

哈萨克医索尔布恩（风湿性关节炎）诊疗指南

（修订稿）

一、范围

本文件规定了风湿性关节炎（索尔布恩）的诊断、哈萨克医辨证分型、治疗和健康管管理。

本文件适应于风湿性关节炎（索尔布恩）的哈萨克医诊断和治疗。本文件可供哈萨克医医院风湿科、骨伤科、中西医结合骨科、针灸科、推拿科、康复科等相关临床医师使用。

二、规范性引用文件

本文件没有规范性引用文件。

三、术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

中文名称：风湿性关节炎

英文名称：arthralgia

哈萨克文名称：索尔布恩（suo er bu en）

中医名称：风痹病

哈萨克医认为：索尔布恩（风湿性关节炎）（Suoerbuen, SRB）是机体受恰勒达玛（风）、俄孜格玛（寒）、思孜纳（湿）等气候影响，减弱机体加尔什力克胡瓦特（元气），在人体加尔什力克胡瓦特（预防之气）减弱的情况下，由于自然界中的恰勒达玛（风）、俄孜格玛（寒）、思孜纳（湿）等气候征象与人体

的适应性减退而侵居于关节系、手系、足系等器官，侵犯全身以及侵居于各个依格勒木（关节系），引起的以肌肉、关节疼痛为主要表现的疾病，人体体质虚弱，由于风、寒、湿外邪侵袭关节，致使人体脉络空间受阻，气血瘀阻经脉造成气血运行不畅，使人体固有恒寒、恒热失衡，而出现肢体关节疼痛、麻木、重着、屈伸不利等症状。表现为肌肉、筋骨、关节等部位酸痛、胀麻，严重时关节肿大、灼热疼痛明显，属于哈萨克医十二大病症群中的“沃尔那吾勒（痼疾）”、“哈尔玛吾勒（缠疾）”、“木孜达吾勒（沉疾）”等病症，是西北地区常见病之一，相当于中医学“风痹病”、西医学的风湿性关节炎。

中医认为：风痹病以肢体筋骨、关节、肌肉等处发生疼痛、酸楚、重着、麻木，或关节屈伸不利、僵硬、肿大及活动障碍为主要表现的病证。因其发病多与风、寒、湿、热之邪相关，故病情呈反复性，病程有黏滞性、渐进性等特点。

西医认为：风湿性关节炎是一种由咽喉部感染 A 组乙型溶血性链球菌（GAS）后反复发作的急性或慢性的全身结缔组织炎症，主要累及关节、心脏、皮肤和皮下组织，偶可累及中枢神经系统、血管、浆膜及肺、肾等内脏。临床表现以关节炎和心脏炎为主，可伴有发热、皮疹、皮下结节、舞蹈病等。本病发作呈自限性，急性发作时通常以关节炎较为明显，急性发作后常遗留轻重不等的心脏损害，尤其以瓣膜病变最为显著，形成慢性风湿性心脏病或风湿性瓣膜病。

四、临床特征

（一）症状

1. 典型症状

以关节和肌肉游走性酸痛、红肿为特征。

2. 常见症状

（1）关节疼痛是风湿性关节炎首要的症状，全身关节都有可能发生疼痛，但是以大关节受累较为常见，如膝关节、踝关节、肩关节、腕关节等。典型的表现为对称性、游走性疼痛，并伴有红、肿、热的炎症。通常急性炎症症状持续2周~4周后消退，一个关节症状消退，另一个关节的症状又可出现，也有几个关节同时发病的。

