

# 1例腺样体肥大患儿的中医外治护理报告

肖红, 姚昕, 崔玉红

(北京市昌平区中西医结合医院 儿科, 北京, 102208)

**摘要:** 本文总结1例腺样体肥大患儿通过使用鼻部刮痧技术及揸针疗法进行治疗的护理体会。在中医辨证理论指导下,对患儿进行生活质量评估及睡眠相关症状问卷,同时结合患儿X线平片结果有针对性的给予护理诊断和措施,通过使用鼻部刮痧联合揸针疗法,有效缓解患儿鼻塞鼻堵、打鼾等症状;X线平片复查A/N值由0.82降低至0.65,显著的改善患儿的通气功能,缓解家长焦虑情绪。

**关键词:** 腺样体肥大; 鼻部刮痧; 揸针; 中医护理

## A Report on External Therapy Nursing for a Pediatric Case of Adenoid Hypertrophy

XIAO Hong, YAO Xin, CUI Yuhong

(Department of Pediatrics, Beijing Changping Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Hospital, Beijing, 102208)

**ABSTRACT:** This article summarizes the nursing experience of treating a child with adenoid hypertrophy using nasal scraping massage and press-needle therapy. Guided by traditional Chinese medicine (TCM) syndrome differentiation, the child's quality of life and sleep-related symptoms were assessed through questionnaires, while targeted nursing interventions were implemented based on X-ray findings. The combined application of nasal scraping massage and press-needle therapy effectively alleviated symptoms such as nasal congestion and snoring. Follow-up X-ray revealed a reduction in the adenoid-to-nasopharyngeal (A/N) ratio from 0.82 to 0.65, significantly improving the child's airway patency and alleviating parental anxiety.

**KEY WORDS:** adenoid hypertrophy; nasal scraping massage; press-needle; TCM nursing

腺样体(Adenoid)是位于鼻咽顶壁和后壁交界处,两侧咽隐窝之间的一群淋巴组织,又称咽扁桃体、增殖体。腺样体肥大(Adenoidal Hypertrophy, AH)是儿科及耳鼻咽喉科常见病之一,主要是由于急慢性鼻咽炎反复发作,或鼻腔、鼻窦、扁桃体等发生炎症影响鼻咽部,使腺样体发生病理性增生肥大,并随之引发相关症状<sup>[1]</sup>。主要包括寐时打鼾、张口呼吸、鼻塞,严重者可见睡眠时憋气、呼吸暂停,长期缺氧导致患儿精神不佳、学习困难、生长发育缓慢,出现“腺样体面容”。系统研究显示,在有症状的随机样本中,儿童和青少年中AH的患病率约为46.42%,其中2~12岁儿童多发,且发病率呈上升趋势<sup>[2-3]</sup>,因此AH受到医生和家长的广泛关注。目前临床手术治疗为首选方案,但存在术后出血、易复发等问题<sup>[4]</sup>。AH在中

医古籍中未有明确记载,目前常归为“鼻塞”“痰核”与“鼾眠”等范畴<sup>[5]</sup>。本文总结1例腺样体肥大患儿的中医外治护理经验,现报告如下。

### 1 病历资料

#### 1.1 一般资料

患儿男性,4岁,家长反映患儿2月前呼吸道感染后出现鼻塞,近日逐渐加重,伴有张口呼吸和打鼾现象,就诊于外院,诊断为“腺样体肥大”,建议手术切除。家长为求保守治疗于2025年02月07日就诊于我院门诊。

#### 1.2 查体

患儿神清,精神一般,发育正常;无发热,鼻塞,流清涕,晨起偶有喷嚏,偶咳;张口呼吸,气短懒言,声音低怯;纳少腹胀,大便溏泄,小便正常;

多汗,夜间睡眠不安,易惊醒,入睡打鼾;白天精神不振,食欲下降。既往有腺样体肥大病史,无食物药物过敏史。专科检查:鼻腔粘膜苍白,可见粘涕,下鼻甲肿大;咽部充血,双侧扁桃体 I 度肿大,咽后壁见淋巴滤泡增生;听诊心肺未见异常;触诊腹软,略胀气。舌淡苔白,脉弱。

