

DOI: 10.12209/CAIM202505210001

· 中西医结合临床案例 ·

1例火龙罐综合灸疗法联合盐袋热敷 治疗棘上韧带炎患者的护理报告

张 慧

(天津中医药大学第一附属医院 国家医学中心 国家中医针灸临床医学研究中心 风湿科, 天津, 300381)

摘要: 本文总结1例棘上韧带炎患者应用火龙罐综合灸疗法联合盐袋热敷进行治疗的护理体会。在患者治疗过程中,运用中医辨证思维,通过中医四诊合参进行护理评估,提出辨病辨证,应用火龙罐综合灸疗法联合盐袋热敷进行治疗,同时在生活起居、饮食及情志方面予以辨证施护,有效缓解患者疼痛症状,临床效果满意。

关键词: 火龙罐综合灸; 盐袋热敷; 棘上韧带炎; 护理体会

Nursing Report on Fire Dragon Cupping with Integrated Moxibustion Combined with Salt-Sack Thermotherapy for a Patient with Supraspinous Ligamentitis

ZHANG Hui

(Department of Rheumatology, Tianjin University of Traditional Chinese Medicine First Affiliated Hospital, National Medical Center, National Clinical Research Center for Traditional Chinese Medicine Acupuncture, Tianjin, 300381)

ABSTRACT: This report summarizes the nursing experience in treating a patient with supraspinous ligamentitis using Fire Dragon Cupping with Integrated Moxibustion combined with Salt-Sack Thermotherapy. Throughout the treatment process, TCM syndrome differentiation thinking was applied. Nursing assessment was conducted through the four diagnostic methods of TCM, leading to disease and syndrome differentiation. The combined therapy of Fire Dragon Cupping with Integrated Moxibustion and Salt-Sack Thermotherapy was implemented, supplemented by syndrome-based nursing interventions in daily living routines, dietary management, and emotional regulation. This comprehensive approach effectively alleviated the patient's pain symptoms, yielding clinically favorable outcomes.

KEY WORDS: Fire Dragon Cupping with Integrated Moxibustion; Salt-Sack Thermotherapy; supraspinous ligamentitis; nursing experience

棘上韧带炎是一种软组织疾病,临床上较为常见,其主要临床症状以疼痛和活动受限为主。病变多发生在胸腰部棘突处,查体时相应棘突处可触及明显条索状或钝厚感改变,并且有明显的压痛。目前认为慢性劳损所导致的局部无菌性炎症是本病主要病因^[1]。棘上韧带炎的主要发病人群为运动员、体力劳动者和长时间伏案工作者。因患者临床表现主要为胸背/腰部存在散在性酸痛、沉重感、僵硬或者局限性刺痛,故在中医中可以归属为“筋伤”“痹证”范畴,由于风、寒、湿、热等邪气闭阻经络,影响气血运行,导致肢体筋骨、关节、肌肉等处发生疼痛、重着、酸楚、麻木^[2]。不仅

影响患者身体健康,还会降低患者生活质量,给患者带来极大痛苦。棘上韧带炎症状易与颈腰椎疾病相混淆,但目前临床上所采用的单纯理疗方法和药物疗法并不能取得令人满意的效果。我院门诊于2024年5月接诊1例胸背部棘上韧带炎患者,通过辨证应用中医特色护理技术,患者胸背部疼痛缓解,失眠及焦虑症状改善,效果良好,现将护理体会总结如下。

1 病例简介

1.1 一般资料

患者女,45岁,主因“胸背部疼痛伴僵硬5d,

收稿日期:2025-05-21

OPEN ACCESS

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

加重 2 d”于 2024 年 5 月 30 日就诊。既往颈椎病史,未系统诊疗,1 周前患者因在空调温度较低室内伏案工作 4 h,后逐渐出现胸背部疼痛,局部肌肉僵硬,脊柱正中痛感明显,低头时间较长时症状加重,活动稍受限,否认其他疾病史及过敏史。