关节症状受气候变化影响较大，常在天气转冷或下雨前出现关节痛。急性期过后不遗留关节变形，这些与类风湿关节炎不同。

（2）起病时患者可有肌肉酸痛不适、周身疲乏、食欲缺乏、烦躁等症状。

（3）风湿出现之前会出现不规则的发热现象，多为轻中度发热、脉搏加快、多汗、与体温不成正比。

3. 其他症状

（1）皮肤黏膜症状有皮下结节、环形红斑等，儿童多见，成人少见。

（2）舞蹈症仅见于女童，女孩多见，患儿先有情绪不宁、烦躁、易怒等精神症状，继而出现无目的的快速动作，做皱眉、

噉嘴等怪相，肢体可出现伸直和屈曲、内收和外展、旋前和旋后的无节律交替动作。疲劳及兴奋时明显，休息及镇静时减轻，睡眠时消失。

(3) 由于风湿热活动期以累及关节和心脏为主，因此风湿性关节炎患者常伴有心肌炎、心内膜炎、心包炎等，有心悸、气促、心前区疼痛等症状。

(二) 体征

局部可有红肿、皮温偏高和压痛等表现。

五、诊断

(一) 病史

发病前多有溶血性链球菌感染史、受风、寒湿侵袭史。

(二) 症状体征

呈现游走性、多发性关节炎，以膝、踝、肘、腕、肩等大关节受累为主，局部有红、肿、灼热、疼痛和压痛等表现。关节炎发作之后无变形遗留，但常反复发作，继气候变冷或阴雨而出现或加重。轻症及不典型病例呈单关节或寡关节、少关节受累，或累及一些不常见的关节，如髌关节、指关节、下颌关节、胸锁关节、胸肋间关节。

(三) 辅助检查

可检测出链球菌感染指标、急性期反应物增高以及多项免疫指标异常。

1. 链球菌感染指标

抗链球菌溶血素“O”（ASO）阳性，在感染后2周左右出现。

2. 急性炎症反应指标与免疫学检查

急性期红细胞沉降率（ESR）和C反应蛋白（CRP）阳性率较高，可达80%。但来诊较晚或迁延型风湿热，ESR增快的阳性率仅60%左右，CRP阳性率可下降至25%或更低。

3. X线检查

受累关节仅见软组织肿胀，无骨质改变。

（四）鉴别诊断

1. 霍尔布恩（类风湿关节炎）

通常发病于25岁~50岁，可突然发生，从双侧小关节开始，出现关节发红、发热、肿胀，晨起关节僵直且持续时间长，可达几个小时。类风湿性关节炎往往累及多个关节，包括指关节、腕关节、肘关节和肩关节，容易导致疲劳及体重下降，可引起关节变形、僵直。

2. 巧尔布恩（骨性关节炎）

发展缓慢，可持续数年，多见于40岁以上的中老年人，其中10%的患者有明显症状。症状常见关节疼痛、发热、肿胀、活动受限，晨起关节僵直较明显，但持续时间相对较短，少于20min。骨关节炎通常只影响某些关节，如手关节、髌关节、膝关节和脊椎，若发生外伤，则可影响至腕关节、肘关节及踝关节。

3. 杰勒别孜克（痛风性关节炎）

痛风常常引起急性关节疼痛。此病起病急骤，数小时内关节

红、肿、灼热、疼痛，痛似刀割，夜晚尤甚，难以入眠，时间继续 2 天~10 天不等。第一跖趾关节（即拇趾与足掌相连的关节）首当其冲，其次为踝、手、腕、膝、肘和足部其他关节，病情反复无常。40 岁以上男性和绝经期妇女发病较多。平日喜欢饮酒，多食高嘌呤、高脂肪、高蛋白者易得此病，实验室检查时尿酸可示显著升高。

六、哈萨克医辨证分型

（一）恰勒达玛哈热斯合勒（风极侵居）

1. 主症：全身关节和肌肉酸痛、红肿、疼痛游走不定，以楚痛、刺痛、酸痛为主。

2. 次症：肢体肌肉麻木、隐痛无力、恶风、脉象为克叶尔科什别脉或阔勒克灭脉（泛溢脉），舌质红，苔薄白或舌中无苔。

3. 病机：哈萨克医认为本证属于“六元学”中的苏吾克突固尔（寒元），斯孜那勒克俄孜合玛性恰勒达玛（湿寒恶风），人体在寒冷、恶风环境中起居时，在加尔什力克胡瓦特（预防之气）虚损情况下，致病因素侵入机体，导致人体 10 种物质平衡状态中的温热与寒凉和谐状态失调，因又受热阿依（气候）、季节、时辰、起居、劳作等变化时，人体胡瓦特逐步下降，机体与外界环境的相互协调受损，而哈普铁克（皮肤系）收缩功能障碍，毛孔闭合不佳，斯孜那勒克俄孜合玛性恰勒达玛（湿寒恶风）经肯恩斯特克（天元）直接侵入人体手系、肌肉系及关节系，风邪善变，逐步通过脏器器官之间的脉络和筋络进行蔓延，湿寒侵袭机

