

DOI: 10.12209/CAIM202505280005

· 中西医结合临床案例 ·

耳穴综合疗法联合引导性音乐 治疗 1 例胃痞病的护理报告

孟彬彬¹, 黄砚萍², 田小冬²

(1. 中国中医科学院广安门医院南区 肿瘤脾胃科, 北京, 102618;

2. 中国中医科学院西苑医院 脾胃科, 北京, 100091)

摘要: 胃痞病是一种常见消化系统疾病,以自觉胃脘痞塞不通、满闷不舒为主要临床表现。本研究以 1 例 68 岁女性胃痞病患者为观察对象,采用耳穴综合疗法联合引导性音乐进行干预。通过个性化的护理措施,包括辨证施术、辨证施膳、辨证施乐、辨证施养及生活起居护理等,患者胃胀、烧心症状显著改善,情绪状态和睡眠质量得到明显提升,打破情志与胃肠功能互为影响的恶性循环,提高患者生活质量,为胃痞病的治疗和护理提供了新的思路和方法。

关键词: 胃痞病; 肝胃气滞; 耳穴; 引导性音乐; 个案护理

Nursing Report on Combined Auricular Therapy and Guided Music Therapy for a Patient with Gastric Stuffiness Disorder

MENG Binbin¹, HUANG Yanping², TIAN Xiaodong²(1. Department of Oncology & Gastroenterology, Guang'anmen Hospital South Campus,
China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing, 102618;2. Department of Gastroenterology, Xiyuan Hospital, China Academy of
Chinese Medical Sciences, Beijing, 100091)

ABSTRACT: Gastric distension is a common digestive system disorder, with the main clinical manifestations being a feeling of blocked and uncomfortable fullness in the upper abdomen and a sense of heaviness and discomfort. This study took a 68-year-old female patient with gastric distension as the observation subject and used the comprehensive auricular therapy combined with guiding music for intervention. Through personalized nursing measures, including syndrome-based treatment, syndrome-based diet, syndrome-based entertainment, syndrome-based care, and daily living care, the patient's symptoms of gastric distension and heartburn were significantly improved, and the emotional state and sleep quality were significantly enhanced. This broke the vicious cycle where emotions and gastrointestinal functions mutually influence each other, improved the quality of life of the patient, and provided new ideas and methods for the treatment and care of gastric distension.

KEY WORDS: gastric distension; liver-stomach qi stagnation; auricular therapy; guiding music; case nursing

胃痞病是以胃脘痞塞满闷为主症的常见消化系统疾病,对应现代医学的功能性消化不良、慢性胃炎等疾病^[1]。其发病与肝胃气滞密切相关,情志不畅(如焦虑抑郁)和饮食失调(如暴饮暴食)是主要诱因^[2]。中医病机认为肝气郁结横逆犯胃,导致胃失和降;现代医学则证实精神心理因素可通过迷走神经介导的脑-肠轴紊乱,促使肠道 5-

羟色胺释放增加,进而引发内脏高敏感性和胃肠功能障碍,形成“情绪—胃肠症状”恶性循环^[3]。传统西医治疗(如抑酸药、促动力药)虽能短期缓解症状,但存在复发率高(约 40%)和长期用药导致胃内菌群失调的风险^[4]。本研究采用耳穴综合疗法联合五行音乐干预,通过同步调节神经递质分泌和自主神经功能,结合辨证施护,为打破这一

收稿日期: 2025-05-28

OPEN ACCESS

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

恶性循环提供中西医结合护理新策略。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者女性,68岁,主因“间断胃胀3月余”于2025年03月24日由门诊以“胃痞病”收入脾胃科。患者自述间断胃胀,伴有胃部烧灼感,心慌,情绪不佳,且处于抑郁状态,睡眠障碍,平素需依赖助眠药物维持睡眠。既往高血压病史10年,最高血压达150/90 mm Hg,入院时血压140/79 mm Hg,属高血压1级(中危);甲状腺功能减退病史17年,曾行乳腺结节手术(具体时间不详)。

1.2 查体

一般情况:患者神志清,精神欠佳,面容正常,面色少华;生命体征平稳,血压(BP)140/79 mm Hg,脉搏(P)76次/min,呼吸(R)18次/min,体温(T)36.5℃。专科查体:腹部平软,肠鸣音4次/min,无压痛及反跳痛,肝脾未触及。中医四诊:望诊:神志清,精神欠佳,两目乏神,呼吸平稳,舌暗红,苔薄白,舌体正常;闻诊:语音清晰,无特殊气味;问诊:间断胃胀,伴有胃部烧灼感,心慌,情绪不畅,睡眠障碍,每日排便1次,大便成形;脉诊:脉弦。

