

DOI: 10.12209/CAIM202412230004

· 中西医结合临床案例 ·

中药热敷疗法联合冲击波治疗 1 例 青年哺乳期患者桡骨茎突狭窄性腱鞘炎的护理报告

李 晴, 王若飞, 刘 洁, 张 薇, 张 聘

(北京中医药大学东方医院 骨科, 北京, 100078)

摘要: 本文总结中药热敷疗法联合冲击波治疗 1 例青年哺乳期患者桡骨茎突狭窄性腱鞘炎的护理经验。通过分析护理要点,明确干预方案,开展中医特色外治方法结合物理疗法,缓解患者腕桡侧疼痛、乏力及功能障碍症状。此外,针对患者实际情况予护理干预,配合生活护理、用药指导、饮食指导及情志指导等护理措施,缓解患者痛苦,恢复功能状态,疗效显著,可为临床提供借鉴。

关键词: 中药热敷; 冲击波治疗; 哺乳期; 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎; 疼痛

Nursing Report on the Combined Application of Traditional Chinese Medicine Hot Compress Therapy and Shockwave Therapy in a Young Lactating Patient with Stenosing Tenosynovitis of the Radial Styloid Process

LI Qing, WANG Ruofei, LIU Jie, ZHANG Wei, ZHANG Pin

(Department of Orthopedics, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of combining traditional Chinese medicine hot compress therapy with shockwave therapy in a young lactating patient diagnosed with stenosing tenosynovitis of the radial styloid process. By analyzing key nursing considerations and clarifying intervention protocols, a treatment approach integrating TCM-specific external therapies and physical modalities was implemented to alleviate the patient's wrist radial-sided pain, weakness, and functional impairment. Tailored nursing interventions, including lifestyle care, medication guidance, dietary counseling, and emotional support, were provided based on the patient's specific circumstances. These measures effectively reduced symptoms, restored functional status, and achieved significant efficacy, offering valuable insights for clinical practice in managing similar cases through integrative care strategies.

KEY WORDS: Traditional Chinese Medicine hot compress therapy; shockwave therapy; lactation; stenosing tenosynovitis of the radial styloid process; pain

桡骨茎部狭窄性腱鞘炎主要是因为反复手腕摩擦、经常频繁活动所引起的无菌性慢性炎症改变,主要表现为腕关节桡侧疼痛、乏力、局部肿胀,活动受限,严重时可触及硬结节,握拇尺偏试验阳性,是骨外科临床医学常见疾病之一^[1]。腱鞘炎属于中医“筋伤”范畴^[2],因气血亏虚,血不荣筋,筋不荣则疼痛由之而生,《素问·五脏生成篇》云“掌受血而能握,指受血而能握”,可见筋脉的正常功能全靠血的濡养。然而由于分娩的产伤和出血

致使冲任损伤,亡血伤津,加之哺乳需要,再耗气血,脏腑气血功能亏虚,局部气血瘀滞,经络不通,伤肉伤筋,易发生桡骨茎突部狭窄性腱鞘炎。治疗狭窄性腱鞘炎方法包括小针刀、推拿、温针及内服止痛药等^[3],由于哺乳期妇女的特殊性,一般慎用内服药物,选择不影响哺乳的治疗方式。本文回顾中药热敷疗法联合冲击波治疗 1 例青年哺乳期患者桡骨茎突狭窄性腱鞘炎的治疗效果,现将案例报告如下。

收稿日期:2024-12-23

OPEN ACCESS

<https://case.jcme.net.cn>

1 临床资料

1.1 一般资料

患者女性,36岁,患者主诉右腕桡侧疼痛,有乏力感,桡骨突部有明显压痛,可触及结节状隆起,腕部及拇指活动时摩擦感,疼痛加剧,疼痛可放射至右前臂及拇指,使其活动功能受限。既往剖腹产3月余,心理状况良好;否认食物、药物过敏史。

1.2 查体

患者体温(T)36℃,脉搏(P)70次/min,呼吸(R)18次/min,血压(BP)124/72 mm Hg。握拇尺偏实验(+),X线检查无异常。患者神志清楚,语言清晰,舌淡红,苔薄白,脉细弱;饮食可,二便调,夜寐不安。

