

DOI: 10.12209/CAIM202504140002

· 中西医结合临床案例 ·

穴位按摩联合耳穴压丸治疗1例老年性 白内障视物模糊患者的护理体会

蒋延霞¹, 曲文静¹, 刘婷婷¹, 杜娜²

(1. 北京市昌平区中西医结合医院 骨三、眼科病房, 北京, 102208;

2. 北京市昌平区中西医结合医院 护理部, 北京, 102208)

摘要: 本文总结1例采用穴位按摩联合耳穴压丸治疗老年性白内障视物模糊患者的效果观察及护理经验。基于中医辨证施护理论,采取中医护理技术配合饮食指导、情志调护、生活起居护理及健康知识宣教等常规护理措施,对患者实施整体责任制全流程护理,特别是中医绿色疗法的运用,一定程度上改善了患者的视物不清及焦虑症状,有利于患者术后康复,提高患者生活质量。

关键词: 老年性白内障; 穴位按摩; 耳穴压丸; 中医护理

Nursing Experience with Acupoint Massage Combined with Auricular Plaster Therapy for Visual Impairment in a Senile Cataract Patient

JIANG Yanxia¹, QU Wenjing¹, LIU Tingting¹, DU Na²(1. Department of Orthopedics and Ophthalmology, Beijing Changping District Hospital of
Integrated Traditional Chinese and Western Medicine, Beijing, 102208;2. Department of Nursing, Beijing Changping District Hospital of Integrated Traditional Chinese and
Western Medicine, Beijing, 102208)

ABSTRACT: This article summarizes the therapeutic effects and nursing experience of combining acupoint massage with auricular plaster therapy for visual impairment in a senile cataract patient. Based on the TCM theory of syndrome differentiation and holistic care, integrated interventions were implemented, including TCM nursing techniques alongside dietary guidance, emotional regulation, daily life care, and health education. The patient received holistic and accountable nursing care throughout the entire process, with particular emphasis on TCM green therapies. These approaches alleviated visual impairment and anxiety symptoms, facilitated postoperative recovery, and improved the patient's quality of life.

KEY WORDS: senile cataract; acupoint massage; auricular plaster therapy; TCM nursing

白内障是由于眼球中晶状体发生混浊而引起的视觉障碍疾病,视物模糊、眩光等为主要症状,严重时失明,老年人为主要发病患者群^[1-2]。手术治疗是目前临床首选治疗手段,但术后易发生角膜水肿、眼内炎、干眼症及术后疼痛等并发症。临床常用滴眼液进行术后治疗,改善角膜水肿,抗炎杀菌,但对于术后疼痛、干眼等效果不佳。中医认为,在围手术期联合中医特色治疗,患者能在术前缓解部分症状,术后减轻并发症^[3]。本文总结1例老年性白内障患者,运用穴位按摩联合耳穴压丸

技术,使患者视物不清及焦虑症状改善,有利于患者术后恢复^[4-5],现报告如下。

1 病例资料

1.1 一般资料

患者女,65岁,主诉“右眼视力下降2年”于2025年01月14日收入院。入院症见:右眼视力下降,饮食正常,二便调,眠好。患者既往糖尿病史15年,规律服药,目前血糖控制平稳;左眼白内障术后2年,定期门诊复查,未服药;否认药物及

收稿日期:2025-04-14

OPEN ACCESS

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

食物过敏史。

1.2 查体

一般情况:体温(T)36.2℃,脉搏(P)78次/min,呼吸(R)18次/min,血压(BP)132/78 mm Hg,神清楚,精神可,营养中。专科查体:右眼0.1,左眼0.8;右眼眼压18.2 mm Hg,左眼眼压18.8 mm Hg;右眼结膜无充血,角膜清对光反射正常,晶体明显混浊,隐见视网膜在位,余窥不清;左眼结膜无明显充血,角膜清,对光反射正常,人工晶体位正,视网膜在位,动脉细,静脉迂曲,A:V=1:3,交叉征(+),黄斑区反光未见。中医四诊:精神良好,神志清楚,面色荣润,形体正常,体态自如;言语清晰,语声正常,体味正常,口气正常;右眼视物模糊;舌质淡,苔薄白,脉沉细、弱。西医辅助检查:血常规、凝血未见明显异常;生化示GLU 8.51 mmol/L,CHOL6.11 mmol/L。