### 1.3 诊断

辅助检查:X线平片(本院)2025年02月07日示 A/N 值为 0.82,相应气道变窄,诊断腺样体肥大(显著肥大)。中医诊断:鼻塞,肺脾气虚型;西医诊断:腺样体显著肥大,过敏性鼻炎。根据患儿症状结合舌脉进行辨证,患儿鼻塞,涕清稀,多汗,倦怠,气短懒言,声音低怯,纳少腹胀,大便溏泄,睡眠不安且打鼾,可见张口呼吸,舌淡苔白,脉弱,辨证为肺脾气虚型。

### 1.4 治疗干预

中医治则以补益脾肺、通窍散结为主,予中药汤剂口服,1剂/d,分早晚两次温服;予鼻部刮痧治疗,1次/d,15 min/次,连续治疗7d;第8日开始,鼻部刮痧与揞针治疗同时进行,1次/3d,鼻部刮痧后将揞针留针于特定穴位,48 h后取下。2025年04月04日,患儿复查X线平片,结果显示 A/N 值下降。家长诉患儿鼻塞、打鼾症状好转明显,睡觉打鼾次数显著减少,张口呼吸消失,治疗结束。

## 2 护理

### 2.1 护理评估

使用儿童 OSAHS 生活质量调查表(OSA-18)对患儿进行生活质量评估<sup>[6]</sup>,涵盖5个维度,包括睡眠障碍、身体症状、情绪症状、日间症状和对监护人的影响,共18个条目。评分采用7点顺序记录,从绝对没有到绝对有,分数越高,表示对生活质量的负面影响越严重。总范围18~126分,评分<60分为轻度,60~80分为中度,评分>80分为重度。该患儿睡眠障碍评分为24分,身体症状评分为18分,情绪症状评分为8分,日间症状评分为10分,对监护人的影响评分为25分,总分为85分,生活质量重度受限。

以《儿童腺样体肥大引发睡眠呼吸障碍的中医诊疗专家共识》为依据<sup>[7]</sup>,将腺样体肥大临床表现中与睡眠障碍相关的症状进行分级,包括打鼾、张口呼吸、鼻塞、汗出过多、体位异常5个症状,按照严重程度分为5级,即“无”记0分,“轻度或很少”记1分,“中度或有时”记2分,“重度或多次”记

3分,“严重或经常”记4分,总分0~20分,本患儿得分18分,属重度睡眠障碍。

### 2.2 护理诊断

①舒适的改变与生活质量下降有关;②低效性呼吸型态与气道堵塞狭窄有关;③睡眠型态紊乱与气道堵塞有关;④焦虑与腺样体肥大影响颌面部发育有关。

### 2.3 护理计划

结合本例患儿实际情况,制定如下计划:①鼻部刮痧治疗,1次/d,15 min/次,连续治疗7d;第8日开始,鼻部刮痧与揞针治疗同时进行,1次/3d,取迎香穴、鼻通穴留置揞针,48 h后取下,治疗时间为8周。②健康宣教:针对患儿饮食指导、气道护理及情志护理等方面进行重点宣教。

### 2.4 护理措施

#### 2.4.1 中医特色护理

##### 2.4.1.1 鼻部刮痧

选择疏风通窍、活血消肿的药油作为刮痧介质,主要成分有细辛、辛夷、白芷、苍耳子、路路通及紫草。患儿取仰卧位,术者洗手后搓热双手,取适量药油涂抹于患儿额头及鼻部周围,避免进入眼睛。操作方法:首先进行鼻部周围推拿按摩,头部取穴“头面四大手法”,即开天门、推坎宫、运太阳穴、揉耳后高骨,按揉鼻通穴、迎香穴、按揉百会穴、按揉风池穴;推宝瓶,用推法由印堂穴至迎香穴单向推拭;擦鼻翼两侧,使用擦法由鼻通穴至迎香穴上下擦动。按摩手法轻柔舒缓,以患儿耐受为宜,用时5 min。使用玉石刮痧板按照“先快刮后慢刮”的原则进行刮痧,首先使用快刮法,逆刮法开天门、边刮法刮拭坎宫穴、平面按揉法刮拭印堂穴、垂直按揉法刮拭山根穴、角刮法刮拭鼻通穴、迎香穴;其次使用推刮法在鼻部周围寻找阳性反应点,然后以软坚散结的手法散结,每次治疗重点针对1~2个反应点进行散结。鼻部刮痧治疗,1次/d,连续治疗7d,第8日开始,1次/3d,15 min/次,持续治疗8周。