体多个脏器器官，部分内脏器官功能紊乱或减弱，从而导致苏勒运行不畅，关节失于濡养，关节、肌肉和筋络功能受损，出现肢体关节疼痛肿胀。

（二）恰申得俄孜合玛（寒极刺入）

1. 主症：全身关节和肌肉酸痛、红肿、全身紧缩、畏寒颤栗，甚至肢体活动受限，手足冰冷疼痛。

2. 次症：面色体肤发青、喜热饮或近暖等，舌质暗红苔滑润青褐，脉象胡玛特尔脉（鱼游脉）。

3. 病机：哈萨克医认为本证属于“六元学”中的苏吾克突固尔（寒），恰申得俄孜合玛（寒极刺入），属风寒侵入机体，素体斯孜那（湿）、俄孜合玛（寒）较重，外部自然界热阿依（气候）性突变时，适应性减弱，俄孜合玛（寒元）在较短的时间内直接迅速而连续地侵入于机体，导致机体内的俄斯特克特克（热元）、苏吾克特克特克（寒元）失去平衡，机体寒甚，使机体10种生理平衡状态中的“温热与寒凉”平衡失衡，产生全身关节疼痛、畏寒颤栗为主的斯尔哈特特克阿依格列木（症状）。

（三）血性禀性特征寒湿型

1. 主症：全身关节和肌肉酸痛、红肿，肢体关节屈伸不利，活动不便，形体消瘦，腰膝酸软，畏寒肢冷。

2. 次症：肌肤麻木不仁，纳差，便溏，神疲体倦，脉象多为胡玛特尔（鱼游脉）或齐依热合帕（紧脉）或克勒克灭（虚涩脉），舌质青苔白或青褐娇嫩。

3. 病机：哈萨克医认为本证属于“六元学”中的苏吾克突固尔（寒元），斯孜那（湿）属寒湿侵入机体，血性稟性特征寒湿型、黏稠型，比体斯德克莎帕（体质）弱，胡瓦特（免疫力）、罕苏勒（血液）不足，损伤机体脏腑、组织、器官巴尔什力克胡瓦特（显在之气）五种和谐状态被破坏，抵抗力、免疫力、适应力低下，热阿依（气候）性病邪容易侵入或萌发繁殖，产生全身关节疼痛。甚至出现屈伸不利的斯尔哈特特克阿依格列木。

七、治疗

（一）治疗原则

索尔布恩（风湿性关节炎）是风湿热所导致的关节炎症，是感染 A 族溶血性链球菌导致的疾病，首先应清除链球菌感染，去除诱发风湿热的病因；其次，控制临床症状，使关节炎、舞蹈病及其他风湿热症状迅速缓解，解除风湿热带来的痛苦；最后，处理各种并发症，提高患者身体素质和生活质量，延长寿命。

（二）一般治疗

注意保暖，避免潮湿和受寒。急性关节炎早期应卧床休息，至血沉、体温正常后开始活动。有心脏病者应卧床休息，待体温正常、心动过速控制、心电图改善后，继续卧床休息 3 周～4 周后恢复活动。

（三）清除链球菌感染

清除链球菌感染是祛除风湿病病因的重要措施，否则本病将会反复发作或迁延不愈。常见药物包括青霉素、红霉素、乙酰螺

旋霉素等。目前苜星青霉素是首选药物，对初发链球菌感染，体重 27kg 以下者可肌肉注射苜星青霉素 60 万 U/次，体重在 27kg 以上用 120 万 U/次，3 周 ~ 4 周使用 1 次，连用半年以上。

(四) 抗风湿治疗

1. 应用水杨酸制剂（如阿司匹林等）缓解关节红肿、疼痛等症状，减少发热及降低血沉水平；如水杨酸制剂效果不佳，可选择非甾体类抗炎药。即对单纯关节受累首选非甾体抗炎药，常用乙酰水杨酸（阿司匹林），开始剂量成人为 3g/天 ~ 4g/天，小儿为 $80\text{mg} \cdot \text{kg}^{-1}\text{天}^{-1} \sim 100\text{mg} \cdot \text{kg}^{-1}\text{天}^{-1}$ ，分 3 次 ~ 4 次口服。亦可用其他非甾体类抗炎药，如萘普生、吲哚美辛等。

2. 应用肾上腺皮质激素。一般不主张早期应用该药，如果患者出现累及心脏及多器官情况时，可少量联合应用该药，主要缓解心脏受累情况。一般采用糖皮质激素治疗，常用泼尼松，开始剂量成人为 3g/天 ~ 4g/天，小儿为 $80\text{mg} \cdot \text{kg}^{-1}\text{天}^{-1} \sim 100\text{mg} \cdot \text{kg}^{-1}\text{天}^{-1}$ ，分 3 次 ~ 4 次口服，病情缓解后减量至 10mg/天 ~ 15mg/天，维持治疗。为防止停用激素后出现反跳现象，可于停用激素前 2 周或更早一些时间加用阿司匹林，待激素停用 2 周 ~ 3 周后才停用阿司匹林。

