

DOI: 10.12209/CAIM202504160004

· 中西医结合临床案例 ·

便秘推拿联合中药膏摩治疗1例腰椎术后便秘的护理体会

李泽宇, 王 婷, 李艳华, 李佳琪, 邹 芳, 胡译元

(北京中医药大学东直门医院 骨伤科, 北京, 100700)

摘要: 本文总结便秘推拿联合中药膏摩治疗1例腰椎管狭窄症术后便秘的护理体会。基于中医理论辨证论治, 采用便秘推拿联合中药膏摩, 配合常规护理及心理护理, 以缓解患者术后腹胀及便秘症状。结果显示, 该综合护理干预能够显著改善患者术后胃肠功能紊乱, 缓解腹胀及便秘, 提高患者术后生活质量。本研究为腰椎管狭窄症术后便秘的中西医结合护理提供了临床参考。

关键词: 便秘推拿; 中药膏摩; 腰椎术后; 便秘; 中西医结合护理

Nursing Experience of Treating Postoperative Constipation after Lumbar Spine Surgery with Combined Acupressure and Chinese Herbal Ointment Massage

LI Zeyu, WANG Ting, LI Yanhua, LI Jiaqi, ZOU Fang, HU Yiyuan

(Department of Orthopedics, Dongzhimen Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100700)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of treating postoperative constipation in a patient with lumbar spinal stenosis using constipation massage combined with Chinese herbal ointment rubbing. Based on the principles of syndrome differentiation and treatment in Traditional Chinese Medicine (TCM), the integrated approach—incorporating constipation-specific massage, herbal ointment rubbing, routine nursing care, and psychological support—effectively alleviated postoperative abdominal distension and constipation. The results demonstrated that this comprehensive intervention significantly improved gastrointestinal dysfunction, relieved symptoms, and enhanced the patient's postoperative quality of life. This study provides clinical insights into integrative TCM and Western nursing for postoperative constipation following lumbar spinal stenosis surgery.

KEY WORDS: constipation massage; Chinese herbal ointment rubbing; post-lumbar surgery; constipation; integrated traditional Chinese and Western nursing

术前肠道粪便潴留, 术中麻醉干扰神经传导及术后卧床、活动受限及排便方式改变等, 会导致胃肠功能降低、蠕动减慢, 术后易出现腹胀与便秘^[1-2]。这不仅增加患者术后的痛苦与不适, 还可能延缓康复进程, 影响预后。中医理论认为腰椎术后根本病机为手术耗元气, 致气血不足、气机瘀滞、升降失衡, 治疗当疏通经络、行气化瘀^[3]。目前, 西医治疗多使用乳果糖或开塞露等泻药, 长期使用会导致药物依赖, 甚至引发胃肠功能紊乱^[4]。中医强调整体辨证施治, 副作用小, 可改善全身状况、预防复发, 较西医更具优势^[5]。本文总

结1例腰椎管狭窄症术后患者便秘的护理经验, 采用便秘推拿联合中药膏摩治疗, 探讨其临床应用价值, 现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者女性, 56岁, 主诉“间断腰痛3年余, 加重伴左下肢麻木疼痛1月余”于2025年03月02日由门诊以“腰椎管狭窄症”收入我院。既往史: 高脂血症10年余, 现规律治疗, 血脂控制良好; 8年前行左侧乳房切除术。

收稿日期: 2025-04-16

通信作者: 王婷, E-mail: abby_ai@126.com

OPEN ACCESS

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

1.2 体格检查

专科检查:双侧直腿抬高试验 $45^{\circ}(+)$,加强试验 $(+)$ 。辅助检查:腰椎MRI示腰4-5椎间盘膨出伴突出,腰5-骶1椎间盘膨出伴椎管狭窄;腰椎X线示腰5椎体前滑脱(1°)。中医四诊:望:神清,精神尚可,舌暗红,苔腻微黄;闻:语声清晰,气息均匀;问:纳可眠差,二便调,既往无便秘史;切:脉弦涩。

1.3 诊断

中医诊断:腰痹(气滞血瘀证);西医诊断:腰椎管狭窄症。中医辨病辨证依据:患者中老年女性,主因“腰痛3年余,加重伴左下肢麻木疼痛1月余”入院,属中医腰痹的范畴。本病因患者久坐久站,筋骨懈惰,气血运行不畅,气滞血瘀,经脉痹阻,不通则痛,故见腰痛反复发作,筋脉失于濡养,故见下肢窜痛、麻木,腰部活动受限,参合脉症,本病当属痹症,证为气滞血瘀。

