

温灸联合低频电流刺激治疗 1 例 产后尿潴留的护理体会

赵翠美, 孔迎春

(北京市大兴区中西医结合医院 妇产科, 北京, 100076)

摘要: 本文总结 1 例温灸联合低频电流刺激治疗产后尿潴留的护理体会。针对产妇的症状特点进行辨证, 采取温灸联合低频电流刺激的中西医结合特色护理手段, 并开展饮食护理、情志护理和健康宣教, 加强患者营养支持, 疏导患者负性情绪, 提高患者对于治疗和护理的依从性, 有效改善产妇产后尿潴留的情况, 提高患者生活质量。

关键词: 温灸; 低频电流刺激; 产后尿潴留; 中西医结合护理

Nursing Experience of Warm Moxibustion Combined with Low-Frequency Electrical Stimulation in Treating Postpartum Urinary Retention: A Case Report

ZHAO Cuimei, KONG Yingchun

(Department of Gynecology and Obstetrics, Beijing Daxing Integrated Traditional Chinese and
Western Medicine Hospital, Beijing, 100076)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of a postpartum urinary retention case treated with warm moxibustion combined with low-frequency electrical stimulation. Based on syndrome differentiation of the patient's symptoms, an integrated Traditional Chinese Medicine (TCM) and Western nursing approach was adopted, incorporating dietary guidance, emotional counseling, and health education. These interventions enhanced nutritional support, alleviated negative emotions, improved patient compliance, and effectively resolved postpartum urinary retention, thereby improving the patient's quality of life.

KEY WORDS: warm moxibustion; low-frequency electrical stimulation; postpartum urinary retention; integrated TCM and Western nursing

产后尿潴留 (Postpartum Urinary Retention, PUR) 是产科常见的并发症, 主要表现为产妇产后膀胱尿液无法及时或完全排空, 可能伴随会阴部疼痛、下腹胀满且窘急拒按、排尿困难以及膀胱充盈等症状^[1]。PUR 的发生机制较为复杂, 主要包括产程中神经反射抑制、盆底组织损伤、膀胱功能障碍等^[2]。如果 PUR 未能得到及时干预, 可能会导致膀胱过度膨胀、逼尿肌功能受损, 进而影响产妇产后子宫复旧, 增加泌尿系统感染和慢性尿潴留的风险, 影响产妇的产褥期恢复和生活质量^[3]。

近年来, 中西医结合护理干预在 PUR 患者中取得良好疗效。温灸作为中医外治法之一, 具有温经散寒、补益气血的作用^[4]; 低频电流刺激则通

过脉冲电刺激的物理治疗作用, 促进膀胱逼尿肌的收缩功能, 改善排尿障碍^[5]。二者联合应用, 优势互补, 理论上能够协同发挥疗效^[6-7]。本文对 1 例产后尿潴留患者的护理进行总结, 探索温灸联合低频电流刺激的中西医结合护理干预在 PUR 患者中的应用价值。现将治疗、护理情况以及经验体会报告如下。

1 临床资料

1.1 患者信息

患者为初产妇, 30 岁, 因孕 38 周⁴⁵, LOA 胎位, 先兆临产于 2025 年 03 月 19 日 22:15 分收入院。患者既往体健, 孕期平顺且无尿潴留、高血压、糖尿

病等病史。分娩过程顺利,于2025年03月20日09:50侧切助娩一男活婴,体重3500 g。产后予产妇口服生化汤以促进子宫收缩,达到补气养血、化瘀生新的目的,同时予以预防感染对症治疗。产后5 h出现排尿困难症状,伴有耻骨上区胀痛和焦虑情绪。产妇家庭支持良好,育儿压力中等。

1.2 查体

护理体检显示,患者体温(T)36.3℃,脉搏(P)90次/min,呼吸(R)19次/min,血压(BP)121/70 mm Hg。体格检查显示产妇神志清楚,精神状态一般,膀胱区饱满,耻骨联合上方轻压痛,导尿后尿量约850 mL;产后子宫收缩良好,恶露正常,生命体征平稳;B超专科辅助检查显示,患者膀胱充盈,壁厚正常,无尿路解剖异常。

1.3 诊断

西医诊断:产后尿潴留;中医诊断:产后小便不通(气血虚弱证,患者为初产妇,产后突发小便不通,伴见小腹胀痛,面色少华,神疲乏力,舌质淡,苔薄白,脉虚弱,符合《中医妇科学》所述“气血两虚,膀胱气化失司”的病机特点,系产后气血骤损,膀胱失于温化所致)。