1.3 诊断

中医诊断:筋伤,气血亏虚证;西医诊断:狭窄性腱鞘炎(右)。

1.4 治疗

予患者中药热敷疗法和冲击波治疗,中药热敷疗法,30 min/次,2次/d,共治疗2周;予患者放射式冲击波治疗仪进行冲击波治疗,5 d治疗1次,共治疗3次。

2 护理

2.1 护理评估

采用数字评定量表(Numerical Rating Scale, NRS)评估患者的疼痛程度^[4],0分表示无痛,10分表示剧痛。1~3表示轻度疼痛,4~6表示中度疼痛,7~9表示重度疼痛,10表示难以忍受的疼痛,评分越高,疼痛程度越重。本例患者入院时NRS评分为6分,属中度疼痛。采用Cooney腕关节评分^[5]分别从患者的疼痛、功能、活动范围、屈曲/伸展活动度评价,优为90~100分,良为80~89分,可为65~79分,差为评分<65分。本例患者入院时Cooney腕关节评分为70分,属于可。匹兹堡睡眠质量指数(Pittsburgh sleep quality index, PSQI)是常用的睡眠质量评估量表,可从时间、质量等方面反映患者是否存在睡眠障碍,总分范围为0~21分,得分越高,表示睡眠质量越差^[6]。本例患者入院时PSQI评分为15分,属睡眠质量很差。

2.2 护理诊断

①急性疼痛与桡骨茎突局部无菌性炎症有

关;②睡眠型态紊乱与疼痛有关。

2.3 护理计划

通过辨证施护,达到缓解患者疼痛、恢复腕关节功能,改善睡眠质量的目的。

2.4 护理措施

2.4.1 中药热敷

予患者中药热敷疗法,中药外洗方剂组成包括熟地黄6 g、白芍6 g、当归6 g、红花6 g、川芎6 g、伸筋草10 g、透骨草10 g、鸡血藤20 g、丝瓜络10 g及桂枝10 g,加水2000 mL,煮沸15 min后倒入盆内,每日晨起及睡前将患肢置于盆上,用毛巾覆盖熏蒸,待药液温度降至38~40℃后,将患肢浸泡到药液里,轻柔活动指关节,治疗时间30 min/次,14 d为一疗程,以防烫伤。

2.4.2 物理治疗

采用放射式冲击波治疗仪进行冲击波治疗,体外冲击波治疗仪在骨科疾病的治疗中应用较多,且效果较佳,有学者研究发现体外冲击波治疗仪的干预可提升局部疼痛部位的痛阈,有效改善疼痛表现。冲击波所产生的压应力、牵张力能对局部产生电效应、空化效应,可使冲击部位处的组织产生电位变化,并发挥其生物效应,从而实现治疗目的。此外,体外冲击波治疗仪能在高能量的冲击波下对骨、肌腱内部发挥生理效应,松解粘连、缓解疼痛,提高治疗效果^[7-8]。协助患者取坐位,在桡骨茎突压痛点周围治疗,探头为15 mm,能量为1~1.5 bar左右,冲击频率为4~8 Hz,先在局部痛点治疗脉冲数1000次,再在临近腕部、拇指背侧、前臂桡侧,大范围治疗脉冲数1000次,能量为1~1.5 bar左右,频率4~8 Hz,5 d治疗1次,共治疗3次。治疗过程中应注意观察患者局部情况,若患者疼痛加重,乏力明显,并伴随肿胀,则需进一步就诊,进行影像学检查,必要时使用护具进行腕关节保护,减少活动。该患者局部疼痛逐渐减轻,未发生肿胀,偶有乏力,患者症状逐步好转,需注意治疗过程中,手腕部注意保暖,避免受寒。

2.4.3 生活起居

嘱患者注意保暖,缓解疲劳,尽量避免手部、腕部受寒,秋冬季节外出戴好手套。洗手,洗衣、洗碗使用温水,从事家务时,避免手指、手腕过度弯曲、后伸,避免长时间抱小孩,反复拧洗衣物等。劳逸结合,常用温水泡手脚,可缓解疲劳、疏通经络。可进行手指、手腕的自我按摩,两手交替按摩

腕关节和手指关节,按摩后可用热毛巾温敷起到活血化瘀的作用。避免腕部过度活动,疼痛加重时将腕关节固定,缓解时做摆腕、伸臂勾掌及蹬掌等锻炼,以恢复功能。

2.4.4 用药指导

外用药物:选用扶他林乳膏外涂,活血风湿膏贴敷,以消炎止痛,疏通经络。内服药物:治疗以调养气血、舒筋活络为主。于哺乳期妇女需要哺育婴儿的特殊性,许多内服药物可能影响到婴儿,内服药物需要根据情况慎重选用,消炎、镇痛类药物治疗虽然有效,不适用于哺乳期妇女。