1.4 治疗

手术室全麻下行腰椎板切除减压、经椎弓根系统内固定及横突间植骨融合术,术后患者生命体征平稳,予骨科一级护理。术后第3天,患者仍未排便,并出现腹胀不适,中医辨证后予便秘推拿联合中药膏摩治疗。治疗1周后,患者便秘评分由15分降至10分,2周后评分为7分,患者便秘症状明显好转,如期出院。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 便秘评估

采用Wexner便秘评分表对患者的便秘症状进行评估^[6],总分0~25分,评分低于7分为轻度便秘,评分7~15分为中度便秘,评分高于15分为重度便秘。术后卧床禁止下床活动,患者自诉腹胀,排便困难,Wexner评分为16分,属重度便秘。

2.1.2 疼痛评估

采用疼痛视觉模拟评分(Visual Analog Scale, VAS)评估患者疼痛程度^[7],本例患者入院评估为5分,属中度疼痛,术后第1天评估为7分,属重度疼痛。

2.1.3 焦虑评估

采用焦虑筛查量表(GAD-7量表)评估患者焦虑状态^[8],0~4分为正常,5~9分属轻度焦虑,10~14分属中度焦虑,15~21分属重度焦虑。治疗前本例患者评分为13分,属中度焦虑。

2.2 护理诊断

①便秘与手术创伤所致气血不足、运行不畅及经脉脏腑不调有关;②疼痛与手术创伤有关;③焦虑与排便困难,缺乏对疾病相关的认知有关。

2.3 护理计划

针对该患者护理评估和诊断结果,制定如下护理计划:针对患者便秘,指导患者辨证饮食,予患者中医特色便秘推拿联合中药膏摩治疗,1次/d。治疗1周后,患者Wexner评分降至10分。针对患者腰部疼痛,遵医嘱予患者0.9%氯化钠注射液100 mL+氟比洛芬酯注射液5 mL静脉输液,1次/d,予患者布洛芬精氨酸颗粒0.4 g口服,3次/d。针对患者焦虑,提升患者对疾病的认知,指导患者适当情志转移法,控制情绪。

2.4 护理措施

2.4.1 常规护理

2.4.1.1 饮食护理

指导患者术后饮食健康宣教,饮食宜清淡,选细软、新鲜及易消化食物,忌辛辣刺激及油腻。鼓励摄入玉米、芹菜等富含膳食纤维的食物及水果,以促肠道蠕动。每日晨起饮温水,保证水分摄入。同时,营造私密排便环境,指导床上排便法,养成定时排便习惯^[9]。

2.4.1.2 疼痛护理

对于术后出现明显疼痛症状的患者,评估患者疼痛程度,必要时遵医嘱予止痛药物对症处理,鼓励患者与其他患者沟通交流,以分散其注意力,减轻肢体疼痛。

2.4.1.3 心理护理

术后患者出现恐惧、焦虑等负性情绪,可抑制迷走神经影响胃肠功能^[10]。及时告知其便秘原因、预防措施,详细讲解疾病病因、治疗及预后,助其树立积极态度、增强信心。通过音乐疗法、情志转移等减轻患者负面情绪^[11]。通过心理护理提升患者的心理素质,促进治疗效果。

2.4.1.4 功能锻炼

指导患者早期在床上进行踝泵运动,股四头肌的等长收缩,促进下肢血液回流,预防血栓;根据患者情况,遵医嘱尽早佩戴腰围下地活动,可促进胃肠功能的恢复^[12]。

2.4.1.5 健康教育

指导患者保持良好姿势,避免长时间同一姿势,需经常变换体位并活动身体,尤其忌久弯

腰、扭曲及提重物;注意劳逸结合,避免久站久坐^[13]。

2.4.2 辨证施护

针对患者便秘症状,采用便秘推拿联合中药膏摩治疗。取炒槟榔、乌药、木香、苏梗及薄荷各3 g研粉,加蜂蜜制成膏状。治疗选取神阙、双侧天枢、气海、双侧大横、中脘及关元等脐周穴,患者暴露腹部后,用40℃左右砭石锤顺时针按摩,力度由轻到重,每穴推摩至酸胀,治疗10 min。治疗后用保温膜敷腹2 h,助药物透皮吸收,再系腹带。注意事项:砭石保持40℃防烫伤,力度适中防伤皮肤;操作中若皮肤瘙痒、发红,应立即停止并通知医生。

2.5 护理评价

通过予患者饮食护理、疼痛护理、心理护理、功能锻炼及健康指导等常规护理,患者养成定时排便习惯,疼痛减轻,焦虑等不良情绪缓解,生活质量提高。治疗7 d后,患者Wexner评分降至10分,VAS评分降至5分,GAD-7评分降至8分;治疗2周后,患者Wexner评分为7分,VAS评分降至3分,GAD-7评分降至4分,提示患者便秘、疼痛等症状明显好转。