1.2 查体

患者神志清,精神可,颈椎酸痛不适,胸背部疼痛伴局部肌肉紧张僵硬,脊柱正中压痛感明显且位置固定,活动稍受限,低头时间过长症状加重,平卧及坐直后可稍缓解,偶有心慌,时有头晕头痛。患者体温(T)36.4℃,脉搏(P)82 次/min,呼吸(R)19 次/min,血压(BP)114/66 mm Hg。专科查体示胸 3~10 棘突上压痛 2 级。患者自行使用活血止痛膏贴敷患处,但疗效不佳。中医查体:患者神情、精神可,面色少华,乏力倦怠,纳欠佳,寐欠安,入睡较为困难,睡后易早醒,二便正常,舌淡胖、苔白腻,脉弦缓。

1.3 诊断

西医诊断:胸背部棘上韧带炎;中医诊断:痹症,寒湿痹阻证。辨证依据:患者卫气不固,寒邪入侵,阻滞经络,痛势较重,痛有定处,遇寒加重为痛痹,属寒邪盛;面色少华,时有头晕,舌淡胖、苔白腻,脉弦缓,属气血虚证;患者先天禀赋不足,肝肾亏虚,感受外邪后损伤脾胃,出现气血化生不足,阴阳气血失调则不能荣养筋脉,不荣则痛,腠理不密,卫外不固,为寒湿痹阻型痹症,病位在肝、肾、胃^[3]。

1.4 治疗

在中医辨证论治理论指导下,以补益气血,祛寒宣痹通络为治疗原则。应用火龙罐综合灸疗法及盐袋热敷两项中医特色护理技术进行治疗,火龙罐综合灸疗法每周治疗 3 次,共 2 周;盐袋热敷每日治疗 1 次,连续 2 周。经过应用中医特色护理技术治疗及辨证施护 14 d,2024 年 6 月 12 日患者胸背部疼痛症状消失,焦虑、失眠症状缓解,胸背部棘突上压痛由 2 级降为 0 级。

2 护理

2.1 护理评估

患者生命体征正常,面色少华,贫血貌,胸背部疼痛,活动受限;时有头晕、头痛,纳食少,夜寐欠安,二便正常。采用疼痛视觉模拟评分(VAS)量表评估患者疼痛情况,轻微疼痛或不适感,0~3 分;中度疼痛,4~6 分;重度疼痛,7~10 分。该患

者评分为 6 分,属中度疼痛。采用描述与测量疼痛的简化 McGill 量表评估患者胸背部棘突上压痛情况^[4],量表分为:①疼痛分级指数(PRI);②目测类比定级法(VAS);③现有疼痛强度(PPI)。0 级(无痛),0 分;1 级(轻度压痛),1~3 分,2 级(中度压痛),4~6 分,3 级(重度压痛),7~9 分,4 级(极重度压痛/无法忍受的疼痛)。本例患者胸背部棘突上压痛为 2 级,已影响患者日常生活及工作。采用汉密顿焦虑量表(HAMA)评估患者焦虑情况,轻度焦虑,8~14 分;中度焦虑,15~23 分;重度焦虑,评分≥24 分。该患者评分为 22 分,存在中度焦虑。采用匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)评估患者睡眠情况,睡眠质量非常好,0~5 分;睡眠质量一般,6~10 分;睡眠质量较差,11~15 分;睡眠质量非常差,16~21 分。该患者评分为 14 分,睡眠质量非常差。

2.2 护理诊断

慢性疼痛与寒邪痹阻经络,气血运行不畅有关;焦虑与疼痛影响生活质量有关,患者缺乏相关疾病知识;睡眠形态紊乱与素体阳虚,气血亏虚及疼痛影响有关。

2.3 护理计划

结合本例患者症状体征及护理诊断结果,制定护理计划如下:缓解疼痛症状,改善患者生活质量;缓解患者因疼痛而产生的焦虑情绪,通过治疗干预及生活起居护理、饮食指导、情志护理等方式,帮助改善患者睡眠情况,提高患者对该疾病的认识,提升患者对治疗的依从性,增强患者自我护理能力。