##### 2.4.1.2 揞针

操作方法:取穴双侧鼻通穴、迎香穴用75%酒精消毒待干。选择直径0.2 mm,针长0.9 mm的揞针,撕开包装取出后垂直贴于消毒后的穴位,48 h后取下揞针,具体方法详见图1。揞针疗法1次/3d,持续治疗7周。注意事项:①贴针期间请勿抓抠、抓挠突起的树脂,请勿对贴针部位进行重压、拍打、冲撞、碰撞;②若贴针部位出现发红、发

痒、或大面积出现异常反应时,请立即取下停止使用并及时就医;③贴针部位不宜长时间在水中浸泡;④贴针期间每隔3~4 h点按一次,每次按压约20下,以患儿能承受为度。

## 2.4.2 健康宣教

### 2.4.2.1 饮食指导

三餐规律,定时定量,避免过饱过撑,睡前2 h避免进食或喝奶粉。饮食清淡易消化,多食清润肺气、健脾和胃、消食散结的食物,如莲藕、荸荠、银耳、莲子、山楂、淮山、秋葵、西兰花、卷心菜及羽衣甘蓝等。避免生冷寒凉、肥甘厚腻、辛辣刺激的食物,少食甜食、零食。

### 2.4.2.2 生活起居指导

日常生活中避免接触过敏原,外出时佩戴口罩,以免诱发过敏性鼻炎加重鼻塞症状。避免挖鼻孔、揪鼻毛、用力擤鼻涕等不良习惯,可使用生理盐水或海盐水冲洗鼻腔,2次/d,清除鼻涕,缓解鼻塞。睡觉时可适当抬高床头,帮助促进气流流通和分泌物的排出。

### 2.4.2.3 情志护理

向家长及患儿讲解腺样体肥大的病因病机,治疗过程中简述治疗方法和原理,帮助家长了解疾病的进展及转归,帮助建立战胜疾病的信息。家长多陪同患儿进行亲子活动,增加安全感,缓解焦虑的心情。适当进行患儿感兴趣的体育运动,以增强免疫力。

## 2.5 护理评价

### 2.5.1 主观评价

家长反馈,第1次治疗后,患儿感觉舒适,当日入睡时间缩短;第1周治疗结束后,患儿睡眠好转明显,打鼾减少,张口呼吸有所改善;治疗4周后,患儿张口呼吸明显减少,自诉鼻塞好转;治疗8周后,患儿打鼾、张口呼吸消失,食欲增长,精神状态良好。

### 2.5.2 客观评价

在治疗前、治疗第4周和第8周后分别进行OSAHS和睡眠障碍相关症状分级问卷调查,8周后复查X线平片,结果详见表1。

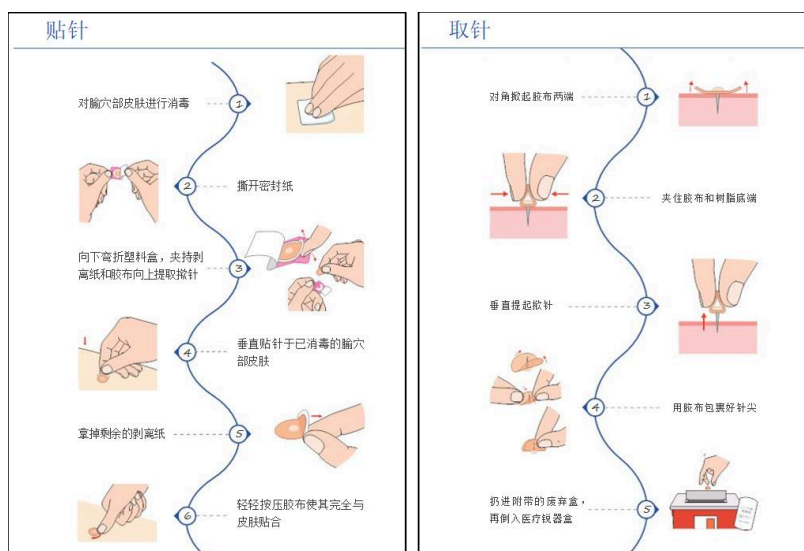


图1 揶针治疗

表1 疗效评估

| 评估项目       | 治疗前  | 治疗4周 | 治疗8周 | 评价标准   |
|------------|------|------|------|--------|
| OSAHS/分    | 85   | 61   | 34   | 轻度受限   |
| 睡眠障碍评估/分   | 18   | 8    | 5    | 轻度睡眠障碍 |
| X线平片 A/N 值 | 0.82 | /    | 0.65 | 轻度肥大   |