3 结果和随访

予患者中医特色便秘推拿联合中药膏摩治疗1周后,患者自诉排气增多,腹胀明显减轻,排便通畅,偶有乏力,每1~2 d可排便1次。患者出院1周后予电话回访,患者诉大便正常,1~2次/d,无便血、腹胀,情绪稳定。

4 讨论

腰椎椎板切除减压术是治疗腰椎管狭窄症的常规手术方式,因术中局部肌肉组织分离及术后患者长期卧床,常引发患者气血瘀滞、经络痹阻。脏腑气机升降失衡,使便秘成为术后常见并发症^[14]。便秘不仅影响患者消化功能,加重腹胀、疼痛等不适,延缓胃肠功能恢复,甚至增加术后感染的风险,严重影响术后康复进程^[15],因此寻找安全有效的干预措施,对于促进术后胃肠功能恢复、改善预后具有重要临床价值。本研究采用中医特色护理方案,便秘推拿联合中药膏摩治疗,结果显示,该方法能显著改善患者的便秘症状,加速术后康复进程。

推拿作为中医外治精华,通过特定手法刺激

经络腧穴,激发经气,调节脏腑^[16]。本研究采用的推拿方案重点刺激神阙穴、天枢穴及大横穴,这些穴位在调节胃肠动力、促进排便方面发挥重要作用。神阙穴处脐中,连通百脉,按揉可健运脾胃,改善术后腹胀;脐周的天枢穴,作为大肠募穴,刺激它能促进肠道蠕动、加快粪便传导;大横穴具有温中散寒、消积导滞的作用,能够促进肠道内气机运行,缓解腹胀^[17]。刺激这些穴位,能斡旋中焦气机,强化脾胃运化,改善术后胃肠动力不足。同时,推拿手法不仅可刺激神经末梢、促进肠道平滑肌收缩,还能改善局部血液循环,增强胃肠动力,进一步促进粪便排出,彰显多方面协同治疗优势^[18]。

本研究采用的中药膏摩由炒槟榔、乌药、木香、苏梗等多种中药组成,这些药物均具有良好的行气通便作用。炒槟榔善行气导滞、消食化积,对因术后肠道动力下降导致的宿便潴留具有显著改善作用;乌药可温肾散寒、行气止痛,能够缓解因寒凝气滞引起的肠道蠕动减弱^[19];木香能行气止痛、健脾助运,增强脾胃运化之力^[20];苏梗理气宽中,能够协调脾胃气机,防止气滞进一步加重^[21]。这些药物协同作用,能够从多方面多维度改善术后便秘,恢复胃肠功能。

便秘推拿联合中药膏摩治疗时,借砭石锤产生的温热效应,促进药物经皮吸收,通过络脉传输至脏腑病所,增强肠道传导,濡润燥屎^[22]。相较于口服给药,中药膏摩直接作用于局部,避免对胃肠道的刺激,减少药物不良反应。此外,推拿可进一步改善局部气血运行,提高药物的渗透吸收效率,使中医“和法”在温和调理阴阳、扶正祛邪的基础上,达到促进胃肠功能恢复的目的,减轻患者机体负担,提升治疗效果。

综上所述,便秘推拿联合中药膏摩作为一种安全、有效的中医护理干预措施,能够从整体上调节术后患者的胃肠功能,缓解便秘症状,改善生活质量。本研究进一步验证了该方法在腰椎术后便秘管理中的临床价值,突出中医整体观念与辨证施治的优势。未来可进一步开展临床研究,以优化治疗方案,深入揭示推拿与中药膏摩对胃肠功能调节的作用机制,为术后便秘的综合管理提供更为科学的依据。

