

DOI: 10.12209/CAIM202504040001

· 中西医结合临床案例 ·

中药膏摩联合砭石温灸罐 治疗 1 例颈椎病的护理报告

刘婷婷

(北京市昌平区中西医结合医院 骨三科, 北京, 102208)

摘要: 本文总结中药膏摩联合砭石温灸罐治疗 1 例颈椎病的护理经验。通过采用中药膏摩配合砭石温灸罐的中医技术,达到温经通络、活血化瘀及改善局部循环的作用,同时予患者情志护理、饮食指导及康复指导等整体护理,促进患者康复,提高患者舒适度。

关键词: 中药膏摩; 砭石温灸罐; 颈椎病; 护理

Nursing Report on the Treatment of a Cervical Spondylosis Case with Chinese Herbal Ointment Massage Combined with Bian Stone Warm Moxibustion Cupping Therapy

LIU Tingting

(Department of Orthopedics III, Beijing Changping District Hospital of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine, Beijing, 102208)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience in treating a case of cervical spondylosis with Chinese herbal ointment massage combined with Bian stone warm moxibustion cupping. By employing these traditional Chinese medicine techniques, it achieves the effects of warming the meridians, promoting blood circulation, resolving blood stasis, and improving local microcirculation. Concurrently, holistic nursing care, encompassing emotional support, dietary counseling, and rehabilitation guidance, is provided to facilitate patient recovery and enhance comfort.

KEY WORDS: Chinese herbal ointment massage; Bian stone warm moxibustion cupping; cervical spondylosis; nursing

颈椎病是一种常见的疾病,对患者的生活质量造成严重的影响,在世界卫生组织公布的全球十大顽症中,颈椎病高居第 2 位^[1],其发病率高,且治疗后复发率亦较高,严重影响患者的生活质量、降低工作效率并带来沉重的经济负担^[2]。颈椎病在中医中归为痹症的范畴,常见的病因是由于患者长期坐立低头,导致颈部局部经络不通,或者是颈部存在受凉则会导致颈部经络受邪气侵袭从而气滞血瘀,血运不畅^[3]。现代中医将其分为风寒湿型、血瘀气滞型、痰湿阻络型、肝肾不足型和气血亏虚型等五种类型^[4],中医辨证施护在护理颈椎病中具有良好的临床效果,能有效改善患者症状,减轻疼痛,提高患者舒适度^[5]。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者女性,67 岁,主诉颈部疼痛伴左肩疼痛 1 年,于 2025 年 3 月 05 日收入我科,患者神清,精神好。

1.2 查体

患者体温(T)36.7℃,脉搏(P)76 次/min,呼吸(R)20 次/min,血压(BP)112/69 mm Hg。

1.3 诊断

中医诊断:颈椎病(血瘀气滞证);西医诊断:颈椎病。结合舌脉,舌质红,苔薄白、脉弦涩,为血瘀气滞之颈椎病。

收稿日期:2025-04-04

OPEN ACCESS

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

1.4 治疗

中医治则以行气活血,通络止痛为主,予患者中药膏摩联合砭石温灸罐中医特色疗法,配合疼痛护理、睡眠障碍护理及情志护理治疗,患者于2025年3月19日10:00康复出院。

2 护理

2.1 护理评估

本例患者入院评估内容及结果,详见表1。

表1 入院评估内容及结果

评估项目	评估结果	备注
疼痛程度(NRS)	6分(中度疼痛)	颈部间断疼痛
生活自理能力(Barthel)	60分(中度功能障碍)	拾物困难
焦虑评分(SAS)	65分(中度焦虑)	影响生活
睡眠障碍(AIS)	7分(失眠)	每天睡眠4 h,夜间入睡困难

2.2 护理诊断

疼痛与颈部血瘀气滞有关;焦虑与病程迁延有关;睡眠障碍与颈肩部疼痛有关。

2.3 护理计划

根据护理评估结果,给予患者制定相关护理计划,帮助患者减轻疼痛,缓解焦虑情绪,改善睡眠质量,提高患者生活质量。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理

2.4.1.1 中药膏摩

膏摩选用本院自制膏剂,其主要成分包括醋乳香15 g、千年健15 g、桂枝15 g、制草乌10 g、红花15 g、伸筋草15 g、川牛膝15 g、威灵仙15 g、续断片20 g、透骨草10 g、川穹20 g、桑寄生10 g、冬瓜皮20 g及茯苓15 g,研成粉末用温水混匀,加入适量的凡士林,调成膏剂,具有活血化瘀,通络止痛的功效。①准备工作:物品准备:中药膏剂、治疗盘、镊子、纱布、毛巾及保鲜膜等;环境准备:保持室温22~25℃,湿度50%~60%,关闭门窗保护患者隐私;人员准备:洗手、戴口罩、戴帽子,向患者解释操作目的;患者准备:协助患者取舒适体位俯卧位,充分暴露患者治疗部位,注意保暖。②确定穴位:取穴大椎、风池、肩井穴。③涂抹中药膏剂:戴一次性手套取适量中药膏剂置于掌心,轻轻揉搓,使药膏温度接近体温,再均匀涂抹待治疗部位,涂抹面积略大于按摩范围,厚度约2~3 mm。④按摩手法:采用推、揉、按、摩等手法,作用于大椎、风池、肩井穴,动作要柔和、均匀、有力、持久,

