

# 隔药灸脐法治疗1例脾肾阳虚型便秘患者的护理体会

李志家

(北京市鼓楼中医医院 护理部, 北京, 100009)

**摘要:** 本文总结隔药灸脐法改善1例脾肾阳虚型便秘患者症状的护理体会。通过7 d的隔药灸脐法干预,患者排便频率从1次/5~7 d提升至1次/1~2 d,便质(Bristol分型)从1型(干硬)改善至4型(光滑软便),腹胀评分(NRS)从6分降至2分及以下,生活质量评分(PAC-QOL)从65分降至25分(降幅61.5%),便秘严重程度(CCS)从18分降至8分及以下,焦虑评分(SAS)从52分降至50分。基于辨证施护原则,选取神阙穴,结合中药配方(含肉苁蓉、白术、当归、制附子等)借助艾灸温通效应,显著改善患者便秘症状及脾肾阳虚证候。

**关键词:** 隔药灸脐法; 脾肾阳虚型便秘; 中医护理; 生活质量; 便秘管理

## Nursing Experience of Medicinal-Cake-Partitioned Moxibustion at Shenque (CV8) for Constipation with Spleen-Kidney Yang Deficiency Pattern

LI Zhijia

(Department of Nursing, Beijing Gulou Hospital of Traditional Chinese Medicine, Beijing, 100009)

**ABSTRACT:** This article summarizes the nursing experience of improving symptoms in a constipation patient with spleen-kidney yang deficiency pattern through medicinal-cake-partitioned moxibustion at Shenque (CV8). After 7 days of intervention: Defecation frequency increased from once every 5-7 days to once every 1-2 days, Stool form (Bristol Scale) improved from Type 1 (separate hard lumps) to Type 4 (smooth soft sausage), Abdominal distension score (NRS) decreased from 6 points to  $\leq 2$  points, Quality of life score (PAC-QOL) reduced from 65 to 25 ( $\downarrow$  61.5%), Constipation severity (CCS) decreased from 18 points to  $\leq 8$  points, Anxiety score (SAS) declined from 52 to 50. Guided by syndrome differentiation principles, Shenque (CV8) was selected as the treatment site. A proprietary herbal formula (containing Cistanches Herba, Atractylodis Macrocephalae Rhizoma, Angelicae Sinensis Radix, and Aconiti Lateralis Praeparata Radix) was applied with moxibustion to activate meridian warmth. This integrated approach significantly alleviated constipation symptoms and improved yang deficiency manifestations.

**KEY WORDS:** medicinal-cake-partitioned moxibustion; constipation with spleen-kidney yang deficiency; TCM nursing; quality of life; constipation management

慢性功能性便秘(Chronic Functional Constipation, CFC)是一种无器质性病变的消化道疾病,主要表现为排便困难、便质干硬,严重影响患者生活质量<sup>[1]</sup>。西医治疗多依赖泻药,但长期使用易引发依赖性及其副作用<sup>[2]</sup>。中医认为,便秘与脾肾阳虚密切相关,需温补脾肾、润肠通便<sup>[3]</sup>。隔药灸脐法结合药物透皮吸收与艾灸温通效应,可有效调理虚证便秘。本文通过1例脾肾阳虚型便秘患者的护理实践,探讨隔药灸脐法的应用效果及护理要点,为临床提供参考。

## 1 病例资料

### 1.1 一般资料

患者男性,49岁,主因“反复便秘3年,加重2周”于2025年04月27日来我院中医内科就诊后至中医护理门诊治疗。患者主诉排便困难,5~7 d一行,便如羊粪,伴腹胀、乏力、畏寒肢冷、腰膝酸软。患者既往腰椎间盘突出2年,否认食物及药物过敏史。