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] 何成成, 李桂平, 陆叶, 等. 中药敷脐结合穴位按压护理对腰椎骨折术后患者肠道功能紊乱的影响[J]. 四川中医, 2024, 42(7): 207-210.
HE C C, LI G P, LU Y, et al. Effect of umbilical application of traditional Chinese medicine combined with acupoint pressing nursing on intestinal dysfunction in patients with lumbar fracture after operation [J]. J Sichuan Tradit Chin Med, 2024, 42(7): 207-210. (in Chinese)
- [2] 马小愉, 李玮. 术前清洁灌肠对腰椎手术患者术后腹胀便秘的效果观察[J]. 中医临床研究, 2024, 16(3): 66-68.
MA X Y, LI W. Effects of preoperative cleansing enema on postoperative abdominal distension and constipation in patients undergoing lumbar spine surgery [J]. Clin J Chin Med, 2024, 16(3): 66-68. (in Chinese)
- [3] 张东芝, 孙敬争, 吕萍, 等. 砭石中药膏摩在胸腰椎骨折术后便秘中的应用效果分析[J]. 中国烧伤创疡杂志, 2024, 36(4): 306-309.
ZHANG D Z, SUN J Z, LV P, et al. Clinical efficacy of stone needle Chinese medicine ointment rubbing in the treatment of constipation following thoracolumbar fracture surgery [J]. Chin J Burns Wounds Surf Ulcers, 2024, 36(4): 306-309. (in Chinese)
- [4] 叶爽, 谢添, 顾晞. 砭石穴位按摩联合参苓白术散对老年胸腰椎压缩骨折术后便秘症状及胃肠道功能恢复的影响[J]. 临床和实验医学杂志, 2025, 24(2): 164-168.
YE S, XIE T, GU X. Effects of stone needle acupoint massage combined with Shenling Baizhu powder on postoperative constipation symptoms and gastrointestinal function recovery in elderly patients with thoracolumbar compression fracture [J]. J Clin Exp Med, 2025, 24(2): 164-168. (in Chinese)
- [5] 谭国瑜, 李梅. 穴位贴敷在老年胸腰椎压缩性骨折术后康复护理中的应用[J]. 光明中医, 2023, 38(8): 1573-1575.
TAN G Y, LI M. The application of acupoint application in postoperative rehabilitation nursing of senile thoracolumbar vertebral compression fracture [J]. Guangming J Chin Med, 2023, 38(8): 1573-1575. (in Chinese)
- [6] 关伟泽, 梁宝欢. 四子散热敷腹部联合足三里穴位注射对长期卧床的老年功能性便秘患者的影响[J]. 中国民间疗法, 2025, 33(5): 32-35.
GUAN W Z, LIANG B H. Effect of sizi heat-dissipating abdominal application combined with Zusanli acupoint injection on elderly patients with functional constipation in bed for a long time [J]. China's Naturopathy, 2025, 33(5): 32-35. (in Chinese)
- [7] 孙广江, 姚啸生, 杨鹤祥, 等. 止痛散外用辅助治疗腰椎间盘突出症疗效分析[J]. 中华中医药学刊, 2016, 34(2): 438-441.
SUN G J, YAO X S, YANG D X, et al. Analysis of therapeutic effect of Zhitongsan with external use for lumbar disc herniation [J]. Chin Arch Tradit Chin Med, 2016, 34(2): 438-441. (in Chinese)
- [8] 安红端. 团体心理护理在焦虑症与抑郁症患者中的应用效果[J]. 医药前沿, 2025(6): 121-124.
AN H D. Application effect of group psychological nursing in patients with anxiety and depression [J]. J Front Med, 2025(6): 121-124. (in Chinese)
- [9] 肖泉雄, 徐娜, 彭英洁. 围术期精细化饮食控制干预在胸腰椎骨折术后患者中的应用效果及对胃肠道功能的影响[J]. 中国药物经济学, 2024, 19(10): 126-129.
XIAO X X, XU N, PENG Y J. Effect of perioperative refined diet control intervention in patients with thoracolumbar fracture and its effect on gastrointestinal function [J]. China J Pharm Econ, 2024, 19(10): 126-129. (in Chinese)
- [10] 卓琳, 吴成, 李传应. 儿童功能性便秘的相关因素及其对气质、社会适应能力的影响[J]. 中国儿童保健杂志, 2020, 28(5): 583-586.
ZHUO L, WU C, LI C Y. Related factors of functional constipation in children and its effects on social adaptability and temperament [J]. Chin J Child Health Care, 2020, 28(5): 583-586. (in Chinese)
- [11] 刘群, 王莉, 张振, 等. 中医情志疗法联合精神运动康复在精神分裂症患者中的应用[J]. 中国医学创新, 2020, 17(18): 77-81.
LIU Q, WANG L, ZHANG Z, et al. Application of Chinese medicine emotional therapy combined with psychomotor rehabilitation in patients with schizophrenia [J]. Med Innov China, 2020, 17(18): 77-81. (in Chinese)
- [12] 李文静, 杨婕, 章悦, 等. 胸腰椎压缩性骨折患者术后并发便秘的相关危险因素[J]. 医疗装备, 2023, 36(14): 144-146.
LI W J, YANG J, ZHANG Y, et al. Risk factors of postoperative constipation in patients with thoracolumbar compression fractures [J]. Med Equip, 2023, 36(14): 144-146. (in Chinese)
- [13] 杨爱珍. 阶梯式康复护理对腰椎间盘突出症患者