2.4 护理措施

2.4.1 火龙罐综合灸

首先做熨法,选取督脉及后背膀胱经为主要经络,操作者戴手套后在患者背部均匀涂抹按摩用精油,使火龙罐罐口与皮肤呈 30°角,使手掌小鱼际紧贴皮肤,沿督脉及膀胱经由上向下运罐,在运罐过程中手掌小鱼际肌顺势在施罐部位进行推揉,以患者局部皮肤红润、温度上升为宜;第二步刮灸联合,重点选取大椎、大杼、至阳、委中、局部阿是穴等为重点穴位,用罐口进行旋刮,以患者感觉酸、胀、麻,局部出现痧痕或瘀斑为宜,然后将罐内艾灸对准穴位进行施灸,通过反复开合罐体以加强灸感,直至患者局部皮肤红润为宜;最后做振法,将罐口平扣在皮肤上,操作人员、患者背部及火龙罐三者同时进行摇摆振动,并再次沿督脉及

膀胱经由上向下走罐 3~5 遍。治疗过程中及时询问患者感受,同时密切观察患者皮肤情况,避免火灼损伤皮肤。每次干预时间为 15~20 min,每周治疗 2~3 次,连续治疗 2 周。

2.4.2 盐袋热敷

因患者为门诊就医,每间隔 2~3 d 至医院行火龙罐治疗,故让患者在家期间用自制盐袋热敷患处,可起到温经散寒作用。教会患者盐袋制作方法,将铁锅干烧至微热,倒入颗粒大小均匀的大青盐或海盐 500~1000 g,翻炒 5~8 min 至烫手(约 40~55℃)^[5],装入布袋中。盐袋外包毛巾隔热使用,待温度适宜时将盐袋放置胸背部热敷,时间 20 min,1 次/d,连续治疗 2 周。

2.4.3 生活起居护理

患者素体阳虚,卫气不固,告知患者居室环境应温暖向阳,注意防寒保暖,每日多晒太阳,以晒背为主以助阳气生发;避免长时间久坐俯卧工作,减少不良姿势;告知患者平日应定时就寝,避免熬夜,睡眠环境安静,卧室光线要柔和,尽量避免睡前长时间翻看手机,影响入睡时间;指导患者进行八段锦功法锻炼,可选择第一式两手托天理三焦及第四式五劳七伤往后瞧,可拉伸三焦经络,促进气血运行,缓解因久坐或疲劳导致的脊柱僵硬,锻炼时应量力而行,循序渐进。

2.4.4 饮食指导

患者面色少华,少气懒言,属气血虚证,予进食补益气血之食品,予小米、山药、燕麦、大枣、山楂、阿胶、龙眼肉、黑芝麻及鸡肉等,食疗方小米山药粥、西洋参瘦肉汤,忌生冷、肥甘厚腻食品。

2.4.5 情志护理

根据中医“五音疗疾”理论^[6],采用五行音乐疗法以改善患者情绪。角调式音乐可疏肝解郁,养阳保肝、补心利脾、使肝气调达;羽调式音乐可滋阴润燥、镇静安神,为患者进行火龙罐综合灸治疗时播放《江南丝竹乐》与《梁祝》等曲目,可使患者身心放松,缓解焦虑。同时在做治疗的过程中多关心和疏导患者,主动与患者交流,引导患者表达自身感受,适当宣泄释放情绪,增进患者对治疗成功的信心。

3 结果和随访

患者坚持火龙罐综合灸及盐袋热敷治疗及护理 2 周后症状好转,胸背部疼痛症状明显改善,焦虑、失眠得到缓解,VAS 评分降至 2 分,胸背部棘

突上压痛降为 0 级,焦虑评分降至 7 分,睡眠质量指数降至 6 分(详见表 1)。对患者开展随访,随访时间为治疗结束后 7 d 及 14 d,随访方式为电话随访,了解患者胸背部疼痛情况及功法锻炼情况。患者自述能够每日坚持八段锦功法练习 1 次,平日伏案工作每 2 h 后进行活动,每日中午外出晒太阳 10 min,经治疗后胸背部未再出现明显疼痛,劳累后轻微不适亦很快缓解,睡眠情况明显改善。