(五) 俄什格达日木道（内治法）呢俄勒那热

1. 恰勒达玛哈热斯合勒（风极侵居）

(1) 治法：

调节温热与寒凉平衡状态，恰勒达玛哈依塔尔格（祛寒）。

(2) 方药：索尔布恩 1 号方加减。红景天 9g、接骨木 15g、千叶蓍 9g、鸡血藤 15g、茯苓 12g、鹿草 9g、制草乌 1.5g。关节疼痛加剧，伴有发热，考虑寒邪化热，可新塔花、金银花加减。

(3) 方药用法：

煎药应当使用符合国家卫生标准的饮用水。待煎药物应当先行浸泡，浸泡时间不少于 30min。煎煮开始时的用水量以浸过药面 2cm~5cm 为宜，煮沸后再煎煮 20min~30min，煎药过程中要搅拌药料 2 次~3 次，每剂煎至 400mL~600mL，每剂按两份等量分装，早晚饭后半小时温服。

2. 恰申得俄孜合玛（寒极刺入）

(1) 治法：调动恒寒平衡、驱寒温体。

(2) 方药：索尔布恩 2 号方加减。黄芪 20g、制白附子 23g、当归 15g、麻黄 12g、桂枝 12g、透骨草 9g、草红花 9g、制川乌 1.5g、甘草 6g。关节重着、活动不利时可独活、羌活加减，疼痛明显、活动受限时可白花蛇舌草、蜈蚣、地龙加减。

(3) 方药用法：

煎药应当使用符合国家卫生标准的饮用水。待煎药物应当先行浸泡，浸泡时间不少于 30min。煎煮开始时的用水量以浸过药面 2cm~5cm 为宜，煮沸后再煎煮 20min~30min，煎药过程中要搅拌药料 2 次~3 次，每剂煎至 400mL~600mL，每剂按两份等量分装，早晚饭后半小时温服。

3. 血性稟性特寒湿型

(1) 治法:

增强胡瓦特(免疫力),改善罕苏勒(血液)运行,调节物质平衡,润养奥加勒(润喉)。

(2) 方药: 索尔布恩 3 号方加减。生地 30g、苍术 20g、羌活 20g、独活 20g、威灵仙 15g、川牛膝 15g、秦艽 15g、甘草 6g。腰膝酸软,乏力明显,可鹿草、鹿角霜加减;畏寒肢冷,可附子、生姜加减。

(3) 方药用法:

煎药应当使用符合国家卫生标准的饮用水。待煎药物应当先行浸泡,浸泡时间不少于 30min。煎煮开始时的用水量以浸过药面 2cm~5cm 为宜,煮沸后再煎煮 20min~30min,煎药过程中要搅拌药料 2 次~3 次,每剂煎至 400mL~600mL,每剂按两份等量分装,早晚饭后半小时温服。

(六) 斯热特克达日木道(外治法)

1. 外用搽剂

(1) 名称: 风湿酊,院内制剂。

(2) 使用方法: 10mL 外用,一天 3 次,涂抹于受累关节。

(3) 组方: 制草乌、制川乌、防风、丹参等。

(4) 作用: 驱除恰勒达玛(风)、俄孜合玛(寒),缓解疼痛。

2. 萨合塔勒格布拉吾(药浴)

(1) 哈萨克医辨证用药

①萨合塔勒格布拉吾（药浴）1号处方

方药：防风 25g、侧柏叶 50g、骆驼蓬 18g、合叶子 50g。

操作步骤：将配方药物装入布袋中，选择大木制浴池，备用。药物装入纱布袋中放入水中浸泡 30min 后蒸汽加热煎煮 1h，取汁注入木制浴池中，药水温度 42℃，备用。患者温度适宜时，患者在药液中浸浴 30min 左右，每天 1 次。主要作用调节温热与寒凉平衡，恰勒达玛哈依塔尔格（祛风）。疗程 1 周～3 周。