## 1.2 体格检查

就诊时患者体温(T)36.3℃, 血压(BP)120/80 mm Hg, 身高170 cm, 体质量75 kg, BMI26 kg/m<sup>2</sup>, 患者神清, 精神可, 腹部触诊无包块、压痛、肠鸣音减弱。中医四诊: 患者体型中等, 面色如常, 未闻及特殊气味及异常声音, 舌淡苔白滑, 脉沉细。

## 1.3 诊断

中医诊断: 便秘(脾肾阳虚证); 西医诊断: 慢性功能性便秘。患者排便无力、畏寒肢冷、腰膝酸软、舌淡沉迟。

## 1.4 治疗干预

通过辨证分型, 脾肾阳虚证便秘符合《中医病证诊断疗效标准》<sup>[4]</sup>, 予脐药灸脐治疗进行便秘干预, 药物配方包括肉苁蓉20 g、白术15 g、当归15 g、制附子10 g, 研末填脐施灸, 30 min/次, 每日治疗1次, 7 d为一个周期, 联合饮食护理、生活护理与情志护理, 患者于2025年05月03日结束治疗。

# 2 护理

## 2.1 护理评估

本例患者生活质量评估(PAC-QOL)评分为65分, 存在中重度影响<sup>[5]</sup>; 便秘严重程度(CCS)评分为18分, 中度便秘(排便频率5分、便质4分、排便困难3分、伴随症状6分)<sup>[6]</sup>; 焦虑自评量表(SAS)评分为52分, 存在轻度焦虑, 主诉因长期便秘对社交活动回避。

## 2.2 护理诊断

排便型态异常与脾肾阳虚、肠道失于温煦有关; 舒适度改变与腹胀、畏寒肢冷有关; 焦虑与长期便秘及生活质量下降有关。

## 2.3 护理计划

综合上述评估及诊断结果, 制定如下护理计划: 缓解患者便秘腹胀症状, 便质软化(Bristol分型3~4型), 腹胀评分≤3分; 通过情志干预、中医特色护理技术、健康教育及饮食指导, 使生活质量评估(PAC-QOL)评分降至≤30分; 焦虑评分(SAS)降至正常范围(≤50分), 便秘严重程度(CCS)改善, 使降便秘严重程度(CCS)至正常范围(≤8分)。

## 2.4 护理实施

### 2.4.1 隔药灸脐操作

嘱受试者取仰卧位, 充分暴露脐部, 用75%的酒精在肚脐局部常规消毒后, 将面圈底部用

TDP治疗仪预热后置于脐上, 使脐孔与面圈小孔对齐, 取肉苁蓉20 g、白术15 g、当归15 g及制附子10 g, 将混合后的药物进行超微粉碎, 取适量药粉(约3 g)填于脐孔, 将TDP治疗仪置于面圈上方, 以受试者觉温热舒适为宜, 待艾炷完全燃尽后, 及时更换艾炷, 连续施灸2 h。施灸结束后, 移走面圈, 留适量药粉于脐中, 并用无菌敷贴固封, 3 d后自行揭下。

### 2.4.2 辨证施护

①饮食调理(温补通便膳食): 避免或严格限制生冷瓜果(如西瓜、梨)、冰镇饮品、油腻煎炸、粘腻难化食物(如糯米制品)以及易产气的豆类(根据个体耐受调整), 保证每日晨起空腹饮用温开水300 mL, 全天总饮水量达1500~2000 mL(温热水为主), 避免一次性大量饮水, 宜小口频饮。②情志干预(疏肝解郁音乐调畅): 予患者五行音乐疗法(侧重角调), 针对患者存在的焦虑、紧张情绪, 影响肝气疏泄, 每天听20~30 min音乐放松。③腹部按摩(定向促肠动力操): 严格顺时针方向(即右下腹→右上腹→左上腹→左下腹→回右下腹), 沿升结肠→横结肠→降结肠→乙状结肠的解剖路径画圈, 10~15 min/次, 速度均匀, 约1圈/s, 1~2次/d(睡前加做一次效果更佳)。④健康宣教(脐疗): 须防烫伤, 皮肤破损、感染、高热及妊娠期禁用。