表 1 疗效评估

评估项目	治疗前	治疗 7 d	治疗后
VAS/分	6	4	2
PRI/级	2	1	0
HAMA/分	22	12	7
PSQI/分	14	10	6

4 讨论

棘上韧带炎可归属为“筋伤”“痹证”范畴,《素问·痹论》曰:“风寒湿三气杂至合而为痹也。其风气胜者为行痹,寒气胜者为痛痹,湿气胜者为著痹也”,《济生方·痹》提到“皆因体虚,腠理空疏,受风寒湿气而成痹也”。本例患者素体阳虚,感受寒邪后,寒邪注于肌腠经络,滞留于筋骨,导致气血痹阻,加之劳逸失度,卫外不固,防御机能降低,外邪易侵而出现局部疼痛。

火龙罐综合灸是一种集艾灸、刮痧、推拿等多种治疗于一身的中医特色治疗方法^[7]。结合揉、碾、推、按、点、摇、闪、震、烫、熨十种手法于一体,以独特设计的罐口为刮痧板,以艾柱为火源,在施治部位进行推拿按摩,以达到温经散寒、通经活络、行气活血的治疗目的^[8]。刮痧可开腠理、通气血,化瘀排毒。艾灸可将寒湿之邪引出体外,促进经络通畅,尤其适合治疗寒湿痹阻型棘上韧带炎。同时热力作用对于治疗痛证效果显著,火龙罐综合灸疗法结合了中医阴阳五行学说,走四象、合六气。其罐体是由紫砂加砭石混合烧制而成,属于土;罐身及罐口利用了鎏金鎏银疗法,属于金,达到聚能聚热的作用;艾柱没点燃之前,属木,点燃后形成火;水则来源于人体的痰、湿、寒;因火龙罐在六气中缺“风”,故在火龙罐的操作过程当中,除运用相生相克的推拿手法外,还要手握火龙罐如龙卷风一样进行振动、摇摆及旋转,以驱邪外出,可达到活血化瘀、温通经络、驱寒除湿的作用^[9]。患者胸背部疼痛伴局部肌肉紧张僵硬,遇寒加重,为寒邪注于肌腠经络,固摄失职,清阳不

升,而膀胱经循背下行,若经气不利,则项背、腰、臀部及下肢后侧会出现疼痛,故选取后背膀胱经治疗利于全身经络疏通,缓解疼痛;局部阿是穴即棘上韧带压痛最明显处,可直接刺激病灶,疏通局部气血瘀滞,缓解痉挛和炎症;大椎穴属督脉,总督一身之阳气,有助于体力恢复;大杼穴可使肩颈经脉气血流通;至阳穴善治胸背拘急,强化督脉对脊柱的调控作用,委中穴可引导气血下行,缓解背部筋脉拘急。

中医认为“寒主收引”,寒气入侵会导致气血凝滞、经络阻塞。盐袋热敷的热力配合盐的辛温特性,可驱散寒湿邪气,热量传递到皮肤和深层组织后,使局部血管扩张,促进局部血液循环,通过对肌肉筋膜的强刺激,能够降低肌肉紧张度,减轻局部水肿,缓解痉挛,从而促进胸背部疼痛缓解^[10],具有风险小、简单易操作等优势。两种中医技术联合应用,患者日间在医院接受火龙罐综合灸治疗,回家后继续行盐袋热敷,可以增强温经散寒效果,加强机体气血运行,更能激发人体阳气,巩固疗效。

中医讲究整体观念,《全国护理事业发展规划(2021-2025年)》指出要积极开展辨证施护和中医特色专科护理^[11]。该患者的护理正是在中医辨证论治及辨体施护的基础上,将中医辨证思维贯穿于治疗全过程中,运用火龙罐综合灸疗法联合盐袋热敷,并通过相关症状量表进行护理效果评价,证实所采取的护理措施对本病可产生良好疗效,帮助减轻患者痛苦,日后可继续探索及推广。