②萨合塔勒格布拉吾（药浴）2号处方

方药：茵陈 20g、神香草 10g、侧柏叶 30g、羊蹄草 10g、柽柳 30g。

操作步骤：将配方药物装入纱布袋中，用小锅加水适量，放入水中浸泡 1 小时后，蒸汽加热煎煮 30min，取汁注入木桶浴中，药水温度 45℃左右，患者在药水里泡脚，每次 30min。主要作用调动恒寒平衡、驱寒温体。疗程 1 周～3 周。

③切列克布拉吾（足浴）

方药：制川乌 30g、细辛 20g、制草乌 60g、桂枝 20g、独活 20g、当归 20g、川芎 20g、鸡血藤 20g、苦参 100g、秦艽 50g、羌活 20g、三棱 20g、木瓜 30g。

操作步骤：将配方药物装入纱布袋中，用壶加水适量，通电后煎药出蒸汽，煎药电壶的蒸汽管连接到木桶浴中，将患者患处泡入木桶浴池中 30min。主要作用增强胡瓦特、调节平衡、散寒止痛。疗程 1 周～3 周。

（2）适应症

适用于索尔布恩的各型。

（3）禁忌症

①身体虚弱及有严重心脑血管、肝肾功能损害的患者，以及皮肤创伤、溃疡、疮疡的患者；

②对药物外用有过敏史的病人应注意洗浴后身体的反应，以免由于过敏而引起身体的不适；

③妊娠期、月经期妇女；

④外伤及其他不宜进行药水浴治疗的情况。

（4）注意事项

①空腹、过饱不宜进行药水浴治疗，空腹易引起低血糖，使人感到周身无力、头晕、恶心、心慌等；过饱易引起消化功能障碍，同时增加心脏负担；

②药水浴治疗时间不宜过长，30min 为宜，若在药液中久泡，皮肤的毛细血管扩张，容易引起大脑暂时性缺血，严重时可导致晕倒。有高血压、动脉硬化病史的患者在热水中久泡存在诱发中风的可能性；

③采用药水浴的患者，应长期坚持，方能获得较好疗效；

④对药物外用有过敏史的病人应注意洗浴后身体的反应，以免由于过敏而引起身体的不适。

（5）施术后可能出现的异常情况及处理措施

如出现头晕、心慌、大汗等反应，要立即停止药水浴，观察

血压、脉搏、呼吸情况。轻者出现暂时性心跳加快，休息片刻，即可恢复，无需处理；反应较重者，出现血压下降、眩晕明显、心慌气短，对症处理，必要时补充体液。

部分患者出现皮肤过敏反应，如皮疹、瘙痒等，轻者浴后可自行缓解，重者对症处理。

3. 库木布拉吾（沙疗）

（1）操作方法

①比特斯库木布拉吾（全身沙疗）

将自然沙粒晒热至所需温度，患者躺在沙上，将热沙覆盖至剑突及肋弓以下身体，仅露出头面、颈部和上胸部，并同时头部用毛巾冷敷。盖沙的厚度四肢以 12cm~20cm 为宜，胸部以 6cm 为宜，外生殖器用布遮盖，每次 50min，治疗结束后，用温水冲洗，静卧在遮荫下休息 30min。

②木榭勒克库木布拉吾（局部沙疗）

准备一只木桶浴池，用大锅将沙烧热后放入池中约 30mm 厚，将上肢或下肢放入热沙上，再用热沙覆盖，最后用棉被或毛毯盖好保温，治疗沙的温度为 40℃，治疗结束后用 36℃ 温水冲洗，每日一次，每次 30min，10 天一个疗程。

（2）适应症

适用于索尔布恩（风湿性关节炎）的各型。

（3）禁忌症

①患有严重外科疾病，化脓性感染疾病，或皮肤创伤、溃疡、

疮疡者；

- ②活动期肺结核、严重心脏病、贫血、肝肾功能严重损害者；
- ③急性炎症、心力衰竭、高热、肿瘤、有出血倾向者；
- ④妊娠期、月经期妇女。

(4) 注意事项

①库木布拉吾（沙疗）前饮用温开水，以防止脱水。有条件可适当饮马奶酒或驼奶酒，以增加疗效；

②库木布拉吾（沙疗）容易出汗，沙疗后应当适当休息，及时补充水分，以防虚脱；

③库木布拉吾（沙疗）后不宜立即用冷水洗澡，此时毛孔张开，以防着凉；

④沙温不宜过高，一般不宜超过 48℃，以防超过患者的耐受程度。

(5) 施术后可能出现的异常情况及处理措施

如出现头晕、心慌、大汗等反应，要立即停止沙疗，观察血压、脉搏、呼吸情况，轻者出现暂时性心跳加快，休息片刻，即可恢复，无需处理；反应较重者，出现血压下降、眩晕明显、心慌气短，对症处理，必要时补充体液。