力度以患者能耐受为宜。⑤按摩时间与频率:每个穴位按摩15~20 min,80次/min,每个穴位间隔5 min,1次/d。

2.4.1.2 砭石温灸仪按摩

使用保鲜膜包裹中药膏剂(醋乳香15 g、千年健15 g、桂枝15 g、制草乌10 g、红花15 g、伸筋草15 g、川牛膝15 g、威灵仙15 g、续断片20 g、透骨草10 g、川穹20 g、桑寄生10 g、冬瓜皮20 g及茯苓15 g,调整成膏剂)放置于患者大椎、风池、肩井穴位上,将砭石温灸罐置于膏摩之上热熨相应穴位,使疼痛部位达到温经通络、散寒止痛,促进血液循环,80次/min,砭石温度控制在40℃,按摩时间为10 min。

2.4.2 疼痛护理

遵医嘱给予耳穴贴压治疗,取穴神门、交感、皮质下、大椎;必要时遵医嘱应用止痛药物。

2.4.3 心理护理

予患者健康宣教,增加患者对疾病的了解,帮助树立信心;让家属参与,指导家属掌握“三不原则”,即不催促康复进度、不否定痛苦感受、不回避病情讨论,建立安全倾诉环境;指导患者使用移情疗法分散注意力,听一些喜欢的音乐,看一些喜欢的书籍。

2.4.4 睡眠障碍护理

疼痛会影响睡眠,同时睡眠障碍也会影响疼痛,睡眠障碍与疼痛之间存在复杂关系,因此改善睡眠也可减轻疼痛。保持病室环境安静,睡觉时关闭门窗,减少光源,调节病室温度和湿度,温度保持在18℃~22℃,湿度40%~60%;睡前避免剧烈运动,喝温牛奶等;遵医嘱应用助眠药物。

2.4.5 健康指导

饮食指导:宜食活血化瘀之品,如山楂、黑木耳等食物,忌辛辣刺激、寒凉油腻之物。康复指导:有研究表明,对颈椎病患者实施疼痛护理可有效降低颈部疼痛^[6]。米字操:两脚稍分开与肩同宽,两手叉腰动作,抬头望天,还原;低头看地,还原;头颈左侧屈,还原;头颈右侧屈,还原;头颈右后转、眼看右上方,还原;头颈左后转、眼看左上方,还原;头颈前伸右侧转、眼看右下方,还原;头颈前伸左侧转、眼看左下方,最后缩颈双肩旋前旋后自揉,类似以头书写“米”字,故而命名“米”字操。动作应缓慢进行,以呼吸1次做1个动作为宜,缓慢完成颈部前屈、后伸及左右侧屈,5次/组。日常生活和工作中保持正确的坐姿和站姿;睡觉

时选择合适的枕头,枕头高度以能保持颈椎生理曲度为宜。

2.5 护理评价

经过2周中药膏摩联合砭石温灸罐治疗及精心护理,患者颈部及左肩部疼痛明显减轻,生活自理能力提高,患者对治疗效果非常满意,详见表2。

表2 疗效评估

评估项目	治疗第1周	治疗第2周	备注
NRS	3分	0分	颈部疼痛消失
Barthel	80分	100分	生活自理
SAS	55分	45分	焦虑消失
AIS	2分	2分	每天睡眠8 h

3 随访

2025年4月1日对患者进行护理随访,患者诉颈部疼痛伴左肩疼痛已消失,生命体征平稳,均在正常范围。目前患者食欲好,睡眠佳,心情悦,颈部及左肩疼痛消失,活动正常无受限,肢体无麻木,予患者健康宣教并告知下次随访时间。

4 讨论

血瘀气滞型颈椎病病机为经络不通,不通则痛^[7],大椎属督脉要穴。《难经·二十八难》中言督脉“起于下极之俞,并于脊里,上至风府,入属于脑”,天柱属足太阳膀胱经,《针灸穴名解》中云:“凡病颈项痛痿,不能支持头脑者,谓天柱骨折,绝症也,刺本穴或能得救”,因此刺激颈椎相应穴位达到通经活血、解痉止痛的效果^[8],以此来治疗血瘀气滞型颈椎病。砭石疗法在我国具有悠久历史,《黄帝内经》中不乏对砭石的记载^[9],近些年,砭石疗法受到临床的重视和青睐,现代医者认为“砭”应是广义的,即一切应用石制工具对人类进行医学保健方法的总称。

