

DOI: 10.12209/CAIM202505060004

· 中西医结合临床案例 ·

经穴推拿联合耳穴贴压治疗 1 例 癌因性失眠患者的护理报告

蒋金华

(北京市健宫医院 呼吸与危重症医学科, 北京, 100054)

摘要: 本文总结经穴推拿联合耳穴贴压治疗 1 例癌因性失眠患者的护理经验。通过实施头部经穴推拿联合耳穴贴压治疗, 结合生活起居护理、饮食护理及情志护理等常规护理方式, 有效缓解患者失眠、抑郁症状, 提高了患者生活质量。

关键词: 癌因性失眠; 卵巢癌; 经穴推拿; 耳穴贴压; 中医外治法

Nursing Report on the Treatment of One Patient with Cancer-Related Insomnia by Acupoint Massage Combined with Auricular Point Pressing Therapy

JIANG Jinhua

(Department of Respiratory and Critical Care Medicine, Beijing Jian Gong Hospital, Beijing, 100054)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of treating cancer-related insomnia in one patient through acupoint massage combined with auricular point sticking. By implementing scalp acupoint massage integrated with auricular point therapy, alongside conventional nursing approaches including daily living care, dietary guidance, and emotional support, the patient's symptoms of insomnia and depression were effectively alleviated, leading to improved quality of life.

KEY WORDS: cancer-related insomnia; ovarian cancer; acupoint massage; auricular point sticking; external therapies of TCM

癌因性失眠(Cancer-Related Insomnia, CRI)是患者癌症发病或治疗过程中出现的入睡困难、连续睡眠时间短等睡眠障碍问题^[1]。癌因性失眠可发生于癌症的任何阶段, 发病率在癌症患者中可达 93.5%^[2]。CRI 属于中医学“不寐”范畴, 是因气血亏虚引起脏腑功能失调。心脾两虚型失眠在 CRI 中发生比例最高^[3]。临床常通过镇静催眠类药物治疗 CRI 患者, 虽然能够缓解失眠症状, 但会引起药物依赖性, 长期使用效果不理想^[4]。因此, 依从性更高、绿色自然的中医治疗方法越来越受到 CRI 患者的青睐。本文总结经穴推拿联合耳穴贴压治疗 1 例癌因性失眠患者的护理病例, 现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者女, 69 岁, 主因“卵巢癌术后 7 年余”于

2025 年 3 月 31 日收入我科。既往卵巢恶性肿瘤病史, 于 2018 年 3 月行“腹式全子宫切除术+阑尾切除术+盆腔粘连松解术”术后恢复良好, 术后曾行多次化疗; 抑郁症病史 5 余年, 未规律服药; 3 月 21 日, 患者于我科行腹腔灌注化疗+靶向治疗, 化疗后出现骨髓抑制, 给予对症处理后好转出院。刻下症见: 夜间入睡困难, 眠浅多梦, 口服艾司唑仑片, 1 片/晚, 但效果欠佳。

1.2 查体

患者体温(T) 36.1℃, 脉搏(P) 84 次/min, 呼吸(R) 20 次/min, 血压(BP) 100/56 mm Hg; 周身浅表淋巴结未触及肿大, 胸廓对称, 双肺呼吸音正常, 腹部平软, 可见术后瘢痕, 愈合良好。辅助检查: 全血细胞分析+CRP 示白细胞计数 $2.33 \times 10^9/L$, 淋巴细胞绝对值 $0.88 \times 10^9/L$; (2025 年 03 月 08 日我院) 上、下腹+盆腔联合扫描增强示卵巢癌术后复查, 盆腔肿块影, 与 2024 年 12 月 10 日腹部

收稿日期: 2025-05-06

OPEN ACCESS

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

CT 比较,考虑复发可能性大,较前增大,腹腔、腹膜后及盆腔多发淋巴结转移,较前增多,部分较前增大。中医四诊:望诊:神疲,面色淡白,体型适中,舌淡苔白;闻诊:语声低微,懒言;问:心悸,纳差,失眠,入睡困难(2 h 内不能入睡),眠浅多梦,易醒(4~5 次/晚),醒后难以入睡,小便正常,大便溏稀;切:脉细弱。

1.3 诊断

中医诊断:不寐(心脾两虚);西医诊断:失眠。辨证依据:辨虚实:患者神疲懒言,体质虚弱、语声低微,身体喜按,舌淡苔白,脉细弱属虚症表现。辨病位:化疗药毒损及脾胃,造成脾失健运,化源不足,无法传送水谷精微到心脏,血虚而心失所养,心主神,心神不安、神无归所,故出现失眠不寐、夜间易惊醒的表现。病位在心与脾,经辨证患者属心脾两虚型。