4. 恰普塔勒格技术（贴敷）

(1) 哈萨克医辨证用药

①得孜叶恰普塔勒格疗法（膝关节）

方药：草红花 6g、桃仁 6g、羌活 9g、独活 9g、冰片 8g、

细辛 4.5g、皂角刺 4.5g、半夏 12g、当归 12g、制川乌 9g、制草乌 9g。

操作步骤：将哈萨克医处方草药研磨成粉剂，同等分量，将一份草药粉剂与 120g 热羊油充分搅合，再将其均匀放入药袋中，在微波炉中加热约 20s，将药袋绑在患者双膝关节，用 TDP 烤电器距患者双膝关节 30cm 处的距离烤电加热，约 30min 后移去 TDP 烤电器，将药袋留置约 6h。一般情况下，10 天一个疗程，根据患者病情可以延长疗程。

②别勒恰普塔勒格疗法（腰部）

方药：草红花 6g、桃仁 6g、羌活 9g、独活 9g、冰片 8g、细辛 4.5g、皂角刺 4.5g、半夏 12g、当归 12g、制川乌 9g、制草乌 9g。

操作步骤：将哈萨克医处方草药研磨成粉剂，草药粉剂与 120g 热羊油充分搅合，再将其均匀放入腰带中，在微波炉中加热约 20s，将腰带绑在患者腰部，用 TDP 烤电器距患者治疗部位 30cm 处的距离烤电加热，约 30min 后移去 TDP 烤电器，将腰带留置约 6 小时。一般情况下，10 天一个疗程，根据患者病情可以延长疗程。

③莫英恰普塔勒格疗法（颈部贴敷）

方药：独活 50g、威灵仙 30g、白屈菜 30g、延胡索 30g、葛根 50g、草红花 30g、姜黄 30g、骆驼蓬 30g。

操作步骤：将调配好的哈萨克医草药均匀涂于消毒纱布上，

约 2mm 厚为宜，以颈部面积决定涂药面积。敷药前应以红外线治疗将涂好的药物预热；协助患者采取坐位，暴露颈部，注意用屏风遮挡以避风寒及保护患者隐私；将药物敷于颈部，以手轻轻按压，使药物与皮肤完全贴合；配合红外线治疗仪照射，以促进药物吸收。每次治疗以 30min 为宜，每日一次。一般情况下，10 天一个疗程，根据患者病情可以延长疗程。

④依俄克、陈塔克恰普塔勒格疗法（肩肘部热敷）

方药：独活 50g、姜黄 30g、制川乌 15g、山楂 30g、老鹳草 20g、延胡索 30g、蜈蚣 8g、葛根 50g、川芎 30g、白屈菜 50g。

操作步骤：将调配好的哈萨克医草药均匀涂于消毒纱布上，约 2mm 厚为宜，以肩部面积决定涂药面积。敷药前应以红外线治疗将涂好的药物预热；协助患者采取舒适体位，暴露双侧肩部，注意用屏风遮挡以避风寒及保护患者隐私；将药物敷于双侧肩部，以手轻轻按压，使药物与皮肤完全贴合；配合红外线治疗仪照射，以促进药物吸收。每次治疗以 30min 为宜，每日一次。一般情况下，10 天一个疗程，根据患者病情可以延长疗程。

⑤布列孜克恰普塔勒格疗法（腕部贴敷）

方药：一枝蒿 30g、五灵脂 20g、秦艽 30g、姜黄 30g、防风 30g、川芎 20g、艾叶 50g、白芥子 20g、老鹳草 20g、藁本 30g。

操作步骤：将调配好的哈萨克医草药均匀涂于消毒纱布上，约 2mm 厚为宜，以腕部面积决定涂药面积。敷药前应以红外线治疗将涂好的药物预热；协助患者采取舒适体位，暴露双侧腕部，

注意用屏风遮挡以避风寒；将药物敷于双侧腕部，以手轻轻按压，使药物与皮肤完全贴合；配合红外线治疗仪照射，以促进药物吸收。每次治疗以 30min 为宜，每日一次。一般情况下，10 天一个疗程，根据患者病情可以延长疗程。