1.4 治疗干预

患者接受中西医结合治疗,以温灸联合低频电流刺激干预为主,同时配合饮食调理,情志护理及健康宣教等综合护理措施。治疗1次/d,共持续3 d,治疗结束时,患者自主排尿功能恢复,下腹胀痛缓解,尿潴留症状明显改善。

2 护理

2.1 护理评估

产后尿潴留严重程度评估:患者自主排尿困难,排尿不畅并且小腹胀痛,膀胱充盈,尿潴留程度中等偏高^[8]。心理评估^[9]:因突发排尿困难,患者出现焦虑情绪,主要表现为坐卧不安、反复询问治疗效果,担忧是否能够康复。使用焦虑自评量表(Self-rating anxiety scale, SAS)评估患者焦虑程度,患者评分55分,符合轻度焦虑症状;使用抑郁自评量表(Self-rating depression scale, SDS)评估患者抑郁状态,患者评分31分,表明患者基本无抑郁情绪。

2.2 护理诊断

①尿潴留与产妇体质及生育产婴行为有关;②排尿不畅等排尿异常与盆底组织损伤引起的产后尿潴留有关;③焦虑与担心产后尿潴留症状能够较快康复有关。

2.3 护理计划

运用温灸联合低频电流刺激的中西医结合护理方法,以促进盆底肌肉的恢复,进而推动膀胱功能恢复,从而缓解排尿困难的症状,同时稳定患者情绪,疏导焦虑等不良情绪,加强产妇饮食护理、情志护理和健康宣教以促进产妇的产后康复。

2.4 中西医结合护理

2.4.1 温灸

温灸操作方法,具体如下:①产妇取平躺体位,暴露脐下至耻骨联合处皮肤,检查皮肤状况后清洁皮肤表面,准备选用艾条以悬灸法施灸;②取穴中极、关元、水道、气海、三阴交等穴位,每次温灸15 min,1次/d,连续治疗3 d,以局部皮肤潮红、温热舒适为宜,操作时注意防止烫伤和烟雾刺激;③密切观察患者反应,询问患者的感觉是否舒适,防止出现烫伤,嘱咐患者配合舒缓呼吸,促进经络气血运行;④灸疗结束后,嘱咐患者注意保暖,防止受凉,以巩固疗效,防止症状反复。

2.4.2 低频电流刺激

使用低频电疗仪进行低频电流刺激,具体操作方法如下:①产妇取仰卧体位,对脐部以下耻骨上方的皮肤消毒处理,消毒电极片后涂抹上耦合剂,贴附于患者的消毒部位;②打开低频电疗仪电源,电流强度根据患者耐受情况逐步调节,治疗持续20 min,每日治疗1次,疗程为连续治疗3 d,嘱咐患者全身放松,保持呼吸平稳;③利用低频电流刺激膀胱逼尿肌及盆底肌群,促进其节律性收缩,推进膀胱自主收缩和排尿反射的恢复,缓解尿潴留症状;④护理过程中密切观察患者的反应,如果患者出现强烈的不适感应当及时减弱电流强度。

2.5 常规护理

2.5.1 一般护理

为患者提供舒适安静的病房环境,保持室内温度适宜、空气流通,减少不良刺激。指导患者适量下床活动,避免剧烈活动。及时更换会阴垫,保持局部清洁干燥。鼓励患者积极配合治疗,建立良好的护患关系,增强患者康复信心。鼓励患者勤排尿,每2~3 h自行排尿,避免膀胱过度充盈。

2.5.2 饮食护理

指导患者多饮温开水,保证每日的必需饮水量^[10];饮食推荐清淡、易消化、富含维生素与优质蛋白质的食物,避免食用辛辣、油腻、生冷的刺激性食物,避免进一步刺激膀胱。每日定时定量,保持良好的饮食习惯,以促进产后康复和机体免疫

力的提升。

2.5.3 情志护理

积极倾听患者诉求,耐心解答其疑虑,运用沟通技巧和心理疏导,帮助患者缓解焦虑情绪。向患者解释产后尿潴留的常见性和可逆性,增强其康复信心。鼓励患者表达内心感受,分享情绪体验,引导负性情绪合理宣泄。指导患者进行深呼吸等减压技巧,营造积极、温暖的护理氛围,增强患者的治疗和护理依从性^[11]。

2.5.4 健康宣教

向患者及其家属详细讲解产后尿潴留的病因、症状及恢复过程,强调综合护理措施的重要性和中西医结合护理的合理性。指导患者科学保持充足睡眠,避免久坐或者憋尿。介绍温灸和低频电流刺激等中西医结合治疗的作用和注意事项,提高患者的依从性。普及会阴护理及卫生知识,预防感染。