1.3 诊断

中医诊断:右眼圆翳内障(肝肾两亏型);西医诊断:右眼老年性白内障。辨证依据:患者年事已高,肝肾之气自亏,肝肾精血不足,目窍失养,则晶珠渐混,视物模糊,舌质淡、苔薄白、脉沉细,亦为肝肾两亏之象。中医辨证本病本虚证,肝肾不足,病位在眼,涉及肝肾。

1.4 治疗

西医治则给予术前左氧氟沙星滴眼液点眼预防感染治疗,行Phaco+IOL植入术;中医治则补益肝肾,主要护理措施包括眼科护理常规,二级,糖尿病饮食,穴位按摩及耳穴压丸治疗,以补益肝肾,镇静安神,益气养血,住院期间患者眼部视物不清症状明显缓解。患者于2025年01月05日就诊于中医护理门诊,遵医嘱予穴位按摩和耳穴压丸治疗,2次/周,共治疗3次;2025年01月14日入住眼科病房,延续中医护理疗法补益肝肾,结合手术治疗祛除病灶;2025年01月16日患者康复出院,给予出院健康指导及延续性护理服务。

2 护理

2.1 护理评估

入院时,对患者进行眼部中医症候评分^[6],即根据眼部干涩、视物不清、有异物感及畏光进行评分,无(0分)、轻(1分)、中(2分)、重(3分),得分越高越严重。评估患者生活自理能力及坠床/跌倒风险。予患者心理测评^[7],采用焦虑自评量表(SAS)进行心理测评,正常,评分<50分;轻度,50

分≤评分≤59分;中度,60分≤评分≤69分;重度,70分。本例患者入院时各项评估结果,详见表1。

表1 护理评估内容及结果

评估项目	评估分值	评估结果
中医证候积分	9分	重度
焦虑自评量表(SAS)	56分	轻度
日常生活能力评定(Barthel)	75分	轻度功能障碍
跌倒风险评估	45分	高危人群(已悬挂标识)
坠床风险评估	2分	高危人群(已悬挂标识)

2.2 护理诊断

视物模糊与晶珠浑浊、翳障渐生有关;焦虑与视力下降,影响生活自理能力和社交活动有关;潜在并发症,有坠床跌倒的风险与视物模糊有关;缺乏关于疾病与自我保健知识。

2.3 护理计划

结合患者实际,确定如下护理目标:患者视物不清症状改善,焦虑状态改善,对疾病恢复充满信心,住院期间不发生坠床跌倒,对疾病与自我保健知识了解。采取个性化护理措施,形成护理计划:手术治疗联合中医绿色疗法,减轻患者视物不清症状,并做好围手术期全流程护理;心理疏导与支持改善患者的焦虑;提供明亮整洁的病房环境,防止跌倒等意外事件发生;加强疾病知识和饮食、起居、情志、用眼卫生等方面的健康宣教,使患者掌握自我保健知识。

2.4 护理措施

2.4.1 责任制全流程护理

为优化诊疗护理流程,医护人员在患者院前准备、住院手术以及出院随访过程中,采用全流程管理^[8]。在院前预约阶段,根据准入标准筛选患者,并登记患者一般生命体征,了解血糖状态,指导患者观看术前宣教视频。患者入院当日,责任护士给予办理入院手续,术区备皮,冲洗泪道,根据辨证给予耳穴疗法。手术当日严密监测患者体温、血糖及血压,指导术后饮食,遵医嘱给予抗感染治疗。出院当日指导办理出院手续,指导患者学习术后注意事项,配合主管医师进行随访工作,保障患者顺利康复。

2.4.2 辨证施术—穴位按摩联合耳穴压丸

2.4.2.1 眼部按摩

眼部按摩治疗主要选择眼及眼周围的穴位进行按摩。①穴位选择:以眼周及眼眶周围穴位为主,包括攒竹、太阳、睛明、四白及太阳穴等。睛明穴(位于眼内角与鼻根交界处),攒竹穴(眉头内侧