⑥合孜勒阿斯克恰普塔勒格疗法（踝关节）

方药：白芥子 30g、五灵脂 15g、泽泻 30g、威灵仙 30g、桃仁 20g、草红花 20g、新塔花 10g。

操作步骤：将调配好的哈萨克医草药均匀涂于消毒纱布上，约 2mm 厚为宜，以踝部面积决定涂药面积。敷药前应以红外线治疗将涂好的药物预热；协助患者采取舒适体位，暴露双侧踝部，注意用屏风遮挡以避风寒及保护患者隐私；将药物敷于双侧踝部，以手轻轻按压，使药物与皮肤完全贴合；配合红外线治疗仪照射，以促进药物吸收。每次治疗以 30min 为宜，每日一次。一般情况下，10 天一个疗程，根据患者病情可以延长疗程。

（2）适应症：适应于索尔布恩各型。

（3）禁忌症

①急慢性传染病、重度高血压、糖尿病血糖控制不佳者、血液病、心脏病、肾脏病、肝肾功能衰竭患者；

②发热患者；

③皮肤过敏、皮肤溃破、皮肤发炎者；

④孕妇；

⑤眼睛、黏膜等部位。

(4) 注意事项

①治疗前后，指导患者适量饮用温开水，防止在治疗过程中患者出汗过多引起虚脱；

②在治疗的过程中，指导患者注意保温，治疗后应待汗消后外出，防止受凉；

③根据患者病情、病变部位来确定患者所采取的体位，使患者感到舒适，同时注意保温和患者隐私的保护；

④每天治疗时间不宜过长，以 30min 为宜，以免引起皮肤过敏；

⑤治疗过程中，注意观察病情变化，如有头晕、心慌、乏力或局部有瘙痒感等不良反应，应及时通知医生，并停止治疗；

⑥月经前 3 日、经期至月经后 3 日不宜使用；

⑦夏季药液搁置时间不宜过久，以免变质，尽量使用新鲜药液；

⑧凡儿童、老人患者，治疗时应有陪护，避免烫伤、着凉。

(5) 施术后可能出现的异常情况 & 处理措施

恰普塔勒格(贴敷)治疗时若出现局部皮肤潮红、轻微红肿、烧灼感、色素沉着等情况，均为药物的正常刺激作用，不需要特殊处理。但应防止局部干燥，避免搓抓局部，也不要使用洗浴用品及涂抹其他止痒药品，防止对局部皮肤进一步刺激。若出现以下异常情况，应及时进行处理。

①贴敷过程中若出现心悸、胸闷等症状，立即终止治疗，并

对症处理。

②贴敷药物后，局部出现热、凉、麻、痒、烧灼感或针刺样剧痛等过敏反应，难以忍受时，可提前取下恰普塔勒格药物。

③终止治疗：

I. 皮肤过敏可外涂抗过敏药膏，若出现范围较大、程度较重的皮肤红斑、水泡、瘙痒现象，应立即停药，进行对症处理，出现全身性皮肤过敏症状者，应及时请皮肤科协助诊治。

II. 若皮肤出现小水泡，可涂以甲紫溶液，任其自然吸收；水泡较大或有脓液时进行换药治疗。

III. 烫伤皮肤，发现烫伤皮肤时立即停用此治疗技术，给予烫伤膏外用。

5. 杜孜布拉吾（热盐渗透疗法）

（1）哈萨克医辨证用药

①比特斯杜孜布拉吾（全身盐浴）

将自然盐晒热至所需温度，患者躺在盐上，将热盐覆盖至剑突及肋弓以下身体，仅露出头面、颈部和上胸部，并同时头部用冷水毛巾冷敷。盖盐的厚度四肢为12cm~20cm为宜，胸部为6cm为宜，外生殖器用布遮盖，每次50min，治疗结束后，用温水冲洗，静卧在遮荫下休息30min，每日一次，10天一个疗程。

②木榭勒克杜孜布拉吾（局部盐浴）

准备一只木桶浴池，用大锅将盐炒热后，在池中放入40mm厚的热盐，将上肢或下肢放入热盐上，再用热盐覆盖，最后用棉

被或毛毯盖好保温，治疗盐的温度为 42℃，治疗结束后用 36℃ 温水冲洗，每日一次，一次 30min，10 天一个疗程。

③杜孜别呢达热木达吾疗法（热盐疗）

将已配置好的哈萨克医草药和 400g 土盐，在电磁炉上炒 15min 后，均匀放入药袋中，敷贴于患者所治疗的部位。一般情况下可敷贴 30min，10 天一个疗程，根据患者病情可以延长疗程。