1.4 治疗

入院后予患者耳穴贴压治疗,3 次/周,联合头部经穴推拿技术治疗,1 次/d。经治疗,患者睡眠情况有改善,于 4 月 7 日出院,匹兹堡睡眠质量指数表(PSQI)由入院时 19 分降至 10 分。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 睡眠质量评估

匹兹堡睡眠质量指数表(PSQI)由睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠效率、睡眠障碍、催眠药物、日间功能障碍 7 个成分组成^[5],0~5 分为睡眠质量很好,6~10 分为睡眠质量还行,11~15 分为睡眠质量一般,16~21 分为睡眠质量很差。此患者总分为 19 分,睡眠质量很差。

2.1.2 抑郁评估

汉密顿抑郁量表(Hamilton Depression Scale, HAMD)由 Hamilton 于 1960 年编制^[6],是临床上评定抑郁状态时应用得最为普遍的量表。汉密顿抑郁量表(HAMD)共有 17 项评定内容,具体包括自知力、疑病、性症状、胃肠道症状等,总分低于 8 分为正常,8~20 分为可能存在抑郁症,21~35 分为肯定存在抑郁症,超过 35 分属严重抑郁症。本例患者评分为 28 分,肯定有抑郁。

2.2 护理诊断

睡眠型态紊乱与患者心脾两虚有关;抑郁与脾气虚弱,运化失职,气血生化不足有关。

2.3 护理计划

结合本例患者实际,计划借助中医经穴推拿、耳穴压丸等外治技术,配合情志护理等措施,使患者睡眠时间延长,睡眠质量提高、抑郁情绪得到改善。

2.4 护理措施

2.4.1 生活起居护理

病室环境宜安静,避免噪声和强光的刺激,睡前拉窗帘,创造良好的睡眠环境,并指导病人生活要有规律,建立良好的作息时间,按时就寝。心脾两虚者,应注意劳逸适度,避免思虑过度,鼓励其适当活动,跟练八段锦,调节全身气血。

2.4.2 饮食护理

指导患者选择补养心脾、益气补血的食物,如莲子、山药、红枣及瘦肉等。晚餐不宜过饱,睡前避免摄入浓茶等令人兴奋的食物。

2.4.3 情志护理

嘱患者放松心情,避免思虑过度多,聆听患者诉求,多与患者沟通,消除不安情绪。向患者主动讲解疾病相关知识,使患者了解病因及转归,提高治疗依从性。

2.4.4 中医特色护理

2.4.4.1 耳穴贴压

耳穴贴压是应用王不留行籽贴于耳廓相应穴位上通过按压刺激,疏通经络,使气血运行通畅,从而达到治疗疾病的目的,具体操作如下。协助患者取舒适体位,充分暴露耳部皮肤,用探针按压耳穴敏感点,询问患者有无热、麻、胀、痛的感觉,中医叫做“得气”,主穴取穴心、脾、胃、神门、交感、内分泌及皮质下。用 75% 酒精自上而下,由内向外消毒耳部皮肤,用镊子或者止血钳夹住耳贴,贴于选好的耳穴上,采用食指和拇指对压穴位,使之有“得气”感觉。每次选择一侧耳穴,双侧耳穴轮流使用,每日按摩穴位处 3~5 次,每次每穴 1~2 min,夏季留置 1~3 d,冬季留置 3~7 d,3 次/周,1 周为一疗程。

2.4.4.2 经穴推拿

经穴推拿治疗主要是通过对人体穴位进行刺激,促进机体的血液循环,令机体应激能力提高,从而缓解患者的焦虑、抑郁情绪,达到改善睡眠的目的。患者呈仰卧位,两手放于身体两侧,身体自然放松,操作步骤具体如下。①开天门:操作者坐于患者头侧,两手拇指蘸取精油,用双侧拇指交替自印堂穴到上星平推,力度、速度适中,3 min/次;

②推坎宫:双手拇指及大鱼际自印堂沿眉梢推至太阳穴,3 min/次;③抹眉:双手拇指自攒竹推至丝竹空,2 min/次;④揉太阳穴:双手拇指以蝴蝶飞手法按揉太阳穴,顺、逆时针各10次;⑤揉百会:拇指按揉百会穴位,2 min/次;⑥揉风池:双手食指、中指按双侧风池穴5~10次,2 min/次;⑦按双侧肩井穴:用拇指按双侧肩井穴,2 min/次。经穴推拿治疗1次/d,7 d为一疗程。