# 3 结果和随访

患者治疗第3天, 排便1次, 便质软化(Bristol为3型), 腹胀评分降至4分; 治疗第7天, 排便频率为1次/2 d, 便质软化(Bristol为3~4型), 腹胀评分2分, PAC-QOL评分降至28分。予患者随访1个月, 患者规律排便(1次/1~2 d), 便质软化(Bristol为4型), 腹胀评分≤2分, PAC-QOL评分从65分降至25分, CCS评分≤8分, SAS评分≤50分, 未再使用通便药物, 详见表1。随访期间患者坚持饮食调理及家庭隔药灸脐保健, 无便秘复发。

# 4 讨论

便秘是一种普遍存在的胃肠功能失调疾病, 以排便困难、粪便干结、排便频率减少或排便不尽感为主要表现。随着现代生活节奏加快、饮食结构变化及压力增大等因素, 其发病率在全球范围内呈上升趋势, 且发病人群日益年轻化, 成为影响

表1 疗效评估

| 评估时间  | 排便频率     | 便质(Bristol分型) | 腹胀评估(NRS) | PAC-QOL | CCS | SAS  |
|-------|----------|---------------|-----------|---------|-----|------|
| 治疗前   | 1次/5~7 d | 1型(干硬)        | 6分        | 65分     | 18分 | 52分  |
| 治疗第3天 | 1次/3 d   | 3型(条状)        | 4分        | /       | /   | /    |
| 治疗第7天 | 1次/2 d   | 3~4型(软便)      | 2分        | 28分     | /   | /    |
| 随访1个月 | 1次/1~2 d | 4型(光滑软便)      | ≤2分       | 25分     | ≤8分 | ≤50分 |

生活质量的重要健康问题<sup>[7]</sup>。在中医证型中,脾肾阳虚型便秘尤为常见于年老体弱或久病耗伤的患者,其核心病机在于脾肾阳气亏虚,温煦推动无力,导致大肠传导功能失司。西医常规治疗主要依赖缓泻剂、渗透性泻剂及促胃肠动力药物,虽能在短期内缓解症状,但长期使用常面临疗效减退、药物依赖及电解质紊乱等不良反应风险,难以解决根本问题<sup>[8]</sup>。近年来,中医护理技术凭借其整体调节、副作用小、注重个体化等优势,在功能性便秘的管理中受到越来越多的关注和应用<sup>[9]</sup>。隔药灸脐疗法是中医特色外治法之一,融合中药透皮吸收、腧穴刺激(神阙穴)与艾灸温通效应三重作用。神阙穴位于脐中,为先天之本源,与脏腑经络联系密切,具有温通元阳、调理脾胃、复苏固脱的独特功效。隔药灸于此处,能有效激发脾肾阳气,促进气血运行,恢复大肠传导功能<sup>[10]</sup>。本疗法所选药物(如方中肉苁蓉、制附子温肾助阳,白术健脾益气,当归润肠通便)经脐部皮肤吸收,与艾灸的温热刺激协同增效,共奏温补脾肾、润燥通便之功。其操作相对简便、安全性高,在便秘的中医护理实践中展现出良好的应用前景。本案例表明,基于中医辨证的隔药灸脐疗法结合多维干预(饮食、情志),在改善脾肾阳虚型便秘患者症状方面展现出良好效果,且具有操作简便、安全性高的特点。针对功能性便秘,尤其是特定中医证型(如脾肾阳虚型),中医护理技术(如隔药灸脐)提供了一种具有潜力的“绿色”替代或补充治疗策略,未来需通过更高质量的研究验证其普适性、长期疗效及作用机制,以促进其在临床护理中的规范化应用和推广。

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] 邹勇斌,朱莹,龙丹,等.基于VIP/cAMP/PKA/AQP3信号通路探讨溃结宁膏穴位敷贴对脾肾阳虚

型大鼠功能性便秘的影响[J].陕西中医,2025,46(2):165-169.