## 3 结果和随访

经治疗,患儿鼻塞流涕症状减轻明显,睡眠质量显著提高,张口呼吸现象基本消失。再次复查时家长诉患儿精神状态良好,睡觉打鼾等情况明显改善,家长对治疗效果表示满意。

## 4 讨论

“鼻窒”一名首见于《素问·五常政大论》:“大暑以行,咳嚏、鼽衄、鼻窒”,《素问玄机原病式·六气为病》曰:“鼻窒,窒,塞也”,又曰“但见侧卧上窍通利,下窍窒塞”,指出鼻窒的主要症状特点。此

病多为脏腑虚弱,邪滞鼻窍所致,尤肺脾虚弱及气滞血瘀为多,也可因邪气久滞,肺经伏热致发病<sup>[8]</sup>。肺脾气虚型患儿常因肺卫不足,或久病体弱,肺气耗伤,肺失清肃,邪毒留滞鼻窍。或饮食劳倦,病久失养,损伤脾胃,水湿失运,浊邪滞留鼻窍而为病。治疗当以补益肺脾,通窍散结为原则<sup>[9]</sup>。

刮痧疗法的雏形可追溯到旧石器时代,患病时往往会本能地用手或石片抚摩、捶击体表某部位,有时竟使疾病获得缓解。鼻部刮痧在传统刮痧的基础上,创造性地融合推拿中“头面四大手法”的精髓,通过轻柔地按摩调动鼻部周围气血运行,加速有害物质的代谢<sup>[10]</sup>。玉石质地温润光滑,便于持握,适合用于面部刮痧,且具有润肤生肌、清热解毒、镇静安神、辟邪散浊等作用。开天门即自两眉之间向上直刮至前发际神庭,此手法位于督脉与足太阳膀胱经经过之处,能升举阳气,疏通诸阳经气,为后续操作“开窍”奠基。推坎宫自眉头攒竹穴沿眉弓刮至眉尾丝竹空穴,刺激足太阳膀胱经起始部位以及鱼腰穴,可疏风解表、清利头目。太阳穴为头面部气血交汇要冲,疏风清热、通络止痛作用显著,可缓解腺样体肥大引起的头痛、目胀等。耳后高骨属于足少阳胆经,可驱风散寒、通络开窍、安神定志,对于改善睡眠障碍有良效。“头面四大手法”作用于鼻周重要穴位,调动头面部气血运行,松解局部肌肉紧张,为后续鼻部刮痧创造气血通畅的环境。迎香穴属手阳明大肠经,出自《针灸甲乙经》,大肠经“上挟鼻孔”刺激此穴能直接疏通鼻部经络气血。鼻通穴,又名上迎香,是近代医学公认的鼻病特效穴,《常用新医疗法手册》:“鼻通主治鼻炎,鼻塞,鼻部疳疮等”,此二穴配伍,是远近结合,标本兼顾的经典组合。刮拭可祛头面之风,散巅顶之寒;也可促进鼻周围的血液循环,使气血畅通,外邪不容易侵入体内,从而增强抵抗病菌的能力<sup>[11-13]</sup>。

揠针的早期应用和发展主要基于《内经》中的浅刺理论,包括“浮刺”“毛刺”“扬刺”“半刺”及“直刺”等方法,这些方法通过刺激人体表浅部位(皮部)来激发卫气、调和阴阳、疏通经络,从而达到治疗疾病的目的<sup>[14]</sup>。中国近代的中医学家承淡安受日本医学家赤羽幸兵卫的启发,结合传统浅刺理论,发明了现在使用简便的揠针。揠针通过长时间、持续、温和地刺激皮部及腧穴,能够有效的调节经络气血运行、激发卫气抗邪能力及脏腑功能,

最终实现阴阳平衡,防治疾病的效果<sup>[15]</sup>。迎香穴位于鼻翼外缘中点旁,鼻唇沟中,是手阳明大肠经的终点穴,直接位于鼻旁。《针灸大成》记载其主治“鼻塞不闻香臭……”,是治疗鼻部疾病的要穴和首选穴。鼻通穴,位于鼻翼软骨与鼻甲交界处,当鼻唇沟上端尽头处,属于经外奇穴,紧贴鼻腔外侧壁,刺激该穴可直接作用于鼻腔结构,改善通气。此二穴均位于鼻旁皮肉浅薄处,符合揠针浅刺皮部的理论要求。在两次鼻部刮痧治疗的间隔期间使用揠针埋植于迎香穴和鼻通穴,能提供持续48 h的温和刺激,不间断地发挥宣通鼻窍、调节局部气血和免疫(卫气)的作用,巩固鼻部刮痧的即时治疗效果。同时面部穴位对刺激敏感,揠针刺刺激温和、无痛,埋针后不影响日常活动,患儿的依从性好,适合需长期调理的腺样体肥大患者<sup>[16-18]</sup>。