2.6 护理评价

经过3 d的中西医结合护理和治疗,患者能够完全自主排尿,排尿功能逐步恢复,下腹的胀痛感明显得到缓解,尿潴留情况明显减轻。同时,患者心理状态得到明显改善,患者对治疗及护理过程表现出较高的依从性,对护理效果满意,生活质量得到明显提升。

3 结果和随访

患者于2025年03月23日完成为期3 d的中西医结合治疗,症状明显缓解,能自主排尿,下腹胀痛消失,焦虑情绪改善,生活质量提升。出院后,于2025年03月30日通过电话方式对患者进行随访,患者主诉排尿功能正常,无再次出现尿潴留症状,无不适反应,对治疗及护理过程表示满意,心理状态稳定,育儿适应良好,恢复情况良好。

4 讨论

PUR是分娩后常见的并发症之一,通常表现为产妇在产后一定时间内无法自主排尿,如果不及干预,可能影响子宫复旧、增加泌尿系统感染和慢性尿潴留的风险。近年来的临床研究表明,PUR的发生机制涉及解剖结构变化、生理功能紊乱及心理应激等多重因素^[12]。西医认为盆底神经功能受抑制、逼尿肌协调障碍及会阴区损伤等是主要原因,而中医将其归于“癃闭”“小便不利”的范畴,多从“膀胱气化失司”角度论治,治疗上主张调和气血、温阳通窍。

尿潴留的发生与膀胱气化不利有关。利用艾灸温热刺激、温通经络、调节气血的功能,通过悬灸对特定穴位进行刺激,可促进膀胱功能的恢复^[13]。根据《中医临床诊疗指南·妇科分册》及近年多项护理研究报道,温灸具有温经散寒、通利小便的功效,适用于气虚型产后尿潴留患者。使用低频电疗仪,刺激患者盆底肌肉的收缩与放松,可促进肌肉张力恢复^[14]。低频电流刺激在促进逼尿肌和盆底肌肉恢复之后,有助于增强排尿反射^[15]。温灸与低频电流刺激具有协同作用,成为中西医结合护理中较具特色的干预手段^[16]。本病例即采用温灸联合低频电流刺激进行护理干预,并辅以饮食调理、情志护理及健康教育,形成多维度综合护理模式。

该患者在接受连续3 d的治疗后,自主排尿功能明显恢复,下腹胀痛缓解,SAS评分下降,护理依从性与满意度显著提升,说明中西医结合干预在PUR护理中的可行性和有效性。护理过程强调辨证施护、心理疏导及生活行为指导,符合现代整体护理理念。尽管本病例显示出良好的干预效果,但是仍然存在一定的局限性。首先,作为单一病例,缺乏对照组与量化分析,结果不能推广适用于所有PUR患者;其次,本研究主要依赖主观症状观察与护理记录,缺少生理参数如膀胱功能恢复指标、尿动力学检测等客观数据支持,个体因素如体质、分娩方式、心理状态等亦可能影响治疗响应。温灸联合低频电流刺激作为中西医结合护理措施,在本例产后尿潴留患者中取得了较好效果。本病例提示,采用辨证施护与个体化综合干预有助于促进排尿功能恢复与情绪稳定,值得在后续研究中进一步探索与评估其推广价值。

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] NUTAITIS A C, MECKES N A, MADSEN A M, et al. Postpartum urinary retention: an expert review [J]. *Am J Obstet Gynecol*, 2023, 228(1): 14–21.
- [2] DOLEZAL P, OSTATNIKOVA M, BALAZOVJECHOVA B, et al. Covert postpartum urinary retention: causes and consequences (PAREZ study) [J]. *Int Urogynecol J*, 2022, 33(8): 2307–2314.
- [3] MOHR S, RAIIO L, GOBRECHT-KELLER U, et