ZOU Y B, ZHU Y, LONG D, et al. Role of acupoint application of Kujiening cream on functional constipation in rats with spleen and kidney Yang deficiency based on VIP/cAMP/PKA/AQP3 signaling pathway [J]. Shaanxi J Tradit Chin Med, 2025, 46(2): 165-169. (in Chinese)

- [2] 邹国军,刘作龙,骆淑,等.舒肠凝胶贴膏工艺、质量及治疗结肠慢传输型便秘脾肾阳虚证的临床研究[J].中国处方药,2024,22(8):36-40.

ZOU G J, LIU Z L, LUO S, et al. Clinical study on the technology and quality of Shuchang gel plaster and its treatment of spleen-kidney Yang deficiency syndrome of colon slow transit constipation [J]. J China Prescr Drug, 2024, 22(8): 36-40. (in Chinese)

- [3] 苏艺胜,吴文斌,张北平.虚秘通方治疗气虚型功能性便秘的临床疗效观察[J].广州中医药大学学报,2022,39(2):255-259.

SU Y S, WU W B, ZHANG B P. Clinical effect of xumi Tong formula in the treatment of functional constipation of qi deficiency type [J]. J Guangzhou Univ Tradit Chin Med, 2022, 39(2): 255-259. (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] 习亚伟,李莉,王颖,等.电热砭石热熨技术在改善老年患者脾肾阳虚型功能性便秘中的应用[J].中国护理管理,2024,24(9):1303-1307.

XI Y W, LI L, WANG Y, et al. Application study of the therapeutic effects of electro-heating Bian-stone warming and ironing technique in elderly patients with functional constipation due to spleen-kidney Yang deficiency [J]. Chin Nurs Manag, 2024,

- 24(9): 1303–1307. (in Chinese)
- [6] 蒲兵兵, 唐超, 蒋曙鑫, 等. 肌内效贴联合艾灸疗法改善骨科术后患者功能性便秘的效果评价[J]. 复旦学报(医学版), 2022, 49(5): 759–764.  
PU B B, TANG C, JIANG S X, et al. Effect of Kinesio taping combined with moxibustion therapy on improving functional constipation of postoperative orthopedic patients[J]. Fudan Univ J Med Sci, 2022, 49(5): 759–764. (in Chinese)
- [7] VRIESMAN M H, KOPPEN I J N, CAMILLERI M, et al. Management of functional constipation in children and adults[J]. Nat Rev Gastroenterol Hepatol, 2020, 17(1): 21–39.
- [8] 朱欢欢, 颜蕾, 冯泽宇. 健脾补肾方联合双歧杆菌三联活菌胶囊对脾肾阳虚型功能性便秘患者的疗效分析[J]. 中医药学报, 2025, 53(4): 77–81.  
ZHU H H, YAN L, FENG Z Y. Efficacy analysis of Jianpi Bushen formula combined with bifidobacterium triple viable capsules in treating functional constipation of spleen and kidney Yang deficiency type [J]. Acta Chin Med Pharmacol, 2025, 53(4): 77–81. (in Chinese)
- [9] 贺慧敏, 金晓飞. “秩边透水道”结合火龙药灸治疗脾肾阳虚型便秘验案一则[J]. 中医临床研究, 2023, 15(27): 108–110.  
HE H M, JIN X F. One empirical case of “Zhibian regulating Shuidao Acupuncture” combined with fire dragon medicine moxibustion in treating constipation of spleen–kidney Yang deficiency type [J]. Clin J Chin Med, 2023, 15(27): 108–110. (in Chinese)
- [10] 陈沁怡. 隔药灸脐法治疗功能性便秘(实秘)的临床研究[D]. 广州: 广州中医药大学, 2022.

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。