边缘凹陷处),丝竹空(眉梢外侧凹陷处),太阳穴(位于眉梢与外眼角之间的凹陷处),四白穴(在眼眶下缘约1 cm处)。^②操作方法:清洁双手,修剪指甲,在眼部周围涂抹润肤油。护士根据定位方法将每个穴位进行定位,将大拇指指腹置于穴位上,依次从里向外、从眼眶周围再到远端、左眼顺时针,右眼逆时针的顺序进行逐个穴位的按摩。眼眶周围的穴位主要采取按和压的方式进行按摩,睛明穴可使用勾的方式按摩以达到按摩力度,太阳穴按摩时可顺、逆时针交替进行,揉动旋压。按摩时力度均匀,每个穴位按摩3~5 min。期间注意询问患者感受,不可用力过大,2次/周,两周为一个疗程。

2.4.2.2 耳部按摩

第一步耳前按摩5次,耳后按摩5次;第二步循环大周天,从耳垂一区沿着耳轮到耳屏,按摩10次;第三步循环小周天,从皮质下沿着对耳轮到角窝上,按摩10次;第四步耳甲内五脏,心肺脾肝肾,按摩10次;第五步耳背降压沟,耳尖及耳轮结节,按摩10次,操作时间5~10 min,以耳廓耳背发红发热为度,期间注意询问患者感受,不可用力过大。2次/周,两周为一个疗程。

2.4.2.3 耳穴压丸

耳部按摩后用75%酒精自上而下、由内到外、从前到后消毒耳部皮肤后,探查耳穴敏感点,准确定位耳穴贴压部位,选择眼、神门、皮质下、目1、目2、肝及肾等穴位。对每个穴位依次采用手法按摩,本案例为虚证,宜用补法,采用点压法和揉搓法按摩压豆处。点压法,用指尖一压一松地按压耳穴,每次间隔0.5 s。本法以患者感到胀而略沉重刺痛为宜,用力不宜过重,一般每次每穴可按压27下,具体可视病情而定。揉搓法,即用拇指指腹轻按穴位,作环形平揉,按摩以患者感到酸、热、麻、胀、痛等为宜。每次每穴20~30 s,3~5次/d,操作时间5~10 min/次,2次/周,两周为一个疗程。

2.4.3 辨证施膳

饮食宜清淡易消化,荤素搭配,宜食补肝益肾的食品,如肝、血、黑芝麻及黑豆。可配合食疗方银杞明目汤,如有眼干涩,可配合菊花、枸杞子代茶饮,多食滋阴食物,如百合、薏苡仁,木耳等。

2.4.4 辨证施志

告知患者及家属本病的特殊性,向患者介绍有关疾病知识及治疗成功经验,增强患者信心,鼓

励患者积极面对疾病;多听舒缓放松的音乐,如《渔舟唱晚》《高山流水》及《彩云追月》等;适当增加户外活动及社会交往,以放松身心。

2.5 护理评价

出院时对患者进行眼部中医症候评分、生活自理能力评估,坠床/跌倒风险及心理测评,各项评估结果详见表2。

表2 疗效评估

评估项目	入院时		出院时	
	评估分值	评估结果	评估分值	评估结果
中医证候积分	9分	重度	3分	轻度
焦虑自评量表(SAS)	56分	轻度	20	正常
日常生活能力评定(Barthel)	75分	轻度功能障碍	100分	独立
跌倒风险评估	45分	高危人群	30分	低风险
坠床风险评估	2分	高危人群	0分	低风险

3 结果与随访

2025年01月16日,患者术后恢复良好无不适,安排出院。于患者出院3 d、一周及一个月时分别予患者延续性护理服务,采用微信和电话随访的方式,给予患者用药、饮食及生活起居指导,嘱患者注意用眼卫生,按时复诊。