- al. Postpartum urinary retention: what are the sequelae? A long-term study and review of the literature [J]. *Int Urogynecol J*, 2022, 33(6): 1601–1608.
- [4] 林琳. 选穴温灸法预防产后尿潴留的临床观察[J]. *中国民间疗法*, 2021, 29(6): 51–53.
- LIN L. Clinical observation of warm moxibustion in preventing postpartum urinary retention [J]. *China's Naturopathy*, 2021, 29(6): 51–53. (in Chinese)
- [5] 莫秀敏. 低频电流刺激联合早期护理干预对产后恢复的应用效果[J]. *实用妇科内分泌电子杂志*, 2023, 10(22): 124–126.
- MO X M. The application effect of low-frequency current stimulation combined with early nursing intervention on postpartum recovery [J]. *Electron J Pract Gynecol Endocrinol*, 2023, 10(22): 124–126. (in Chinese)
- [6] 苗蕾. 低频脉冲电刺激技术结合温针灸治疗产后尿潴留临床观察[J]. *中国中医药现代远程教育*, 2023, 21(23): 105–107.
- MIAO L. Low frequency pulse electrical stimulation combined with warm needle moxibustion in the treatment of postpartum urinary retention [J]. *Chin Med Mod Distance Educ China*, 2023, 21(23): 105–107. (in Chinese)
- [7] 朱秀梅. 雷火灸加电刺激对产后尿潴留的疗效观察[J]. *中国现代药物应用*, 2024, 18(11): 149–152.
- ZHU X M. Efficacy observation of thunder-fire moxibustion combined with electric stimulation on postpartum urinary retention [J]. *Chin J Mod Drug Appl*, 2024, 18(11): 149–152. (in Chinese)
- [8] 温永明. 针灸通调气机法治疗产后尿潴留的临床研究[D]. 昆明: 云南中医药大学, 2020.
- [9] LIU X Y, CHEN X B, WEN Y L, et al. Effect of psychological nursing intervention combined with acupressure on postoperative recovery of women after cesarean section [J]. *World J Clin Cases*, 2024, 12(21): 4527–4535.
- [10] 林玲. 早期护理干预联合早期饮水疗法对阴道分娩患者产后尿潴留的影响[J]. *当代护士(下旬刊)*, 2021, 28(9): 93–95.
- LIN L. The influence of early nursing intervention combined with early fluid intake therapy on postpartum urinary retention in vaginal delivery patients [J]. *Mod Nurse*, 2021, 28(9): 93–95. (in Chinese)
- [11] 于燕平. 情志调护联合推拿对产后尿潴留患者心理压力和膀胱功能的影响[J]. *妇儿健康导刊*, 2024(2): 176–178, 182.
- YU Y P. Effect of emotional nursing combined with massage on psychological pressure and bladder function in patients with postpartum urinary retention [J]. *J Women Child Health Guide*, 2024(2): 176–178, 182. (in Chinese)
- [12] 季炜鹏, 高洁, 陈斌. 耳穴贴压对肛周脓肿患者术后疼痛、尿潴留及心理状态的影响[J]. *中医药导报*, 2022, 28(3): 72–76.
- JI W P, GAO J, CHEN B. Effect of auricular point sticking on postoperative pain, urinary retention and psychological state of patients with perianal abscess [J]. *Guid J Tradit Chin Med Pharm*, 2022, 28(3): 72–76. (in Chinese)
- [13] 黄静, 丁德权, 朱巧玲, 等. 温针灸加按摩利尿穴治疗产后尿潴留疗效观察[J]. *中西医结合研究*, 2022, 14(3): 190–192, 196.
- HUANG J, DING D Q, ZHU Q L, et al. Observation on the Therapeutic Effect of Warm Acupuncture Combined with Massage on Urinary Retention after Delivery [J]. *Res Integr Tradit Chin West Med*, 2022, 14(3): 190–192, 196. (in Chinese)
- [14] 王美蓉, 江婉芳, 沈嘉华. 早期护理干预联合产后低频电流刺激预防产后尿潴留发生的临床研究[J]. *中医外治杂志*, 2021, 30(5): 60–61.
- WANG M R, JIANG W F, SHEN J H. Clinical Study on the Prevention of Postpartum Urinary Retention through Early Nursing Intervention Combined with Low-Frequency Current Stimulation after Delivery [J]. *J Extern Ther Tradit Chin Med*, 2021, 30(5): 60–61. (in Chinese)
- [15] 温兴贵, 丘驰, 徐燕颜, 等. 低频脉冲电刺激治疗产后尿潴留的效果观察[J]. *当代护士(下旬刊)*, 2021, 28(8): 67–68.
- WEN X G, QIU C, XU Y Y, et al. Observation on the Effect of Low-Frequency Pulsed Electrical Stimulation in Treating Postpartum Urinary Retention [J]. *Mod Nurse*, 2021, 28(8): 67–68. (in Chinese)
- [16] 曾艳珍, 徐敏娟, 刘媛媛. 温针灸联合低频脉冲电治疗产后尿潴留临床观察[J]. *光明中医*, 2025, 40(7): 1369–1371.
- ZENG Y Z, XU M J, LIU Y Y. Clinical Observation on the Treatment of Postpartum Urinary Retention with Warm Acupuncture Combined with Low-Frequency Pulsed Electricity [J]. *Guangming J Chin Med*, 2025, 40(7): 1369–1371. (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。