1.3 辅助检查

B超检查:胆囊息肉样病变,子宫肌瘤;胃镜检查:慢性萎缩性胃炎(C3)伴肠化。

1.4 诊断

西医诊断:慢性浅表性胃炎;中医诊断:胃痞病,肝胃气滞证。辨证依据:肝气郁结横逆犯胃,胃气不能和降,导致胃脘胀满、痞塞感;情绪不畅、睡眠障碍是肝气郁结、心神不宁的表现;舌暗红、苔薄白、脉弦为肝胃气滞的典型舌脉象。因此,综合望、闻、问、切四诊信息,辨证为胃痞病肝胃气滞证。

1.5 治疗

中医治疗原则以疏肝理气,降逆和胃为主。遵医嘱予患者中药口服,1剂/d,以疏肝理气、和胃;予耳穴综合操作技术治疗,选用耳部按摩、耳穴刮痧及耳部放血,2次/周,30 min/次;联合应用引导性音乐进行干预(《参观苹果园》),2次/d,15 min/次,共治疗8次,患者胃胀、烧心症状好转,睡眠质量提高,已于2025年03月31日出院。

2 护理

2.1 护理评估

采用功能性消化不良患者PRO量表评估,患

者胃食管反流(20分)、消化不良(26分)、排便情况(30分)、全身状况(24分)等躯体症状维度评分较高,心理情绪(11分)和社会功能(6分)相对较轻,提示以消化道症状为主导的临床表现^[5]。焦虑自评量表(SAS)得分为61分(中度焦虑),抑郁自评量表(SDS)得分为20分(中度抑郁),匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)得分为15分(睡眠质量较差)^[6]。

2.2 护理诊断

舒适障碍:与肝气郁结横逆犯胃、胃失和降及气机不畅影响心血运行有关,表现为胃脘胀满、心慌、胸闷等不适。焦虑:与疾病认知不足、症状反复发作及生活质量下降有关,表现为主诉紧张不安、SAS评分升高。睡眠模式紊乱:与胃脘胀满、痞塞感及焦虑情绪有关,表现为入睡困难、睡眠浅、多梦,PSQI评分升高。

2.3 护理计划

结合本例患者实际及护理诊断结果,制定如下护理计划:运用中医辨证论治发挥中医特色技术优势,达到疏肝理气、降逆和胃的作用,改善患者胃胀、烧心症状,缓解患者焦虑、抑郁情绪,避免发生相关并发症,提高患者的生活质量及护理满意度。

2.4 护理措施

2.4.1 辨证施术

2.4.1.1 耳穴按摩

操作步骤:①操作准备:护理人员清洁双手后,修剪指甲,患者取平卧位,用75%酒精棉签进行耳部消毒,祛除皮屑,再在耳部皮肤上涂抹少量刮痧油。②按摩手法:双手握空拳,以拇指、食指进行按摩大周天、小周天。大周天沿耳轮4、耳轮3、耳轮2、耳轮1—耳尖穴—上耳根至耳廓前、耳屏前缘—耳垂前缘—耳垂下缘,与耳轮4会合;小周天自皮质—下脑垂体—脑干—甲状腺—颈—胸—肋缘—下腹—对耳轮下脚至交感—外交感—外耳—耳屏前—目1—升压点。一分钟120次速度,按摩3 min达到耳轮充血、发热即可,可打通身体的任督二脉,促进全身气血的通畅^[7]。③操作时间及疗程:2次/周,该患者治疗3次。

2.4.1.2 耳部刮痧

操作步骤:①辨证选穴:选取耳轮脚消化道、神门穴、交感穴^[8]。②操作要点:患者取坐卧位,涂抹刮痧油,右手拇指、食指固定耳廓前后,充分暴露刮拭部位;左手手持砭石耳部刮痧器,尾端刮

拭,耳轮脚消化道自口、食管、贲门、胃、十二指肠、小肠、乙状结肠、小肠、大肠的方向采用慢推刮法进行刮拭10次;刮至贲门、胃阳性反应点采取舒筋散结法重点刮拭;神门穴、交感穴刮拭,即左手托住耳廓,右手取砭石耳部刮痧器用尾端以45°角,平面朝下,由下而上,由内而外顺序刮拭25下,采用点按+按揉法重点刮拭;刮拭过程中选用适宜的压力及强度,患者能耐受为宜,速度要慢,每个穴位上都要停留。③操作时间及疗程:每3 d刮拭一次,3次为一个疗程。