4 讨论

白内障是目前最为常见的致盲性眼科疾病,老化、代谢异常、外伤等均能引发白内障,发病机制尚不清楚。在我国人口老龄化的背景下,此疾病严重困扰着老年患者的生活。白内障主要通过手术治疗,术后需进行抗炎治疗,常规术后用左氧氟沙星滴眼液,发挥抗炎镇痛功效。白内障归属于中医“圆翳内障”范畴,目与人体五脏均有紧密联系,其中以肝、肾两脏为主,肝开窍于目,肾精滋养目,因此中医认为此病病机为肝肾阴虚,应以补肝肾、益精血为治疗原则^[9]。

《灵枢》言眼睛为“宗脉之所聚”,十二经脉之气血皆“上走于目”。可知,脏腑之精微物质需通过经络才能源源不断地上输于眼,维持其正常的生理功能,若经络有差,则会在眼部表现出相应症状。穴位按摩正是基于经络原理而成形的,是临床上较为常用的中医外治法之一,通过特定的手法对身体某些部位产生相应的刺激,以达到行气活血通络,协理脏腑阴阳,扶持机体正气的目

的^[10]。本案例局部选取睛明、攒竹、丝竹空、承泣、四白及太阳穴等穴位,其中攒竹、睛明属膀胱经,睛明穴为膀胱经起始,旁会阴跷、阳跷二脉,故此穴可动三经气血以紫润目珠;四白属胃经,胃经多气多血,故能明显改善局部的气血输布;丝竹空属三焦经,三焦通行诸气津液,有滋阴润目之能;太阳属经外奇穴,解剖上对应颧神经的分支,按摩此穴能调节泪液的分泌。此外,术者“摩手熨目”,还可起到温阳通络,安神解劳,养睛明目的作用。

耳部具有人体各个部分的反应点(穴位),当人体五脏六腑不适时,耳上的相应穴位会有对应反应。耳郭相当于倒置的胎儿,按摩耳郭如同做全身按摩。耳部按摩能有效刺激耳部周围神经和耳郭上的相应穴位,激发经气,疏通经络,调整脏腑气血功能,促进机体阴阳平衡,从而达到防治疾病、增强体质的目的^[11]。耳郭正面和背面按摩具有醒神健脑、补肾壮骨、止痛等作用;循环按摩小周天和大周天法能使全身气血通畅;全耳前后按摩可疏通全耳前后经络,促进微循环、清脑明目^[12]。本案例患者选取的耳穴贴压穴位主要有眼、神门、皮质下、目1、目2、肝及肾穴,以上穴位是眼部主要症状的耳穴反射区。所谓“有诸内者,必形诸外”,目1穴、目2穴、眼为相应部位取穴,具有活血通络止痛的功效;肾主骨,肝主筋,肝肾同源,取二穴相配以补肝肾、壮筋骨;神门为经验用穴,具有消炎止痛的作用,皮质下有调节大脑皮质功能的作用。上述穴位均是中医治疗白内障的常用穴位,符合人体穴位经络原理,通过穴位按压刺激,能疏通经络,达到通则不痛的治疗目的^[13-14]。

综上所述,本案例穴位按摩联合耳穴压丸技术在老年白内障视物不清患者的护理中起到了良好的临床效果,且中医外治方法操作简单、不良反应少,患者舒适度高,在今后的研究中应继续扩大样本量,进一步提高研究的信度和效度。

