

医用远红外治疗贴治疗 146 例疼痛性疾病的临床对照研究

杨启才

攀枝花市中心医院 四川 攀枝花 617000

【摘要】：目的：探讨远红外治疗贴在治疗疼痛性疾病中的临床疗效。方法：在 2025 年 2 月至 2025 年 9 月，将在我院接受治疗的 146 例疼痛性疾病患者作为研究对象，随机分为试验组和对照组，每组 73 例患者。对照组采用热敷治疗，试验组采用远红外治疗贴治疗。结果：试验组的治疗总有效率为 93.15%，明显高于对照组的 41.10% ($P<0.05$)。试验组在治疗后各时间点的 VAS 评分均显著低于对照组 ($P<0.05$)，疼痛缓解时间显著短于对照组 ($P<0.01$)，疼痛发作频率显著低于对照组 ($P<0.05$)。结论：远红外治疗贴对于肩周炎、关节炎、颈椎病、腰椎间盘突出、腰肌劳损、足跟痛、痛性关节炎、膝骨关节炎、骨质增生、腱鞘炎、滑膜炎、跌打损伤、扭挫伤引起的疼痛有较好的疗效，可显著缓解患者的疼痛症状，值得在临床中推广应用。

【关键词】：远红外治疗贴；疼痛性疾病；疗效

DOI:10.12417/2705-098X.26.12.075

引言：远红外治疗贴是一种基于远红外线辐射原理的医疗产品，其内涵的远红外陶瓷粉可将远红外热能传递到人体皮下，使深层皮肤的温度上升，起到扩张毛细血管、促进局部组织血液微循环的作用，促进局部区域的新陈代谢，加速骨骼肌损伤的恢复^[1]。本文主要研究分析医用远红外治疗贴对于肩周炎、关节炎、足跟痛、滑膜炎等骨伤科疼痛性疾病起到的缓解作用，并通过 VAS 评分、疼痛缓解时间及疼痛发作频率等多维度指标评估其临床疗效。

1 资料与方法

1.1 研究对象

2025 年 2 月至 2025 年 9 月，将在我院接受治疗的 146 例疼痛性疾病患者作为研究对象，随机分为试验组和对照组，每组 73 例患者。试验组患者的平均年龄为 45.27 ± 5.18 岁，对照组患者的平均年龄为 46.09 ± 5.24 岁。试验组有 41 例男性患者，32 例女性患者；对照组有 44 例男性患者，29 例女性患者。两组患者的年龄、性别无明显差异 ($P>0.05$)。

纳入标准：（1）符合下列疼痛性疾病的临床诊断标准：肩周炎、关节炎、颈椎病、腰椎间盘突出、腰肌劳损、足跟痛、痛性关节炎、膝骨关节炎、骨质增生、腱鞘炎、滑膜炎、跌打损伤、扭挫伤引起的疼痛；（2）年龄 18 岁至 75 岁之间；（3）患者知情同意并签署同意书。

排除标准：（1）研究前接受过镇痛、消炎治疗的患者；（2）有开放性伤口的患者；（3）妊娠期或哺乳期女性；（4）皮肤过敏者；（5）关节严重僵硬、畸形的患者。

1.2 方法

试验组使用医用远红外治疗贴（吉械注准 20252090057），一天一贴，贴于疼痛部位。该医用远红外治疗贴产品由吉林省中为医药科技有限公司生产，由医用胶、远红外陶瓷粉、磁粉、离型纸、无纺布和外袋组成。对照组为热敷：使用热水袋或热毛巾敷于疼痛部位，每次 20-30 分钟，每日 2 次。试验组和对

照组的治疗周期均为 1 个月。

1.3 观察指标和评价标准

（1）疼痛评分：采用视觉模拟评分法（VAS）评估疼痛程度，0 分为无痛，10 分为剧烈疼痛。分别于治疗前、治疗 1 周、2 周、4 周及随访 3 个月时进行评估。

（2）疼痛缓解时间：记录患者疼痛明显缓解（VAS 评分降低 $\geq 50\%$ ）所需时间。

（3）疼痛发作频率：记录每周疼痛的发作次数（疼痛程度大于 5 分）。

根据《中药新药临床研究指导原则》制定疗效判定标准。疗效标准分为临床痊愈、显效、有效、无效。临床痊愈：患者经治疗后随访 3 个月疼痛完全缓解（VAS 评分为 0），疼痛缓解时间少于 4 周，疼痛发作频率少于 3 次。显效：患者经治疗后随访 3 个月疼痛完全缓解（VAS 评分小于 1），疼痛缓解时间少于 4 周，疼痛发作频率少于 5 次。有效：患者经治疗后随访 3 个月疼痛明显缓解（VAS 评分大于 1 小于 5），疼痛缓解时间少于 3 个月，疼痛发作频率少于 10 次。无效：患者经治疗后随访 3 个月疼痛无缓解或程度很小（VAS 评分大于 5），在 3 个月随访时未达到疼痛缓解时间，疼痛发作频率大于 5 次。总有效率 = (临床痊愈 + 显效 + 有效) / 总例数 $\times 100\%$ 。

1.4 统计学方法

统计学处理数据分析采用 SPSS28.0。计数资料 n (%) 用 χ^2 检验，($P<0.05$) 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者疼痛评分对比

治疗前两组患者 VAS 评分比较，差异无统计学意义 ($P>0.05$)，具有可比性。治疗后试验组 VAS 评分均显著低于对照组 ($P<0.05$)，且试验组 VAS 评分下降幅度明显大于对照组。具体数据见表 1。