本文通过中药膏摩联合砭石温灸罐加速颈椎病的康复,单一的中医技术疾病病程长,治疗效果差,将两项中医适宜技术结合在一起缩短疾病的病程,提高护理效果。中药膏摩是结合中药膏剂的一种治疗方法,通过药物渗透和按摩手法作用,能够直接作用于颈部位,以活血化瘀、消肿止痛、疏经通络,提高临床疗效^[10]。砭石具有特殊的物理特性,能够改善局部血液循环,促进新陈代谢,缓解肌肉痉挛,减轻疼痛。在治疗过程中,全面、细致的护理措施是保证治疗顺利进行和提高治疗

效果的重要环节。通过心理护理,可缓解患者不良情绪,增强其治疗依从性;治疗中的中医护理和病情观察,能够确保患者的安全和治疗效果;治疗后生活指导,有助于患者康复,减少疾病的复发。两种方法结合能够有效的缓解患者不适症状,增加药物渗透效果,使药物长时间均匀释放药效直达病所,缓解患者不适症状。

本案例采用中药膏摩联合砭石温灸罐治疗颈椎病,疗程短、操作简单、经济适用,作为非手术治疗的方法较手术治疗方法风险和副作用低,并提高治疗效果和患者满意度。综上所述,中药膏摩联合砭石温灸罐可有效缓解颈肩疼痛,同时充分发挥中医护理特色优势,使中西医有效的结合在一起,促进中医技术的发展,值得临床推广应用。

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] 叶伟权. 神经根型颈椎病患者并发焦虑、抑郁的流行病学调查及危险因素分析[D]. 南宁: 广西中医药大学, 2022.
- [2] 陈伟健, 陈泽华, 吴佳涛, 等. 新型肌肉定量评估仪评估神经根型颈椎病患者两侧肩颈肌肉的性能失衡[J]. 中国组织工程研究, 2022, 26(3): 430-434.
CHEN W J, CHEN Z H, WU J T, et al. Imbalance of mechanical properties about bilateral shoulder and neck muscle in patients with cervical spondylotic radiculopathy using MyotonPRO [J]. Chin J Tissue Eng Res, 2022, 26(3): 430-434. (in Chinese)
- [3] 田照, 曾平, 刘金富, 等. 黄瑾明治疗项痹相关疾病经验[J]. 中国中医基础医学杂志, 2023, 29(7): 1176-1178, 1181.
TIAN Z, ZENG P, LIU J F, et al. Huang jinming's experience in treating neck arthralgia-related diseases [J]. J Basic Chin Med, 2023, 29(7): 1176-1178, 1181. (in Chinese)
- [4] 赵国桢, 宗星煜, 赵学尧, 等. 《中医病证诊断与疗效评价规范制修订通则》解读[J]. 中国中医基础医学杂志, 2024, 30(8): 1294-1297.
ZHAO G Z, ZONG X Y, ZHAO X Y, et al. Interpretation of “general rules for the revision of criteria for diagnosis and evaluation of disease and syndrome in traditional Chinese medicine” [J]. J Basic Chin Med, 2024, 30(8): 1294-1297. (in Chinese)

- [5] 曾璐. 中医辨证施护在颈椎病护理中的临床效果观察[J]. 医药前沿, 2021(2): 116–117.
ZENG L. Observation on the clinical effect of TCM syndrome differentiation nursing in cervical spondylosis nursing[J]. J Front Med, 2021(2): 116–117. (in Chinese)
- [6] 苏敏, 翟永吉, 董明慧. 密集型银质针联合颈部米字操治疗大学生颈型颈椎病临床观察[J]. 光明中医, 2025, 40(7): 1261–1264.
SU M, ZHAI Y J, DONG M H. Intensive silver needle therapy combined with neck “mi”-shaped exercise in the treatment of cervical spondylosis in college students[J]. Guangming J Chin Med, 2025, 40(7): 1261–1264. (in Chinese)
- [7] 赵煜, 胡宇晴, 张浩, 等. 从“瘀去-新生-髓长”探讨脊髓型颈椎病的疼痛机制及治疗思路[J]. 中华中医药杂志, 2025, 40(2): 534–537.
ZHAO Y, HU Y Q, ZHANG H, et al. Exploration on the pain mechanism and treatment idea of cervical spondylotic myelopathy from ‘removing stasis, regenerating and lengthening marrow’[J]. China J Tradit Chin Med Pharm, 2025, 40(2): 534–537. (in Chinese)
- [8] 曹力明. 大椎穴的临床应用进展[J]. 河南中医, 2019, 39(7): 1113–1117.
CAO L M. Progress in clinical application of dazhui point[J]. Henan Tradit Chin Med, 2019, 39(7): 1113–1117. (in Chinese)
- [9] 姚春鹏. 黄帝内经[M]. 北京: 中华书局, 2010.
- [10] 黎信才, 潘晓明, 王维明, 等. 中药膏外敷对神经根型颈椎病疗效观察[J]. 中医药临床杂志, 2020, 32(5): 963–966.
LI X C, PAN X M, WANG W M, et al. Effect of external application of Chinese herbal ointment massage on cervical spondylotic radiculopathy[J]. Clin J Tradit Chin Med, 2020, 32(5): 963–966. (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。