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] 李凤鸣. 眼科全书[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1996: 974-979.
- [2] 颜钰玲, 薛春燕. 人工智能在白内障诊断的应用进展[J]. 眼科学报, 2024, 39(3): 160-168.
- [3] 曹艳芳, 朱秋谊, 韩小玉, 等. 中医特色护理干预在白内障患者中的应用及对并发症影响[J]. 实用中医内科杂志, 2020, 34(5): 101-104.
- [4] 代晶晶, 贾干. 杞菊地黄汤联合耳穴压丸在白内障手术患者围手术期的效果分析[J]. 四川中医, 2024, 42(10): 197-199.
- [5] 林浓浓, 李岚, 晏芳, 等. 耳穴压豆在白内障摘除术患者中的应用观察[J]. 基层医学论坛, 2021, 25(29): 4240-4241.
- [6] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准[M]. 南京大学出版社, 1994.
- [7] 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.
- [8] 翟莎莎, 姚雪, 王康, 等. 护理诊疗全流程管理在输尿管结石日间手术模式下的应用体会[J]. 中国药物与临床, 2021, 21(13): 2418-2419.
- [9] 李水玉, 邵莉芸, 朱智宇. 中医临床护理路径在白内障合并糖尿病患者围术期的应用[J]. 黑龙江中医药, 2023, 52(2): 224-226.
- [10] 梅花, 林思婷, 张蓓华, 等. 穴位按摩联合中药封包对视疲劳相关干眼症患者的效果研究[J]. 解放军护理杂志, 2021, 38(12): 30-32, 37.
- [11] 曹艳芳, 朱秋谊, 韩小玉, 等. 中医特色护理干预在白内障患者中的应用及对并发症影响[J]. 实用中医内科杂志, 2020, 34(5): 101-104.
- [12] CAO Y F, ZHU Q Y, HAN X Y, et al. Application of traditional Chinese medicine nursing intervention in patients with cataract and its effect on complications[J]. J Pract Tradit Chin Intern Med, 2020, 34(5): 101-104. (in Chinese)
- [13] DAI J J, JIA G. Effect analysis of Qijudihuang decoction combined with auricular point pressing pill in perioperative period of cataract surgery patients[J]. J Sichuan Tradit Chin Med, 2024, 42(10): 197-199. (in Chinese)
- [14] LIN N N, LI L, YAN F, et al. Observation on the application of auricular point pressing beans in patients undergoing cataract extraction [J]. Med Forum, 2021, 25(29): 4240-4241. (in Chinese)
- [15] ZHAI S S, YAO X, WANG K, et al. Application experience of whole process management of nursing diagnosis and treatment in daytime operation mode of ureteral calculi [J]. Chin Remedies Clin, 2021, 21(13): 2418-2419. (in Chinese)
- [16] LI S Y, SHAO L Y, ZHU Z Y. Application of TCM clinical nursing pathway in perioperative period of cataract patients complicated with diabetes mellitus[J]. Heilongjiang J Tradit Chin Med, 2023, 52(2): 224-226. (in Chinese)

- MEI H, LIN S T, ZHANG B H, et al. Effect of acupressure with traditional Chinese pharmacy package on patients with asthenopia-related xerophthalmia [J]. Nurs J Chin People's Liberation Army, 2021, 38(12): 30–32, 37. (in Chinese)
- [11] 黄冬梅, 黄丽华, 赖宝珍, 等. 耳穴按摩治疗失眠临床观察 [J]. 光明中医, 2023, 38(1): 116–118.
- HUANG D M, HUANG L H, LAI B Z, et al. Observation on the clinical therapeutic effect of auricular point massage in the treatment of insomnia [J]. Guangming J Chin Med, 2023, 38(1): 116–118. (in Chinese)
- [12] 邓化丹, 周娴, 燕群美. 耳部按摩-刮痧-穴位贴压序贯疗法治疗失眠症临床观察 [J]. 中西医结合研究, 2023, 15(5): 336–338.
- DENG H D, ZHOU X, YAN Q M. Clinical observation on the treatment of insomnia by ear massage-scraping-acupoint sticking and pressing in sequence [J]. Res Integr Tradit Chin West Med, 2023, 15(5): 336–338. (in Chinese)
- [13] 王希莲, 石晶, 刘建勇, 等. 耳穴压丸联合疗法防治青少年近视的研究进展 [J]. 中国中医眼科杂志, 2025, 35(1): 89–91.
- WANG X L, SHI J, LIU J Y, et al. Research progress on the combined therapy of auricular acupressure bead application for the prevention and control of adolescent myopia [J]. China J Chin Ophthalmol, 2025, 35(1): 89–91. (in Chinese)
- [14] 刘凤选, 梅御寒, 刘芝修. 耳部全息铜砭刮痧方法的临床应用 [J]. 中国护理管理, 2019, 19(10): 1445–1448.
- LIU F X, MEI Y H, LIU Z X. Clinical application of ear holographic Tongbian scraping [J]. Chin Nurs Manag, 2019, 19(10): 1445–1448. (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。