综上所述,鼻部刮痧联合揠针在腺样体肥大患儿的治疗中具有显著的效果,可有效的缓解患儿因气道堵塞导致的鼻塞、睡觉打鼾、张嘴呼吸等症状,值得临床借鉴推广。

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] 袁斌,姜之炎,马华安,等. 儿童腺样体肥大中医临床实践指南[J]. 南京中医药大学学报, 2024, 40(2): 76-81.  
YUAN B, JIANG Z Y, MA H A, et al. Clinical practice guidelines for TCM in children with adenoidal hypertrophy [J]. J Nanjing Univ Tradit Chin Med, 2024, 40(2): 76-81. (in Chinese)
- [2] 蒲文焱,姜之炎. 儿童腺样体肥大中医病因病机及治疗进展探讨[J]. 辽宁中医药大学学报, 2024, 26(6): 93-98.  
PU W Y, JIANG Z Y. Etiology, pathogenesis and treatment progress of traditional Chinese medicine in children with adenoid hypertrophy [J]. J Liaoning Univ Tradit Chin Med, 2024, 26(6): 93-98. (in Chinese)
- [3] 徐静,严美爱,卢钰芬. 腺样体肥大所致5~10岁儿童鼻气道阻塞的评价及对颌面部发育的影响[J]. 吉林医学, 2025, 46(2): 328-331.  
XU J, YAN M A, LU Y F. Evaluation of nasal airway obstruction caused by adenoid hypertrophy in children aged 5 ~ 10 years and its influence on maxillofacial development [J]. Jilin Med J, 2025, 46(2):

