

# 痹症中医治疗方案的标准化研究

王方召

金乡县王氏医疗服务有限公司谦益堂中医诊所 山东 济宁 272200

**摘要：**痹症其病因病机复杂，涉及风、寒、湿、热、痰、瘀等多重致病因素，且个体差异显著，导致临床辨证分型多样、治疗方法繁杂。长期以来，中医治疗痹症虽疗效确切，但缺乏统一、可复制、可推广的标准化治疗方案，制约了中医药在该领域的现代化发展与国际认可。本文旨在系统梳理痹症的中医理论基础、辨证分型体系及常用治法方药，在此基础上深入探讨当前中医治疗痹症所面临的标准化困境，并从辨证论治规范化、核心证候要素提取、诊疗路径构建、疗效评价体系完善以及现代技术融合等多个维度，提出构建科学、实用、可操作的痹症中医治疗方案标准化路径。研究表明，通过整合传统经验与现代循证医学方法，建立以“核心证候—关键病机—靶向干预”为核心的标准化框架，有望推动痹症中医诊疗走向精准化、规范化和国际化。

**关键词：**痹症；中医治疗；标准化；辨证论治；证候要素；诊疗路径；疗效评价

## 引言

痹症首载于《黄帝内经》，指筋骨、肌肉等疼痛、活动受限等一类疾病。现代生活方式改变及老龄化加剧，使风湿免疫性疾病发病率上升，成为重要慢性病。西医在控制炎症等方面有优势，但长期管理等方面存在局限。中医治疗痹症历史久、经验丰富，强调整体与辨证，在缓解疼痛等方面有独特优势。但中医个体化治疗带来挑战，如治法差异大、方案需动态调整，且缺乏统一标准等，阻碍了临床验证与传播。因此，推进痹症中医治疗方案标准化研究，是提升疗效可重复性、实现中医药现代化国际化的关键。本文将系统论述痹症中医内涵、标准化情况等，为构建诊疗体系提供参考。

## 1 痹症的中医理论基础与辨证体系

### 1.1 病因病机

《素问·痹论》指出“风寒湿三气杂至，合而为痹”，是外感致痹经典论。风气盛为行痹，寒气盛为痛痹，湿气盛为着痹。后世医家拓展认识，知热邪、痰浊、瘀血也可致痹，如《金匱要略》提“历节病”，朱丹溪强调“痰湿流注”，王清任重“瘀血内阻”<sup>[1]</sup>。现代中医认为，痹症是内外因共作用的结果，内因是素体虚弱，外因是外邪侵袭。病初多实，病久虚实夹杂或转虚。病位在筋骨等，与肝、肾、脾相关。病机核心是“不通则痛”与“不荣则痛”并存，气血不畅、经络闭塞、筋脉失养。

### 1.2 辨证分型

目前，痹症的中医辨证分型尚未完全统一，但主流观点可归纳为以下几型：（1）风寒湿痹证：关节冷痛重着，遇寒加重，得温则减，屈伸不利，舌淡苔白腻，脉

弦紧或濡缓。（2）风湿热痹证：关节红肿热痛，得凉则舒，伴发热、口渴、烦闷，舌红苔黄腻，脉滑数。（3）痰瘀痹阻证：病程日久，关节刺痛、肿大变形，屈伸不利，皮下结节，舌质紫暗或有瘀斑，苔白腻，脉涩。（4）肝肾亏虚证：关节疼痛日久，腰膝酸软，头晕耳鸣，乏力，舌淡红少苔，脉沉细弱。（5）气血两虚证：面色无华，神疲乏力，关节隐痛，活动后加重，舌淡苔薄，脉细弱。此外，尚有寒热错杂、湿热蕴结等复合证型。辨证的复杂性正是标准化面临的主要障碍之一。

## 2 痹症中医治疗现状与标准化困境

### 2.1 治疗手段多样但缺乏规范

中医治疗痹症方法丰富，包括中药内服（汤剂、丸散膏丹）、外治法（针灸、推拿、熏洗、敷贴）、饮食调养、情志调理等。其中，中药内服为核心。常用方剂如独活寄生汤（肝肾不足兼风寒湿）、桂枝芍药知母汤（风湿热痹）、身痛逐瘀汤（瘀血痹阻）、乌头汤（寒痹剧痛）等。然而，临床实践中存在以下问题：（1）方药加减随意性强：同一证型，不同医师处方差异大，核心药物组合不明确。（2）剂量缺乏依据：药物剂量多凭经验，缺乏药效学与安全数据支持。（3）疗程不统一：治疗周期长短不一，缺乏阶段性评估与调整标准。（4）外治法操作不规范：如针灸取穴、手法力度、熏洗温度等缺乏标准化流程。

