吸收等途径，有效促进骨骼的生长和修复，从而增加骨密度。

### 3.2 缓解疼痛

中医药治疗骨质疏松症在缓解患者因骨质疏松引起的疼痛方面也展现出了显著的优势。这主要得益于中医药的综合治疗策略，特别是针灸、推拿等非药物疗法的应用。针灸作为中医的特色疗法，通过刺激特定的穴位，能够调节神经系统的功能，抑制疼痛信号的传导，从而减轻患者的疼痛感。同时，针灸还能够改善骨骼局部的微循环，促进炎症的消退，进一步缓解疼痛感。推拿按摩则通过手法作用于人体的经络穴位，舒筋活络，

缓解肌肉紧张,改善局部血液循环,从而减轻骨质疏松引起的疼痛。此外,中医药治疗骨质疏松症还注重内服药物的调理,通过补益肾脏、活血化瘀等中药的配伍应用,能够调节骨代谢,促进骨骼的修复和再生,从而减轻疼痛感。

### 3.3 降低骨折风险

中医药治疗骨质疏松症在改善患者骨密度和缓解疼痛的同时,还能显著降低患者的骨折风险。这一效果对于提升患者生活质量、减轻社会医疗负担具有深远的意义。骨质疏松症导致的骨折风险增加是患者面临的主要威胁之一,骨折不仅可能带来严重的身体伤害,还可能导致患者生活质量的大幅下降。中医药治疗通过综合调理的方式,不仅有效提高了患者的骨密度,增强了骨骼的机械强度,还通过改善局部血液循环、减轻炎症反应等手段,有效缓解了由骨质疏松引起的疼痛症状。这些治疗效果共同作用于降低骨折风险,为患者带来了实质性的益处。具体来说,中医药治疗能够全面提升患者的骨骼健康状况,使骨骼更加坚韧、有弹性,从而有效减少骨折的发生<sup>[4]</sup>。这一治疗效果的显著性和重要性不容忽视,对于保障患者的骨骼健康、提高生活质量具有重要意义。

## 4 面临的挑战与展望

### 4.1 面临的挑战与限制

尽管中医药在骨质疏松症治疗中展现出了巨大的潜力,但仍面临着一些挑战和限制。首先,中医药的作用机制相对复杂,其多成分、多靶点的特点使得研究难度增大。这需要我们更加深入地研究中医药的活性成分及其与骨骼系统的相互作用,以揭示其确切的作用机制。其次,个体差异也是中医药治疗骨质疏松症面临的一个重要问题。不同患者的体质、病情和反应可能存在差异,这要求我们在治疗过程中更加注重个体化的治疗方案。最后,疗效评价标准化不足也是制约中医药在骨质疏松症治疗中广泛应用的一个因素。需要制定更加科学合理的疗效评价标准,以便更准确地评估中医药的治疗

效果。

### 4.2 未来研究方向

面对上述挑战和限制,未来的研究应更加注重中医药与现代医学的结合。我们可以借助现代医学的技术和方法,深入探讨中医药在骨质疏松症治疗中的具体作用机制,揭示其与传统药物的不同之处。同时,我们还应关注中医药与现代药物的协同效应,探索两者在治疗过程中的互补作用,以期达到更好的治疗效果。此外,加强高质量的临床研究也是未来研究的重要方向。我们需要通过大规模、多中心的临床试验,进一步验证中医药在骨质疏松症治疗中的有效性和安全性,为其广泛应用提供有力支持。最后,制定科学合理的疗效评价标准也是未来研究的重要任务。我们应结合中医药的特点和骨质疏松症的治疗目标,制定出一套适合中医药的疗效评价体系,以便更准确地评估其治疗效果,推动中医药在骨质疏松症治疗领域的进一步发展。

### 结语

中医骨科在治疗骨质疏松症中展现出独特的优势和潜力。通过辨证施治、综合运用中药、针灸、推拿等多种治疗手段,中医药能够显著改善患者的骨密度、缓解疼痛症状并降低骨折风险。未来应进一步深入研究中医药在骨质疏松症治疗中的作用机制及其与现代医学的结合应用,为骨质疏松症的临床治疗提供更多选择。

### 参考文献

- [1]李超军,杨雅.中医治疗老年骨质疏松性骨折方剂功效和证型分析[J].中国中医药现代远程教育,2024,22(06):90-92.
- [2]卢振德,张建新.老年男性原发性骨质疏松症中医治疗进展[J].光明中医,2024,39(02):412-415.
- [3]林贤灿,陈桐莹,林燕平,等.原发性骨质疏松症的中医认识与探索[J].中国骨质疏松杂志,2023,29(06):870-874+885.
- [4]陈世洲,阿卜,蒋俊,等.基于中医体质理论辨治骨质疏松症[J].湖北中医杂志,2023,45(03):42-44.