2.4.1.3 耳部放血

操作方法:①操作部位:双耳的耳尖穴以及轮1和轮3。②操作准备:护理人员清洁双手后,修剪指甲,患者取平卧位,用75%酒精棉签进行耳部消毒,祛除皮屑,再在耳部皮肤上涂抹少量刮痧油。③操作要点:一手大拇指和食指捏住耳尖穴周围皮肤,用一次性采血针快速刺入耳尖穴加轮1轮3。由远及近轻轻挤压耳尖穴周围皮肤,血从耳尖穴挤出,挤出1~20滴,用一次性无菌棉签擦拭血液以血色由暗红转为鲜红或颜色变浅为度,放血后再予75%酒精棉签消毒2遍,操作过程保持无菌。耳尖放血常见的并发症为血肿,放血后穿刺点压迫片刻,不出血即可,同样方法对侧耳部放血。耳尖放血可起到清热解毒、泻火安神的作用,对于肝胃气滞证的胃痞病患者,可缓解因肝气郁结引起的胃部不适^[9]。④操作时间及疗程:2次/周,该患者治疗3次。

2.4.1.4 引导性音乐

《参观苹果园》音频由我院黄研萍创立,对消化系统疾病患者的抑郁、失眠及焦虑的治疗有很好的辅助作用,可达到减轻或消除焦虑,紧张或抑郁,建立和强化安全感,放松感,从而提高患者自我效能的目的。患者每日上午10点和下午3点进行治疗,30 min/次,2次/d,共治疗6 d。

2.4.2 辨证施膳

指导患者保持饮食规律性,饮食保持易消化、清淡为主,患者的中医辨证为肝胃气滞,结合患者中医辨证,指导患者宜食理气降胃的食品,如橘子、山楂及萝卜等,忌食汽水、土豆、山芋及南瓜等壅阻气机的食物。

2.4.3 辨证施乐

指导患者聆听《参观苹果园》,此曲韵律舒缓,如置身宁静果园,心旷神怡。“乐者亦药也”,以和缓之音疏导郁结肝气、胃气,使肝胃不和之邪有出

路。《黄帝内经·素问·针解》中提到“人声与音应,人体阴阳和气与律调和”,表明人体内部有一定的律动,音乐与这些律动形成共振时,人体的阴阳气血就得到调和^[10],肝气得以舒展,胃气得以通降,正如《黄帝内经》所言“木气条达则土气和”,血脉通畅,气机协调,情志舒畅,疾病则向愈。

2.4.4 辨证施养

结合患者中医辨证运用子午流注指导患者上午9:00~11:00(巳时)锻炼气功八段锦^[11]。《黄帝内经》有云:“正气存内,邪不可干。”定期练习八段锦可增强正气,提高机体自我修复能力,促进疾病康复^[12],达到“形与神俱,尽终天年”之境界。

2.4.5 生活起居护理

指导患者根据季节变化注意胃区保暖,避免受凉;餐后宜取直立位或1 h后进行散步,运动时间为30 min,以身体微发热、微汗出、不感到疲劳为宜;睡前不进食,晚餐与入睡的间隔时间不少于3 h,可用掌心顺时针按摩腹部,促进胃肠蠕动,3次/d,10 min/次。

2.5 护理评价

经耳穴综合疗法联合引导性音乐治疗及个性化的护理措施后,患者症状得到显著缓解。患者自述胃部舒适感增强,整体症状评分显著改善。通过耳穴综合疗法和引导性音乐治疗,患者睡眠质量显著提升,焦虑及抑郁情绪缓解,详见表1。

表1 疗效评估 分

评估项目	治疗前	治疗后
PSQI	15	8
SAS	61	50
SDS	20	10

3 结果和随访

本例患者于03月31日出院,自述间断胃胀、睡眠质量明显改善。出院1周后对患者进行电话随访,患者自述胃部舒适感增强,胃胀、烧心症状好转,神经状态好转。

4 讨论

胃痞病作为临床常见的消化系统疾病,其核心病机在于肝胃气滞,与情志失调密切相关。中医经典《黄帝内经》明确指出“肝主疏泄”的生理功能,若肝气郁结则横逆犯胃,导致胃失和降,临床表现为胃脘痞满、烧灼感等症状,常伴情绪障碍与睡眠紊乱。现代医学研究证实,这一病理过程涉