2.4.5 饮食护理

本病为气血亏虚,血不荣筋,筋失所养,经脉不畅,所以饮食应以调养气血、舒筋活络为原则。指导患者宜补气、补血、滋阴饮食,来达到调理哺乳期体虚的目的。如可在食物和汤里加入适量白术、人参、党参及黄芪,进行补气;阿胶制成的阿胶

糕,炖汤时加入适量当归来补血调血;木耳和黑豆,有一定滋阴的功效。

2.4.6 情志护理

哺乳期妇女气血亏虚,激素水平下降,加之哺乳怀抱婴儿,日夜照顾婴儿、眠差,因此需营造一个安静舒适的家庭环境,家人细心关照帮助,在感情上给产妇以最大的安慰,患者适当进行运动锻炼,转移注意力,适当倾诉。

2.5 护理评价

疗效标准具体如下^[9]:治愈:腕部桡侧肿痛及压痛均消失,腕关节功能恢复,握拇尺偏试验阴性;好转:腕部肿痛较前减轻,活动时仍感轻微疼痛,握拇尺偏试验(±);未愈:症状体征无改善。经过连续 14 d 的中药热敷疗法和冲击波治疗,患者右腕部无明显疼痛及乏力症状,腕部及拇指活动正常,握拇尺偏实验(-),睡眠质量得到提升,患者精神状态良好,对治疗效果满意,详见表 1。

表 1 疗效评估

评估时间	NRS/分	Cooney 腕关节评分/分	PSQI/分	握拇尺偏实验
治疗前	6	70	15	(+)
治疗 5 d	5	80	15	(+)
治疗 10 d	4	85	12	(±)
治疗 15 d	2	100	8	(-)

3 结果和随访

治疗结束 1 月后,予患者电话随访,患者右腕部无明显疼痛,压痛消失,腕部及拇指活动正常。告知患者保持心情舒畅,平衡饮食,劳逸结合,适当做一些手腕的背伸运动锻炼。

4 讨论

桡骨茎突狭窄性腱鞘炎多见于哺乳期妇女,因此俗称为“妈妈手”,因考虑到患者哺乳期的特殊情况,所以治疗手段有所限制。本病例选择中药热敷疗法联合冲击波治疗,中药热敷疗法主要是以中药配方煎煮后,通过熏蒸或热敷的方法使药物渗透局部肌肤、孔穴等,研究表明中药热敷具有消炎止痛的作用,其机制是扩张局部血管、刺激神经和调节身体功能,达到调节疏通、行气活血的功效^[10]。冲击波治疗是利用经过聚集后的冲击波进入人体组织,能量可穿透表浅组织至病灶深部,治疗期间能对局部生成物理刺激,促使机械信号于机体中转化成生物学信号,促进生长因子生成和局部血管再生,缓解局部的炎症反应,加快组织

再生和功能修复^[11-12]。

综上所述,中药热敷疗法联合冲击波治疗是中西医相结合,使其作用最大化,既能行气活血、舒筋散结,又能消炎镇痛。本案例在治疗过程中发挥中医个体化优势,具有简便安全、疗效明显及副作用小等特点,更易为患者所接受^[13],拥有较高的临床推广价值。

患者知情同意:病例报告公开得到患者或家属的知情同意。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 杨威,石继祥,姚文亿,等. 中西医治疗桡骨茎突狭窄性腱鞘炎研究进展[J]. 山西中医药大学学报, 2020, 21(4): 310-313.
YANG W, SHI J X, YAO W Y, et al. Review progress on stenosing tenosynovitis of radial styloid treated with traditional and Western medicine Chinese medicine [J]. J Shanxi Univ Chin Med, 2020, 21(4): 310-313. (in Chinese)
- [2] 王悦,袁秀丽. 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎中医治疗临床进展[J]. 新疆中医药, 2022, 40(1): 87-89.