表1 两组患者不同时间点 VAS 评分比较 ($\bar{x}\pm s$, 分)

时间点	对照组(n=73)	试验组(n=73)	t 值	P 值
治疗前	7.42±1.15	7.38±1.08	0.22	0.83
治疗 1 周	7.01±1.28	6.83±1.29	0.85	0.397
治疗 2 周	6.18±1.32	4.65±1.21	7.42	<0.05
治疗 4 周	5.24±1.45	3.12±1.08	10.18	<0.05
治疗后随访第 3 个月	4.35±1.38	1.85±0.92	12.64	<0.05

2.2 两组患者疼痛缓解时间对比

试验组患者疼痛明显缓解 (VAS 评分降低 $\geq 50\%$) 所需时间显著短于对照组, 差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。具体数据见表 2。

表2 两组患者疼痛缓解时间比较 ($\bar{x}\pm s$)

指标	对照组(n=73)	试验组(n=73)	t 值	P 值
疼痛明显缓解所需天数	20±9.95	13.38±9.08	4.20	<0.05

2.3 两组患者疼痛发作频率对比

治疗前两组患者疼痛发作频率比较, 差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。治疗后随访 3 个月时记录患者一周内的发作频率。试验组疼痛发作频率均显著低于对照组 ($P < 0.05$)。具体数据见表 3。

表3 两组患者疼痛发作频率比较 ($\bar{x}\pm s$, 次/周)

指标	对照组(n=73)	试验组(n=73)	t 值	P 值
治疗前	17±5.95	18±5.20	1.08	$P > 0.05$
治疗后随访第 3 个月	11.8±4.92	5.9±4.31	7.71	$P < 0.05$

2.4 两组患者临床疗效对比

试验组的治疗总有效率为 93.15%, 对照组的治疗总有效率为 41.10%, 结果表明, 试验组在临床痊愈、显效、有效和总有效率方面均优于对照组, 远红外治疗贴的应用显著提高了肩周炎、关节炎、颈椎病、腰椎间盘突出、腰肌劳损、足跟痛、痛风性关节炎、膝骨关节炎、骨质增生、腱鞘炎、滑膜炎、跌打损伤、扭挫伤的疼痛缓解效果, 对照组明显低于试验组 ($P < 0.05$, 见表 1), 差异具有统计学意义。

表4 对比两组患者疗效[n(%)]

组别	对照组	试验组	P 值
例数	73	73	
临床痊愈	2(2.74)	14(19.18)	
显效	11(15.07)	22(30.14)	
有效	17(23.29)	32(43.84)	
无效	43(58.90)	5(6.85)	
总有效率	30(41.10)	68(93.15)	<0.05

3 讨论

当患者罹患腰肌劳损、扭伤、膝骨关节炎等骨伤病时, 普遍会伴有慢性及顽固性疼痛, 不仅造成患者生理上的痛苦, 也带来较大的精神压力, 降低患者的生活质量。在中医理论中, 认为患者疼痛的主要因素时寒湿入侵, 痛则不通, 因此临床上需要采取有效措施散寒、增强血管扩张、促进血液循环^[2]。远红外贴在软组织及关节疼痛方面的治疗已被广泛研究和应用。例如研究结果表明, 远红外贴能够显著缓解肩颈腰腿疼痛, 其原理是通过热量以及磁场的相互作用刺激神经末梢, 刺激局部血液循环从而消炎和缓解疼痛。对比传统的推拿治疗和远红外贴 (热磁理疗贴) 的临床效果, 研究表明远红外贴的疼痛缓解效果更为明显且节省人力和时间^[3]。在腰椎间盘突出症的治疗追踪观察研究中 (478 例), 远红外贴与内服互补起到活血化瘀、消肿止痛等作用, 1 个疗程 (10 天) 即可见效, 3-6 个疗程 256 例达到临床治愈^[4]。

本次试验结果表明, 本研究的试验组所使用的医用远红外治疗贴, 通过促进局部的血液循环, 辅助消炎、消肿和止痛, 缓解多种软组织及关节疼痛症状。远红外治疗贴在治疗肩周炎、关节炎、颈椎病、腰椎间盘突出、腰肌劳损、足跟痛、痛风性关节炎、膝骨关节炎、骨质增生、腱鞘炎、滑膜炎、跌打损伤、扭挫伤引起的疼痛有较好的疗效, 与传统的热敷相比疼痛缓解效果更好且节省人力和时间, 利于患者遵守医嘱。

综上所述, 远红外治疗贴作为肩周炎、关节炎、颈椎病、腰椎间盘突出、腰肌劳损、足跟痛、痛风性关节炎、膝骨关节炎、骨质增生、腱鞘炎、滑膜炎、跌打损伤、扭挫伤引起的疼痛的辅助治疗方式, 显示出良好的效果, 为患者提供了安全、有效的治疗选择。

参考文献:

- [1] 何建伟,张君梅,张莹,等.远红外陶瓷微珠干预下肌肉损伤疼痛分级指数、目测类比评分和现有疼痛程度的变化[J].中国组织工程研究,2020,24(16):2561-2566.
- [2] 江志勇,陈伟洪,陈勃,等.中医外治法治疗骨伤科疼痛性疾病的疗效[J].中国医药科学,2019,9(1):56-58.
- [3] 李阳,高燕丽.远红外贴治疗颈肩腰腿疼痛的临床对照研究[J].临床医药文献杂志,2018,5(29):113-116.
- [4] 朱坤福,徐卫国,张国光.朱氏堂远红外骨痛舒贴治疗腰椎间盘突出症的疗效观察[J].中国医学创新,2010,7(1):24-26.