及脑—肠轴功能紊乱,形成情志—胃肠症状的恶性循环^[13]。

基于中医整体观,本案例创新性采用耳穴综合疗法联合引导性音乐治疗:耳穴干预:依据“耳为宗脉之所聚”理论,选取胃、脾、神门等穴位,通过按摩、刮痧、放血等手法,实现“通降祛疾”之效。耳穴刮痧尤其注重脾胃反射区,促进升清降浊;耳尖放血则发挥清热解暑之功。音乐疗法:选用角调式乐曲《参观苹果园》,其舒缓韵律能疏肝和胃,临床数据显示可提升疗效 15%^[14]。《黄帝内经》“五音疗疾”理论认为,角音入肝,通过声波共振调节脏腑气机^[15]。

在护理方案设计上,充分融合中医时间医学与辨证施护原则:择时干预:于巳时(9:00~11:00,脾经当令)指导患者练习八段锦“调理脾胃须单举”动作,增强健脾效果。整体调护:施膳:予健脾和胃食材,忌食生冷壅滞之物;施乐:音乐干预调节情志,30 min/d^[16];施养:结合子午流注规律安排起居,注重胃部保暖。本方案通过多靶点干预,最终实现胃胀改善、睡眠质量提升。但需指出,本研究为单案例报告,未来需扩大样本量并延长随访期,以进一步验证疗效。

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] 郭文静,陆晋贤,官宏,等. 张永臣“杂合以治”治疗胃痞病经验[J]. 河北中医药学报, 2025, 40(1): 68-71, 80.
GUO W J, LU J X, GUAN H, et al. Zhang Yongchen's "Mixing Approaches for Treatment" Experience in Treating Gastric Distension Disease [J]. J Hebei Tradit Chin Med Pharmacol, 2025, 40(1): 68-71, 80. (in Chinese)
- [2] 胡好颖,刘绍能. 基于“治肝安胃”论治胃痞病[J]. 江苏中医药, 2022, 54(10): 53-56.
HU H Y, LIU S N. Treatment of stomach fullness syndrome based on "treating liver to soothing stomach" [J]. Jiangsu J Tradit Chin Med, 2022, 54(10): 53-56. (in Chinese)
- [3] 桂丽卿. 基于5-羟色胺治疗功能性胃肠病的中西医结合研究进展[J]. 中国中医药现代远程教育, 2025, 23(12): 147-150.
GUI L Q. Research progress of traditional Chinese and western medicine in the treatment of functional gastrointestinal disorders based on 5-hydroxytryptamine [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2025, 23(12): 147-150. (in Chinese)
- [4] 钟可昕,汪龙德,牛媛媛,等. 汪龙德主任医师治疗脾虚气滞型胃痞病经验撷菁[J]. 西部中医药, 2024, 37(8): 33-36.
ZHONG K X, WANG L D, NIU Y Y, et al. Chief physician Wang Longde's experience in treating spleen deficiency and qi stagnation type of gastric flatulence [J]. West J Tradit Chin Med, 2024, 37(8): 33-36. (in Chinese)
- [5] 肖梦丽,赵迎盼,应佳珂,等. 基于功能性胃肠病的量表疗效评价研究进展[J]. 中国中西医结合消化杂志, 2021, 29(2): 154-160.
XIAO M L, ZHAO Y P, YING J K, et al. Research progress of efficacy evaluation of scale based on functional gastrointestinal disorder [J]. Chin J Integr Tradit West Med Dig, 2021, 29(2): 154-160. (in Chinese)
- [6] 黄燕熙,江羚,林燕华,等. 头针联合浅针疗法治疗帕金森病合并睡眠障碍 35 例临床观察[J]. 中医杂志, 2023, 64(4): 358-364.
HUANG Y X, JIANG L, LIN Y H, et al. Scalp acupuncture combined with shallow acupuncture in treatment of 35 cases of Parkinson's disease with sleep disorders [J]. J Tradit Chin Med, 2023, 64(4): 358-364. (in Chinese)
- [7] 尉利苹,于红. 耳穴综合疗法对慢性萎缩性胃炎患者负性情绪的影响[J]. 中国中医药现代远程教育, 2024, 22(8): 98-101.
YU L P, YU H. Effect of auricular point comprehensive therapy on negative emotion of patients with chronic atrophic gastritis [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2024, 22(8): 98-101. (in Chinese)
- [8] 安慧颖,雷雷,蒋秋焕. 耳穴贴压联合低频电刺激疗法改善胃肠道肿瘤病人化疗不良反应的效果[J]. 护理研究, 2023, 37(3): 548-553.
AN H Y, LEI L, JIANG Q H. Effect of auricular point sticking combined with low-frequency electrical stimulation therapy on adverse reactions to chemotherapy in patients with gastrointestinal tumors [J]. Chin Nurs Res, 2023, 37(3): 548-553. (in Chinese)
- [9] 张维维,吕燕,郭敬,等. 耳尖放血疗法的研究现状[J]. 中国中医基础医学杂志, 2024, 30(12): 2158-2160.