（2）适应症：适用于索尔布恩各型。

（3）禁忌症

①发热患者；

②皮肤过敏、皮肤溃破、皮肤发炎者；

③孕妇；

④糖尿病血糖控制不佳者，血液病、严重心肾功能不全者；

⑤艾滋病、结核病或其他传染病。

（4）注意事项

①治疗前后，指导患者适量饮用温开水，防止在治疗过程中虚脱；

②在治疗的过程中，指导患者注意保温；治疗后，应待汗消后外出，避免受凉；

③根据患者病情、病变部位确定患者所采取的体位，使患者感到舒适，同时注意保温和保护患者隐私；

④每次治疗时间不宜过长，以免引起皮肤过敏；

⑤治疗过程中，注意观察病情变化，如有头晕，心慌、乏力

或局部有瘙痒感等不良反应，应及时通知医生，并停止治疗。

（5）施术后可能出现的异常情况 & 处理措施

热盐治疗时出现局部皮肤潮红、轻微红肿、烧灼感、色素沉着等情况，均为药物的正常刺激作用，不需要特殊处理。但应防止局部干燥，避免搓抓局部，也不要使用洗浴用品及涂抹其他止痒药品，防止对局部皮肤进一步刺激。若出现以下异常情况，应及时进行处理：

①盐疗后，局部出现热、凉、麻、痒、烧灼感或针刺样剧痛等过敏反应，难以忍受时，可及时终止治疗；

②皮肤过敏可外涂抗过敏药膏，若出现范围较大、程度较重的皮肤红斑、水泡、瘙痒现象，应立即停药，进行对症处理，出现全身性皮肤过敏症状者，应及时请皮肤科协助诊治；

③皮肤出现小水泡，可涂以甲紫溶液，任其自然吸收。水泡较大或有脓液时进行换药治疗。

6. 哈克塔勒格（火疗）疗法

哈医哈克塔勒格布拉吾治疗是将风湿酊剂均匀外涂于患处，并做约 5min 斯依帕勒格手法促进药物吸收，然后将保鲜膜均匀地缠绕在患者治疗部位，将干毛巾盖于患者治疗部位，再将放入温水中的毛巾拧到半干状态，敷在治疗部位上，根据病情敷 2 层~3 层，对治疗部位从上到下、从左到右均匀地喷洒 95%酒精，之后进行点火，点火几秒钟后患者感觉到热且不能耐受就进行扑灭，反复进行 5 次点火及扑灭。扑火后将棉被盖到患者身上，待

患者自觉温热感消失后取下被子、毛巾及保鲜膜，擦干患者身上的汗液。在患者治疗部位均匀地擦上羊尾巴油复合制剂。此法借助药性及温度的温热作用来加强血运、发汗解热、祛风除湿、活血止痛，达到治疗效果，疗程为 7 天~14 天。

（七）非药物治疗

根据病情需要，选择性地使用干涉疼痛治疗、哈药风湿酞导入治疗、深部热疗治疗、骨质疏松治疗仪治疗、推拿、足疗、针灸、拔罐等疗法，每日一次，10 天一个疗程。妇女经期、合并心脑血管病者慎用。

八、健康管理

（一）情志调护

本疾病有突发突止的特点，发作时影响生活，许多患者因长期被疾病困扰而影响工作及生活，因此应做好患者的情志调护，使患者积极配合治疗，可以起到事半功倍的效果，医务人员应与患者多进行面对面的沟通，给患者耐心的开导，热心的抚慰与鼓励，帮助患者正确认识自己的病情，了解治疗的过程与方法，使患者建立战胜疾病的信心。

（二）生活调护

避风寒，平时应注意保持环境的干燥清洁，温度适宜。叮嘱患者在日常生活中坚持关节功能锻炼，但在发作期，因局部组织水肿，应避免锻炼，并进行冷敷治疗。注意煎药、服药的方法和时间，注意对服药后疗效及不良反应的观察。使用外用药时，注

意皮肤过敏情况，熏洗时勿烫伤，抹药时勿用力过度，以免损伤皮肤。

（三）饮食调护

因本病发作期多表现为突发受累关节及周围组织、筋脉等肿胀、疼痛，甚者局部热、红，所以饮食方面应避免饮酒、食辛辣食物，防止化热，诱发本病。“气有余便是火”，因此还应避免使用人参、鹿茸等补气温阳之药，防止内生热邪，诱发疾病。