- 328-331. (in Chinese)
- [4] 孙园园, 张玉诗, 陈长林. 低温等离子手术治疗扁桃体并腺样体肥大的有效性及安全性探讨[J]. 智慧健康, 2023, 9(20): 203-207.  
SUN Y Y, ZHANG Y S, CHEN C L. Effect and safety discussion of low-temperature plasma surgery for tonsil with adenoid hypertrophy [J]. Smart Health, 2023, 9(20): 203-207. (in Chinese)
- [5] 高新颜. 中医对慢性鼻炎的认知及“鼻塞”的定名[J]. 中华医史杂志, 2022, 52(3): 157-161.  
GAO X Y. The understanding of chronic rhinitis in traditional Chinese medicine and the definition of nasal obstruction disease [J]. Chin J Med Hist, 2022, 52(3): 157-161. (in Chinese)
- [6] 曾国辉, 徐果, 高中, 等. OSA-18量表与阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征患儿病情程度的相关性分析[J]. 临床医学研究与实践, 2022, 7(19): 38-42.  
ZENG G H, XU G, GAO Z, et al. Correlation analysis between OSA-18 scale and the severity of obstructive sleep apnea hypopnea syndrome in children [J]. Clin Res Pract, 2022, 7(19): 38-42. (in Chinese)
- [7] 孙书臣, 马彦, 乔静, 等. 《儿童腺样体肥大引发睡眠呼吸障碍的中医诊疗专家共识》[J]. 世界睡眠医学杂志, 2014, 1(6): 316-320.  
SUN S C, MA Y, QIAO J, et al. "Expert Consensus on Traditional Chinese Medicine Diagnosis and Treatment of Sleep Disorders Caused by Adenoid Hypertrophy in Children" [J]. World J Sleep Med, 2014, 1(6): 316-320. (in Chinese)
- [8] 郭裕, 刘大新. 中医耳鼻喉科学现代进展略述[J]. 中国中西医结合耳鼻喉科杂志, 2023, 31(6): 401-404.  
GUO Y, LIU D X. Brief introduction to the modern progress of otorhinolaryngology in traditional Chinese medicine [J]. Chin J Otorhinolaryngol Integr Med, 2023, 31(6): 401-404. (in Chinese)
- [9] 柳平, 胡思源, 蔡秋晗, 等. 中药治疗儿童腺样体肥大临床试验设计与评价概要[J]. 中国新药杂志, 2025, 34(3): 292-296.  
LIU P, HU S Y, CAI Q H, et al. Clinical trial design and evaluation of traditional Chinese medicine in the treatment of adenoid hypertrophy in children [J]. Chin J New Drugs, 2025, 34(3): 292-296. (in Chinese)
- [10] 赖盛秀, 林媛, 谢春娣. 鼻部推拿联合灸百会治疗小儿鼻窦炎的临床疗效[J]. 深圳中西医结合杂志, 2023, 33(22): 51-54.  
LAI S X, LIN Y, XIE C D. Clinical efficacy of nasal massage combined with moxibustion Baihui in treating pediatric sinusitis [J]. Shenzhen J Integr Tradit Chin West Med, 2023, 33(22): 51-54. (in Chinese)
- [11] 郑涵尹, 刘建材, 李传芬, 等. 刮痧疗法临床研究现状与展望[J]. 光明中医, 2024, 39(6): 1225-1228.  
ZHENG H Y, LIU J C, LI C F, et al. Clinical research status and prospect of scrapping therapy [J]. Guangming J Chin Med, 2024, 39(6): 1225-1228. (in Chinese)
- [12] 李静, 杨静, 赵婷, 等. 杨继军面部十线刮痧法治疗头面疾病的应用[J]. 河北中医药学报, 2024, 39(1): 31-34.  
LI J, YANG J, ZHAO T, et al. Application of professor Yang jijun's facial ten-line scraping method in treatment of head and face diseases [J]. J Hebei Tradit Chin Med Pharmacol, 2024, 39(1): 31-34. (in Chinese)
- [13] 王喜臣, 曲姝妍, 刘子萱, 等. 中医外治法治疗腺样体肥大的研究进展[J]. 长春中医药大学学报, 2022, 38(7): 823-826.  
WANG X C, QU S Y, LIU Z X, et al. Research progress of TCM external treatment for adenoid hypertrophy [J]. J Changchun Univ Tradit Chin Med, 2022, 38(7): 823-826. (in Chinese)
- [14] 李小莉, 林婷婷, 吴萍. 皮内针联合穴位贴敷治疗过敏性鼻炎的临床观察[J]. 健康之家, 2024(20): 125-127.  
LI X L, LIN T T, WU P. Clinical observation on treatment of allergic rhinitis with intradermal acupuncture combined with acupoint application [J]. Care Health, 2024(20): 125-127. (in Chinese)
- [15] 谢晨, 黄琴峰, 杨光, 等. 基于文献计量分析皮内针疗法适宜病症与临床应用进展[J]. 上海针灸杂志, 2024, 43(5): 576-582.  
XIE C, HUANG Q F, YANG G, et al. Bibliometric analyses of appropriate conditions for intradermal needle therapy and progress in clinical applications [J]. Shanghai J Acupunct Moxibustion, 2024, 43(5): 576-582. (in Chinese)
- [16] 陈光悦, 张春玲. 揶针留针迎香穴、鼻通穴、印堂穴治疗儿童腺样体肥大的临床观察[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊), 2020, 20(88): 219-220.  
CHEN G Y, ZHANG C L. Clinical Observation on

- the Treatment of Children's Adenoid Hypertrophy by Pressing Needles at Yingxiang Acupoint, Ningtong Acupoint and Yintang Acupoint [J]. *World Latest Med Inf*, 2020, 20(88): 219-220. (in Chinese)
- [17] 项冰, 张丽敏. 小儿推拿联合揸针治疗小儿腺样体肥大的临床效果[J]. *妇儿健康导刊*, 2023(13): 85-87.
- XIANG B, ZHANG L M. Clinical effect of pediatric massage combined with pressing needle in the treatment of adenoid hypertrophy in children [J]. *J Women Child Health Guide*, 2023(13): 85-87. (in Chinese)
- [18] 刘文静, 梁俊薇, 韩秀丽. 小儿鼾眠方联合揸针治疗儿童腺样体肥大疗效观察[J]. *山西中医*, 2023, 39(12): 25-27.
- LIU W J, LIANG J W, HAN X L. Efficacy observation of Xiaer Hanmian formula and press needle on adenoid hypertrophy of children [J]. *Shanxi J Tradit Chin Med*, 2023, 39(12): 25-27. (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。