- 微创术后的影响[J]. 现代医学与健康研究电子杂志, 2025, 9(5): 130-132.
- YANG A Z. The influence of stepwise rehabilitation nursing on patients with lumbar disc herniation after minimally invasive surgery [J]. Mod Med Health Res Electron J, 2025, 9(5): 130-132. (in Chinese)
- [14] 李杭宸, 黄英如, 万成绪, 等. 胸腰椎骨折术后腹胀便秘中医治疗研究进展[J]. 实用中医药杂志, 2023, 39(4): 841-843.
- LI H C, HUANG Y R, WAN C X, et al. Research Progress on Traditional Chinese Medicine Treatment for Postoperative Abdominal Distension and Constipation Caused by Thoracolumbar Fractures [J]. J Pract Tradit Chin Med, 2023, 39(4): 841-843. (in Chinese)
- [15] 杨红, 朱姗姗. 综合护理干预对胸腰椎骨折患者围手术期腹胀的影响研究[J]. 颈腰痛杂志, 2021, 42(4): 576-578.
- YANG H, ZHU S S. Effect of comprehensive nursing intervention on abdominal distension in patients with thoracolumbar fracture during perioperative period [J]. J Cervicodynia Lumbodynia, 2021, 42(4): 576-578. (in Chinese)
- [16] 宋海林, 朱洪, 徐增武, 等. 中医外治法治疗胸腰椎骨折及术后腹胀、便秘的研究进展[J]. 世界复合医学, 2023, 9(4): 188-191.
- SONG H L, ZHU H, XU Z W, et al. Research progress of TCM external therapy in the treatment of thoracolumbar fractures and postoperative abdominal distension and constipation [J]. World J Complex Med, 2023, 9(4): 188-191. (in Chinese)
- [17] 李紫明, 陈坚义, 孙爽, 等. 浅析天枢穴之枢机作用[J]. 中国针灸, 2020, 40(12): 1319-1321.
- LI Z M, CHEN J Y, SUN S, et al. Brief analysis on pivot effect of Tianshu (ST 25) [J]. Chin Acupunct Moxibustion, 2020, 40(12): 1319-1321. (in Chinese)
- [18] 方燕平, 黄于婷, 陈典, 等. 推拿治疗功能性便秘有效性和安全性的系统评价和Meta分析[J]. 中国针灸, 2021, 41(6): 691-698.
- FANG Y P, HUANG Y T, CHEN D, et al. Systematic review and Meta analysis on the effectiveness and safety of tuina in treatment of functional constipation [J]. Chin Acupunct Moxibustion, 2021, 41(6): 691-698. (in Chinese)
- [19] 李向峰, 陈文霞, 闫永彬, 等. 丁樱教授辨证治疗儿童便秘四法[J]. 中医儿科杂志, 2022, 18(4): 1-3.
- LI X F, CHEN W X, YAN Y B, et al. Professor DING Ying using 4 methods to treat children with constipation based on syndrome differentiation [J]. J Pediatr Tradit Chin Med, 2022, 18(4): 1-3. (in Chinese)
- [20] 戴向楠, 赵可意, 杨娜. 六磨汤对脑瘫合并便秘患儿菌群多样性、肠道功能的影响[J]. 湖北中医药大学学报, 2024, 26(4): 78-80.
- DAI X N, ZHAO K Y, YANG N. Effect of Liumo Decoction on bacterial diversity and intestinal function in children with cerebral palsy and constipation [J]. J Hubei Univ Chin Med, 2024, 26(4): 78-80. (in Chinese)
- [21] 钱锦秀, 孟武威, 刘晖晖, 等. 经典名方中紫苏类药材的本草考证[J]. 中国实验方剂学杂志, 2022, 28(10): 55-67.
- QIAN J X, MENG W W, LIU H H, et al. Herbal textual research on perilla herbs in classic prescriptions [J]. Chin J Exp Tradit Med Formulae, 2022, 28(10): 55-67. (in Chinese)
- [22] 林春兰, 施晓芸. 砭石循经按摩联合中药砭石热熨在老年股骨骨折术后便秘患者中的应用[J]. 湖北科技学院学报(医学版), 2024, 38(5): 427-430.
- LIN C L, SHI X Y. Application of acupoint massage with stone needles along the meridian combined with traditional Chinese medicine Bianshi hot ironing in elderly patients with postoperative constipation after femoral fracture surgery [J]. J Hubei Univ Sci Technol Med Sci, 2024, 38(5): 427-430. (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。