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] 郭凯锋,杨文,韩佩洁,等. 单次体外冲击波治疗胸段棘上韧带炎的即刻及短期效果[J]. 按摩与康复医学, 2021, 12(14): 27-29.
GUO K F, YANG W, HAN P J, et al. The immediate and short-term effects of a single extracorporeal shock wave treatment for thoracic supraspinous ligament inflammation [J]. Chin Manip Rehabil Med, 2021, 12(14): 27-29. (in Chinese)
- [2] 周红海,于栋. 中医筋伤学[M]. 北京:中国中医药出版社, 2021: 10-11.
- [3] 邓华萍,陈博,郭朝卿. 针刺治疗腰椎间盘突出症后配合中医骨伤护理临床效果观察[J]. 生命科学仪器, 2023, 21(S01): 37-37.
- [4] 李子勇,邓文斐,蓝丹纯,等. 结合红外热成像评价员针治疗颈肩肌筋膜炎疗效[J]. 湖南中医药大学学报, 2025, 45(2): 288-293.
LI Z Y, DENG W F, LAN D C, et al. Evaluating the efficacy of round-point needle therapy for neck-shoulder myofascitis using infrared thermography [J]. J Hunan Univ Chin Med, 2025, 45(2): 288-293. (in Chinese)
- [5] 王锋,王立平,金钰钧. 矩阵针灸对颈肩肌筋膜炎患者疼痛、焦虑及抑郁评分的影响[J]. 西部中医药, 2024, 37(1): 28-30.
WANG F, WANG L P, JIN Y J. Influence of matrix acupuncture on the scores of pain, anxiety and depression in patients with cervical and shoulder myofascitis [J]. West J Tradit Chin Med, 2024, 37(1): 28-30. (in Chinese)
- [6] 刘雨欣,翁家俊,洪婷,等. 基于《黄帝内经》五音疗疾探析其现代临床应用[J]. 中医临床研究, 2022, 14(3): 145-148.
LIU Y X, WENG J J, HONG T, et al. Effect analysis of Wuxing music treatment of disease on the basis of Huangdi Neijing and its modern clinical application [J]. Clin J Chin Med, 2022, 14(3): 145-148. (in Chinese)
- [7] 高瞻. 中医护理技术的应用及发展现状研究[J]. 中国中医药现代远程教育, 2024, 22(3): 118-121.
GAO Z. Research on the application and development status of traditional Chinese medicine nursing technology in clinical practice [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2024, 22(3): 118-121. (in Chinese)
- [8] 杨闽木,黄冬红,毛强. 火龙罐综合灸对寒湿痹阻型腰腿痛患者的疗效分析[J]. 中国现代医生, 2022, 60(17): 175-177, 224.
YANG M M, HUANG D H, MAO Q. Analysis of the curative effect of fire dragon pot comprehensive moxibustion on patients with low back and leg pain of cold-dampness obstruction [J]. China Mod Dr, 2022, 60(17): 175-177, 224. (in Chinese)
- [9] 于天凤,王淑秀,周瑜,等. 火龙罐综合灸法在

- 一例痰瘀痹阻型痹证患者中的临床应用[J]. 石河子科技, 2024(2): 27-29.
- YU T F, WANG S X, ZHOU Y, et al. Clinical Application of Huolong Can Comprehensive Acupuncture Therapy in a Patient with Bi Syndrome Caused by Phlegm and Blood Stasis Blockage [J]. Shihezi Sci Technol, 2024(2): 27-29. (in Chinese)
- [10] 叶仲森, 蔡立民. 中药盐袋热敷联合背腰部肌肉群力量训练治疗青年非特异性腰背痛[J]. 颈腰痛杂志, 2019, 40(6): 822-824.
- YE Z S, CAI L M. Chinese herbal salt bag heat application combined with back and waist muscle group strength training for the treatment of young people's non-specific low back pain[J]. J Cervicodynia Lumbodysnia, 2019, 40(6): 822-824. (in Chinese)
- [11] 张慧, 张莉斌. 1例平衡火罐联合循经灸技术治疗尪痹患者的护理[J]. 天津护理, 2024, 32(1): 82-84.
- ZHANG H, ZHANG L B. Nursing care for a patient with systemic lupus erythematosus treated with balanced cupping combined with meridian-point moxibustion technique[J]. Tianjin J Nurs, 2024, 32(1): 82-84. (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。