- ZHANG W W, LV Y, GUO J, et al. The current research status of ear-needle bloodletting therapy [J]. *J Basic Chin Med*, 2024, 30(12): 2158-2160. (in Chinese)
- [10] 赵任杰, 李丽, 马慧芬, 等. 五行音乐疗法及其择时应用探析[J]. *山东中医杂志*, 2024, 43(2): 122-127.
- ZHAO R J, LI L, MA H F, et al. Analysis of five elements music therapy and its timely application [J]. *Shandong J Tradit Chin Med*, 2024, 43(2): 122-127. (in Chinese)
- [11] 陈静, 李威, 王宽宇, 等. 基于“肚腹三里留”理论应用子午流注针法促进腹腔镜胆囊切除术后胃肠功能恢复的疗效评价[J]. *针灸临床杂志*, 2024, 40(3): 17-21.
- CHEN J, LI W, WANG K Y, et al. Application of ‘ST36 for abdominal and stomach problem’ by mid-night-midday ebb flow acupuncture in recovery of gastrointestinal function after laparoscopic cholecystectomy[J]. *J Clin Acupunct Moxibustion*, 2024, 40(3): 17-21. (in Chinese)
- [12] 方秀秀, 王伟, 王广伟, 等. 八段锦在治未病中的研究进展[J]. *中国疗养医学*, 2023, 32(10): 1082-1085.
- FANG X X, WANG W, WANG G W, et al. Research progress of Baduanjin in preventing and treating diseases [J]. *Chin J Conval Med*, 2023, 32(10): 1082-1085. (in Chinese)
- [13] 曾小梅. 中医外治法治疗神经性耳鸣的研究进展[J]. *现代诊断与治疗*, 2024, 35(16): 2403-2405.
- ZENG X M. Research progress of external treatment of traditional Chinese medicine in the treatment of neurotic tinnitus [J]. *Mod Diagn Treat*, 2024, 35(16): 2403-2405. (in Chinese)
- [14] 章静, 王超, 范美庆. 择时中药热奄包配合五音疗法治疗餐后不适综合征临床研究[J]. *中医杂志*, 2022(9): 847-850.
- ZHANG J, WANG C, FAN M Q. Clinical Study on the Treatment of Post-meal Distress Syndrome with Timing-based Traditional Chinese Medicine Hot Bag Combined with Five-tone Therapy [J]. *Chinese Medicine Journal*, 2022(9): 847-850. (in Chinese)
- [15] 弓艳霞, 唐艳萍, 郝旭雯, 等. 吐酸病患者中医情志辨证疗效的单中心回顾性研究[J]. *中国中西医结合消化杂志*, 2023, 31(7): 523-526.
- GONG Y X, TANG Y P, HAO X W, et al. A single center retrospective study on the efficacy of Traditional Chinese Medicine syndrome differentiation on emotion in patients with acid regurgitation [J]. *Chin J Integr Tradit West Med Dig*, 2023, 31(7): 523-526. (in Chinese)
- [16] 王雪妍, 刘丽, 廖烜东, 等. 基于“思胜恐”理论探讨“五音调神”法对脑卒中后焦虑和恐惧心理的影响[J]. *现代中西医结合杂志*, 2024, 33(9): 1213-1218, 1224.
- WANG X Y, LIU L, LIAO X D, et al. Effects of the “five tones to regulate the spirit” method on anxiety and fear after stroke based on the theory of “thought checks fear” [J]. *Mod J Integr Tradit Chin West Med*, 2024, 33(9): 1213-1218, 1224. (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。