2.4.4.3 五音疗法

给予《中国传统五行音乐》中徵调、宫调式乐曲存储于患者手机中,于每晚睡前播放20 min,根据心脾两虚型特点,选取《百鸟朝凤》及《秋湖月夜》,帮助改善患者睡眠质量^[7]。

3 结果与随访

根据患者失眠症状予耳穴贴压联合头部经穴推拿治疗,经过1周治疗,患者睡眠情况趋于好转,PSQI评分由19分降至10分,由长期入睡困难变为半小时内可入睡,睡眠时间可达到7 h/晚;患者抑郁情绪有所改善,HAMD评分由28分降至15分。患者于4月7日顺利出院,于4月11日对患者进行电话随访,患者诉每晚睡眠时间可达5~6 h。

4 讨论

失眠属中医“不寐”“目不瞑”“不得眠”及“不得卧”等范畴,其病位在心,但与肝、胆、脾、胃、肾关系密切^[8]。《灵枢·平人绝谷》云:“血脉利和,精神乃居”,心血充盈才能保证心神安定,脾胃为水液代谢的重要枢纽,药物毒性损害脾胃以致水液运化失司,水液停聚而生痰饮,痰饮停于心下,上扰心神,故出现惊悸不寐^[9]。心脾两虚型失眠是恶性肿瘤患者化疗后较为常见的并发症之一。心脾两虚型失眠的主要原因是心脏和脾脏的功能失调,导致心血不足,无法进入睡眠状态^[10]。本例患者长期失眠状态,口服苯二氮类药物艾司唑仑显然已达不到催眠作用,中医外治法具有独特的理论体系及显著的治疗效果。耳为“宗脉之所聚”十二经脉皆通与耳,通过耳穴贴压可以调节脏腑功能。耳穴贴压选择的穴位有心、脾、胃、神门、交感、内分泌、皮质下。交感具有舒筋活络、宁心安神的功效;内分泌具有镇静安神的功效;皮质下具有益心安神、补髓益脑、止痛安神的功效;神门具有清热利窍、清心、安神定志的功效^[11]。脾胃为气血生化之源,脾主统血,脾气虚,则生血不足,又或

统摄无权,血溢于脉外,则心血亏虚。心主全身之血脉,血虚则气弱。心血不足,无以化气,则脾气亦虚。二者相互作用,于人体表现出心脾两虚之症^[12]。

“头为诸阳之会”,头面部穴位比较密集,采用头部循经推拿之法刺激头部经络、穴位可促进头部的血液循环,从而达到镇静安神作用^[13]。治疗取穴印堂(主治失眠)、上星(安神、治疗神经衰弱)、攒竹(明目利窍)、丝竹空,太阳(主治头痛)、百会(益气升阳、凝心安神)、风池(醒脑安神)及肩井(舒筋活络、理气散结)。经穴推拿联合耳穴贴压治疗以中医经穴疗法为核心,注重调节身体整体功能来改善睡眠症状两项操作相对安全,副作用小,人群普遍适用,减少了镇静安眠药物使用,规避镇静药物的副作用,减轻身体代谢负担。从长期及安全性角度分析,经穴推拿联合耳穴贴压治疗优于使用镇静安眠类药物改善睡眠症状。本案例疗效确切,患者失眠、心理状态均有改善,但本案例干预时间较短,仅为个案分析,存在一定的局限性和不足之处,后续还需要增加样本量,进一步研究探索。

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] 丁琪,孙慕斌,金晓华,等.减瘤性前列腺癌根治术联合内分泌治疗在寡转移前列腺癌患者中的疗效及预后观察[J].实用医学杂志,2023,39(4):460-464.
DING Q, SUN M B, JIN X H, et al. Efficacy and prognosis of cytoreductive radical prostatectomy combined with androgen deprivation therapy for oligometastatic prostate cancer [J]. J Pract Med, 2023, 39(4): 460-464. (in Chinese)
- [2] 刘约瑟,张娟,赵培娜,等.基于“心主神志”理论探讨癌因性失眠治疗思路[J].中医药导报,2023,29(10):200-204.
LIU Y S, ZHANG J, ZHAO P N, et al. Discussion on the treatment of cancer-related insomnia based on the theory of “heart control mind” [J]. Guid J Tradit Chin Med Pharm, 2023, 29(10): 200-204. (in Chinese)
- [3] 陈黎莉,何叶,任剑,等.中药归脾汤加减干预心脾两虚型癌因性失眠的临床疗效研究[J].实用癌