- WANG Y, YUAN X L. Clinical progress in treatment of stenosing tenosynovitis of radial styloid process with traditional Chinese medicine[J]. Xinjiang J Tradit Chin Med, 2022, 40(1): 87-89. (in Chinese)
- [3] 袁成. 针刺阿是穴结合揠针治疗桡骨茎突狭窄性腱鞘炎的随机对照研究[D]. 北京: 北京中医药大学, 2020.
- [4] ZHOU X, QIU G Q, BAO W A, et al. The prognostic role of nutrition risk score (NRS) in patients with metastatic or recurrent esophageal squamous cell carcinoma (ESCC) [J]. Oncotarget, 2017, 8(44): 77465-77473.
- [5] 程亚博, 杨顺. 腕关节镜下滑膜切除术治疗 I、II 期类风湿性腕关节炎的临床研究[J]. 中医正骨, 2021, 33(2): 30-37, 53.
- CHENG Y B, YANG S. A clinical study of wrist arthroscopic synovectomy for treatment of phase I and II rheumatoid arthritis of wrist [J]. J Tradit Chin Orthop Traumatol, 2021, 33(2): 30-37, 53. (in Chinese)
- [6] 田秋萍, 张立红, 李震中. 脑梗死前睡眠质量与脑梗死后失眠的相关性分析[J]. 中国神经精神疾病杂志, 2019, 45(6): 336-339.
- TIAN Q P, ZHANG L H, LI Z Z. Correlation of pre-stroke sleep quality and post-stroke insomnia [J]. Chin J Nerv Ment Dis, 2019, 45(6): 336-339. (in Chinese)
- [7] 曾寿全, 甘仪清. 小腿三头肌离心训练联合体外冲击波对慢性跟腱止点腱病患者的影响[J]. 中外医学研究, 2024, 22(6): 126-129.
- ZENG S Q, GAN Y Q. Effect of centrifugal training of triceps calf muscle combined with extracorporeal shock wave on patients with chronic Achilles tendon dead center tendinopathy [J]. Chin Foreign Med Res, 2024, 22(6): 126-129. (in Chinese)
- [8] 崔小灿, 孟洋洋, 于琳琳, 等. 体外冲击波疗法联合肌电生物反馈治疗脑卒中后下肢痉挛的临床效果[J]. 临床医学研究与实践, 2022, 7(26): 34-37.
- CUI X C, MENG Y Y, YU L L, et al. Clinical effect of extracorporeal shock wave therapy combined with electromyographic biofeedback in the treatment of lower limb spasticity after stroke [J]. Clin Res Pract, 2022, 7(26): 34-37. (in Chinese)
- [9] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准: ZY/T001.1-001.9-94[M]. 南京: 南京大学出版社, 1994: 196-197.
- [10] 张佐新, 秦煜, 靳义高, 等. 中医外治法治疗膝骨关节炎的研究进展[J]. 大众科技, 2022, 24(6): 129-132.
- ZHANG Z X, QIN Y, JIN Y G, et al. Research progress of external treatment of traditional Chinese medicine in the treatment of knee osteoarthritis [J]. Pop Sci Technol, 2022, 24(6): 129-132. (in Chinese)
- [11] 李言杰, 王学锋, 蔡西国, 等. 体外冲击波联合电针治疗肱二头肌长头腱鞘炎的疗效观察[J]. 中华物理医学与康复杂志, 2020, 42(5): 4.
- LI Y J, WANG X F, CAI X G, et al. Observation on the Therapeutic Effect of Extracorporeal Shock Wave Combined with Electroacupuncture in the Treatment of Long Head of Biceps Tendinitis [J]. Chinese Journal of Physical Medicine and Rehabilitation, 2020, 42(5): 4. (in Chinese)
- [12] 洪其生, 麦振达, 陈辉煌, 等. 肌骨超声介入联合放射式冲击波治疗肱二头肌长头腱鞘炎的效果[J]. 中国临床保健杂志, 2020, 23(3): 369-372.
- HONG Q S, MAI Z D, CHEN H H, et al. The effect of musculoskeletal ultrasound combined with radiative shock wave in the treatment of biceps tenosynovitis [J]. Chin J Clin Healthc, 2020, 23(3): 369-372. (in Chinese)
- [13] 谢汉洪, 陈木升, 陈榕生, 等. 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎联合采用手法牵伸及冲击波治疗效果分析及腕关节功能评价[J]. 中国医药科学, 2020, 10(3): 281-284.
- XIE H H, CHEN M S, CHEN R S, et al. Analysis on curative effects of manual stretching combined with shock wave in treatment of radial styloid stenosis tenosynovitis and evaluation on wrist function [J]. China Med Pharm, 2020, 10(3): 281-284. (in Chinese)

声明: 此案例经过本平台同行评议, 全文开放获取, 采用知识共享(CC 4.0 BY-NC-ND)许可协议, 作者可在其他媒体再次发表。