### 2.2 辨证主观性强，可重复性差

中医辨证高度依赖医师通过望闻问切四诊获取的信息，而这些信息的解读具有较强的主观性。例如，“舌苔厚腻”“脉弦滑”等描述性术语缺乏客观量化标准，不同医师对同一患者的舌象、脉象可能作出不同判断，

进而导致证型归类不一致<sup>[2]</sup>。这种主观差异不仅存在于不同地区、不同资历的医师之间，甚至在同一医师不同时间的诊疗中也可能出现波动。由此产生的治疗方案差异，使得中医治疗难以形成稳定、可靠的临床路径，严重制约了其在多中心协作研究和国际交流中的可信度。

### 2.3 疗效评价体系滞后

当前中医痹症的疗效评价多沿用西医的客观指标，如关节压痛数、晨僵时间、红细胞沉降率（ESR）、C反应蛋白（CRP）等。这些指标虽具客观性和可比性，却难以全面反映中医药“整体调节”“功能改善”“生活质量提升”等特色疗效维度。与此同时，针对中医证候变化的动态评价工具发展滞后。尽管已有部分证候积分量表被应用于临床研究，但其信度、效度及敏感性尚未经过充分验证，且未形成行业广泛认可的标准。患者主观感受——如疼痛性质变化、日常活动能力恢复、情绪状态改善等——在评价体系中常被忽视，导致疗效评估片面化，无法真实体现中医治疗的综合价值。

### 2.4 缺乏高质量循证证据

由于缺乏统一、规范的治疗方案，开展大样本、多中心、随机对照试验（RCT）面临巨大困难。即使勉强实施，也因干预措施不一致而导致结果难以解释或推广。这直接导致中医治疗痹症的高级别循证证据稀缺，在国际权威指南中难以获得推荐地位。循证医学证据的缺失，不仅影响了中医药在国内外医疗体系中的认可度，也限制了医保支付、新药审批等政策支持，形成恶性循环。

## 3 痹症中医治疗方案标准化的核心路径

3.1 构建“核心证候—关键病机—靶向干预”三位一体框架

标准化并非否定辨证论治的精髓，而是对其核心要素进行提炼与规范，使其更具可操作性与可验证性。为此，可构建一个以“核心证候—关键病机—靶向干预”为核心的三位一体框架。该框架首先从纷繁复杂的临床表现中提取各证型最具代表性的核心证候要素，如风寒湿痹证的“冷、重、痛、遇寒加重”，痰瘀痹阻证的“刺痛、变形、结节、舌紫”等；继而据此归纳出共性的关键病机，如“寒湿闭阻，阳气不达”或“痰瘀互结，络脉不通”；最终据此制定具有明确靶向性的干预策略。例如，针对风寒湿痹证，应以“温经散寒、祛湿通络”为核心治法，主方可限定为乌头汤或薏苡汤，并明确其核心药物组合（如制川乌、桂枝、羌活、独活、防风等），允许在此基础上根据兼夹症状进行有限度加减。同样，痰瘀痹阻证则以“化痰祛瘀、通络止痛”为

纲，主方可选身痛逐瘀汤合二陈汤，核心药物如桃仁、红花、当归、半夏、白芥子等。通过这一框架，既保留了辨证论治的灵活性，又确保了治疗方向与核心药物的一致性，为标准化奠定理论基础。

### 3.2 制定标准化诊疗路径

在上述理论框架指导下，可进一步设计分阶段、可执行的标准化诊疗路径。初诊阶段应系统采集四诊信息，推荐使用结构化的电子病历模板，并辅以经过验证的中医证候量表进行量化评分，同时结合现代医学检查（如X线、MRI、实验室炎症指标）实现中西医双重诊断。辨证分型阶段依据量表得分与临床特征，确定主导证型，并选择对应的标准治疗方案，包括基础方、加减规则、剂量范围及建议疗程<sup>[3]</sup>。治疗实施阶段需明确中药煎服方法（如先煎、后下、水量、时间）、外治操作规范（如针灸穴位、推拿手法、熏洗参数），并设定固定的随访节点（如每2周或4周一次）。在随访中，使用统一的疗效评价工具（涵盖中医证候积分、西医客观指标及患者报告结局PROs）进行动态评估。若疗效不佳或出现证型转化，则依据预设的调整预案进行方案优化。进入长期管理阶段后，应融入康复训练、饮食指导、情志调摄等综合干预措施，建立慢病管理模式，贯彻“未病先防、既病防变、瘥后防复”的中医防治思想。