- 症杂志, 2022, 37(10): 1733–1736.
- CHEN L L, HE Y, REN J, et al. Clinical effect of Guipi decoction on insomnia caused by cancer with deficiency of heart and spleen [J]. Pract J Cancer, 2022, 37(10): 1733–1736. (in Chinese)
- [4] 张勇. 电子针疗仪耳穴电刺激治疗前列腺癌伴癌因性失眠患者的临床效果[J]. 医疗装备, 2025, 38(2): 92–94, 98.
- ZHANG Y. Clinical effect of electroacupuncture at auricular points on prostate cancer patients with cancer-related insomnia[J]. Med Equip, 2025, 38(2): 92–94, 98. (in Chinese)
- [5] 马静, 宋丽萍. “睡眠质量改善包”在改善潜艇官兵睡眠质量中的应用效果研究[J]. 护理管理杂志, 2023, 23(3): 225–228.
- MA J, SONG L P. The effect of “Sleep Quality Improvement Kit” in promoting the sleep quality of submarine officers and soldiers[J]. J Nurs Adm, 2023, 23(3): 225–228. (in Chinese)
- [6] 张明园. 精神科评定量表手册[M]. 2版. 长沙: 湖南科学技术出版社, 1998.
- [7] 俞欢欢. 五音疗法联合耳穴贴压治疗心脾两虚型失眠患者临床研究[J]. 内蒙古中医药, 2025, 44(3): 110–112.
- YU H H. Clinical study on five-tone therapy combined with auricular point sticking therapy for insomnia patients with deficiency of both heart and spleen [J]. Inn Mong J Tradit Chin Med, 2025, 44(3): 110–112. (in Chinese)
- [8] 杨晓丽, 杨艳丽. 耳穴压豆在失眠治疗中的研究进展[J]. 临床医药实践, 2024, 33(8): 603–606.
- YANG X L, YANG Y L. Research progress of auricular point pressing beans in the treatment of insomnia[J]. Proceeding Clin Med, 2024, 33(8): 603–606. (in Chinese)
- [9] 鲍钰东, 万宇翔, 杨鸣, 等. 黄金昶教授应用安魂汤治疗乳腺癌化疗后失眠经验[J]. 中国临床医生杂志, 2023, 51(9): 1132–1134.
- BAO Y D, WAN Y X, YANG M, et al. Professor Huang Jinchang’s experience in treating insomnia after chemotherapy for breast cancer with anhun decoction[J]. Chin J Clin, 2023, 51(9): 1132–1134. (in Chinese)
- [10] 侯杰军, 路亚娥, 吕予, 等. 中医药治疗失眠临床研究进展[J]. 陕西中医, 2019, 40(2): 270–272.
- HOU J J, LU Y E, (LÜ/LV/LU/LYU) Y, et al. Clinical research progress of insomnia treated by traditional Chinese medicine[J]. Shaanxi J Tradit Chin Med, 2019, 40(2): 270–272. (in Chinese)
- [11] 鄢天涯, 朱墨豪, 韩文华, 等. 吴清明运用调枢安神法针刺治疗失眠症的经验[J]. 中医药导报, 2023, 29(10): 197–199, 207.
- YAN T Y, ZHU M H, HAN W H, et al. Wu Qing-ming’s experience in treating insomnia by acupuncture with the method of adjusting pivot and calming nerves[J]. Guid J Tradit Chin Med Pharm, 2023, 29(10): 197–199, 207. (in Chinese)
- [12] 赵孝宇, 王恩龙. 不同针刺方式对心脾两虚型失眠患者的临床研究进展[J]. 云南中医中药杂志, 2021, 42(5): 83–87.
- ZHAO X Y, WANG E L. Clinical research progress of different acupuncture methods on insomnia patients with deficiency of both heart and spleen [J]. Yunnan J Tradit Chin Med Mater Med, 2021, 42(5): 83–87. (in Chinese)
- [13] 庄静, 罗佩蓉, 李颖芳, 等. 头部循经推拿联合热敏灸膻穴治疗失眠的临床效果[J]. 实用中西医结合临床, 2024, 24(3): 18–21.
- ZHUANG J, LUO P R, LI Y F, et al. Clinical effect of head massage along meridian combined with heat-sensitive moxibustion at acupoints on insomnia [J]. Pract Clin J Integr Tradit Chin West Med, 2024, 24(3): 18–21. (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。