### 3.3 建立客观化、量化的证候评价体系

推动中医四诊信息的客观化是实现标准化的前提。近年来，现代技术为此提供了有力支撑。舌象与面象分析系统可通过高分辨率图像采集与人工智能算法，对舌色、苔色、舌形、面色等进行量化分析，减少主观偏差；脉诊仪则能记录脉搏的时域、频域特征，建立可比的脉象数据库。在此基础上，应大力开发并验证专门针对痹症的中医证候评价量表。可采用德尔菲专家咨询法、探索性因子分析等统计方法，筛选出具有高区分度与内部一致性的证候条目，构建具有良好信效度的量表，并在多中心临床研究中验证其对治疗变化的敏感性。此外，必须将患者报告结局（PROs）纳入评价体系，通过标准化问卷收集患者对疼痛程度、日常活动能力、睡眠质量、情绪状态等方面的主观感受，使疗效评价更加全面、人性化。

### 3.4 推动中药制剂与给药方案的标准化

中药是中医治疗痹症的主要载体，其标准化至关重要。一方面，应推动经典名方的二次开发，对独活寄生汤、桂枝芍药知母汤等疗效确切的古方进行系统的药效物质基础研究、作用机制解析及质量控制标准建立，促使其转化为固定组成的现代制剂（如配方颗粒、胶囊、

片剂)，便于临床规范使用<sup>[4]</sup>。另一方面，需加强剂量-效应关系研究，通过药代动力学模型与临床观察数据，明确关键药物的有效剂量窗与安全阈值，避免经验性用药带来的风险。对于仍需使用汤剂的患者，应制定统一的煎煮操作规范，详细规定药材处理、煎煮顺序、加水量、煎煮时间等参数，确保药效稳定输出。

### 3.5 加强循证医学研究与真实世界证据整合

标准化方案的价值最终需通过高质量研究予以验证。应在统一方案基础上，设计严谨的大样本、多中心、随机对照试验，比较标准化治疗与常规治疗或西药对照的优劣。同时，充分利用真实世界数据（RWD），通过电子健康档案、医保数据库等渠道，收集大规模临床实践信息，分析不同治疗策略在真实环境下的长期效果、安全性及成本效益，为方案优化提供现实依据。长远来看，应推动建立国家级或区域级的中医痹症专病数据库，整合临床资料、影像数据、生物样本及组学信息，为精准辨证与个体化治疗研究提供数据基础。

### 4 标准化实施的保障机制与挑战应对

标准化的顺利推进离不开政策支持、人才培养与理念更新。国家中医药管理部门及行业协会应牵头制定并发布《痹症中医诊疗指南》和《临床路径专家共识》，为临床实践提供权威指引。同时，将标准化理念与操作规范纳入中医住院医师规范化培训及继续教育体系，提升新一代中医医师的规范意识。医疗机构可设立痹症专病门诊，配备标准化诊疗工具，率先推行路径化管理。在人才层面，需加强对中医医师的引导，使其理解标准化并非“一刀切”，而是对辨证论治的科学提炼。应鼓励在尊重名老中医经验的基础上，运用数据挖掘技术（如关联规则、聚类分析）对其处方规律进行量化分析，将隐性知识转化为可共享、可推广的标准化元素。面对个体化与标准化之间的张力，关键在于构建“有弹性的框

架”——在确保核心病机判断与主干治法一致的前提下，允许医师根据患者体质、合并症、药物耐受性等因素进行合理加减，实现“标准化基础上的个体化”，而非放弃标准或僵化执行。

### 5 结语

痹症中医治疗方案的标准化，是中医药在新时代实现传承精华、守正创新的必然选择。其本质并非对传统辨证论治的否定，而是通过科学方法对其核心逻辑进行提炼、规范与验证，从而提升临床疗效的可靠性、可重复性与可推广性。通过构建“核心证候—关键病机—靶向干预”的理论框架，设计分阶段的标准化诊疗路径，建立客观量化的评价体系，并深度融合现代科技与循证医学方法，我们有望突破当前标准化工作的瓶颈。展望未来，随着人工智能、大数据、多组学技术的深入应用，痹症中医诊疗将迈向更高层次的“精准化”。例如，通过代谢组学或蛋白质组学识别不同证型的生物学标志物，可实现“证候—分子表型—靶向干预”的精准对接；基于深度学习的AI辅助辨证系统，有望大幅提高诊断一致性；智能随访平台则可实现疗效的实时监测与方案的动态优化。

### 参考文献

- [1] 杨孝余, 罗丰, 熊鸿, 等. 运用《伤寒论》六经辨证理论探究痹症的中医治疗[J]. 贵州中医药大学学报, 2023, 45(06): 10-14.
- [2] 刘富安. 中医药联合针灸治疗寒湿痹症的临床价值[J]. 中国冶金工业医学杂志, 2024, 41(03): 332-333.
- [3] 陈思珺, 俞昌德, 宋红梅, 吴昆. 吴昆诊治“痹症”思路及特色探析[J]. 中医药临床杂志, 2025, 37(02): 245-247.
- [4] 李梦娇, 罗开涛. 基于中焦为枢理论针药结合治疗痹症探析[J]. 浙江中医杂志, 2023, 58(04): 277-278.