

DOI: 10.12209/CAIM202510040001

· 中西医结合临床案例 ·

五音疗法联合便秘推拿技术治疗 1 例 肾虚血瘀型患者便秘的护理体会

吴春丽, 杨明颖, 刘司春

(北京中医药大学东方医院 肾内科, 北京, 100078)

摘要: 本文总结 1 例采用五音疗法联合便秘推拿治疗的肾虚血瘀型便秘患者的护理体会。本次护理以中医辨证施护为基本原则, 通过梳理护理要点, 结合患者肾虚血瘀的病机特点, 选用羽调式音乐帮助患者滋肾填精, 同时配合便秘推拿技术疏通经络、活血化瘀。经过系统的护理评估、针对性干预以及效果随访评价, 该联合疗法有效改善患者的肾虚血瘀型便秘症状, 缓解其焦虑情绪, 为患者减轻病痛困扰, 整体疗效显著, 可为临床同类患者的治疗与护理提供可行借鉴。

关键词: 五音疗法; 便秘推拿; 肾虚血瘀型; 便秘; 中西医护理

Nursing Experience of Five-Element Music Therapy Combined with Constipation Massage in Treating a Patient with Constipation of Kidney Deficiency and Blood Stasis Type

WU Chunli, YANG Mingying, LIU Sichun

(Department of Nephrology, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of a patient with constipation of kidney deficiency and blood stasis type treated with Five-Element music therapy combined with constipation massage. The nursing process adhered to the fundamental principles of TCM syndrome differentiation and tailored care. By analyzing key nursing points and aligning with the patient's pathological mechanism of kidney deficiency and blood stasis, the Yu-mode music (corresponding to the Water element) was selected to nourish the kidneys and replenish essence, while constipation massage techniques were applied to unblock meridians and promote blood circulation. Through systematic nursing assessment, targeted interventions, and follow-up evaluations, this combined therapy effectively alleviated the patient's constipation symptoms and anxiety, significantly reducing their suffering. The notable overall efficacy provides a feasible reference for the treatment and nursing of similar clinical cases.

KEY WORDS: Five-Element music therapy; constipation massage; kidney deficiency and blood stasis type; constipation; integrated Chinese and Western nursing

在中医理论体系中, 肾虚血瘀型便秘是常见证型之一。明代张景岳曾明确指出便秘与肾的病理关联^[1], 提出“凡下焦阳虚, 则阳气不行……阴凝于下, 此阳虚阴结也”的核心观点。其病机本质为“肾虚失养”与“血瘀阻滞”相互交织, 导致肠道传导失常、粪便排出困难, 属本虚标实之证^[2], 即肾虚为病本, 血瘀为病标, 二者共同影响肠道气机与津液输布。2024 年 5 月, 中华医学会消化病学

分会胃肠动力组等机构联合制定的《中国慢性便秘临床诊断与治疗规范(2025 年版)》正式发布(2024 年底发布, 2025 年实施), 成为当前临床诊疗的核心依据。本研究基于该指南, 采用五音疗法联合便秘推拿技术^[3], 通过情志调节与外治技术协同作用, 有效改善患者焦虑情绪并提升疗效。现回顾 1 例肾虚血瘀型便秘患者的护理实践, 总结如下。

收稿日期: 2025-10-04

通信作者: 刘司春, E-mail: 598779439@qq.com

OPEN ACCESS

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

1 临床资料

1.1 一般资料

患者男性,37岁,主因“蛋白尿13年,肌酐升高9 d”于2025年02月14日收入院。既往史:高血压13余年,未规律用药,不可控;否认食物及药物过敏史。入院症状:患者精神萎靡,疲倦、乏力,焦虑状态,纳食不香,夜寐安宁,尿中有泡沫,5 d未排便。

1.2 查体

入院后完善体格检查,体温(T)36.2℃,心率(HR)88次/min,呼吸(R)18次/min,血压(BP)142/96 mm Hg,肠鸣音3次/min。实验室检查:查生化示肌酐22774 μmol/L,钾6.82 mmol/L,氯98.3 mmol/L,钙1.8 mmol/L,尿素63.95 mmol/L,二氧化碳结合力13.46 mmol/L,同型半胱氨酸48.9 μmol/L,辅助检查:肾脏彩超提示双肾明显缩小,皮质变薄。

1.3 诊断及治疗

中医四诊:望:精神萎靡,神志清楚,面色红润,营养良好,形体肥胖,舌淡红,舌苔白腻;闻:言语清晰,呼吸平稳,未问及异味;问:双下肢无力,食欲欠佳,大便5 d未排,睡眠不佳;切:脉滑。中医诊断:慢性肾衰(肾虚血瘀);西医诊断:慢性肾功能不全(尿毒症期)。

患者入院后遵医嘱予肾内科护理常规,一级护理,低盐低脂饮食及心电监护。西医治疗以补充造血原料、抗感染、降尿酸、改善肾性骨病及降磷为主;中医治则采用补益脾肾、活血通腑、通腑泄热之法。中医外治联合五音疗法与便秘推拿技术,通过按法、点法及推揉等手法作用于腧穴^[4],1次/d,15~20 min/次,疗程21 d(自2025年2月15日起实施)。治疗方案基于肾虚血瘀证型,以补肾填精为本、活血化瘀为标,选取肾脏对应的羽调音乐(如《梅花三弄》)每日播放20~30 min。疗效评估于第7、14、21天分阶段进行,采用SAS(焦虑评分)与CSS(便秘症状评分)量表评价,SAS评分由中度焦虑(65分)降至正常范围(42分),CSS评分由14分显著改善至3分。

2 护理

2.1 护理评估

患者精神萎靡,入院查体生命体征正常,焦虑状态,采用焦虑自评量表(SAS)评估病人的焦虑

程度^[5],分别在治疗前、治疗7 d、14 d及21 d记录患者SAS评分,评分<50分为正常,50~60分为轻度焦虑,61~70分为中度焦虑,评分>70分重度焦虑,目前诊疗前患者SAS评分为65分,属中度焦虑。

采用便秘评分量表(CSS)对患者进行评估,该量表包括排便频率、排便费力程度、每次排便时间、排便不尽感、腹痛、辅助排便情况和生活干扰度7个项目,总分0~30分,分数越高表明便秘越严重^[5]。诊疗前患者CSS评分为15分,属中度便秘。

2.2 护理诊断

根据患者症状提出护理诊断:①便秘与肾虚血瘀、肠失濡润有关;②焦虑与长期便秘及生活质量下降有关。

2.3 护理计划

中医护理计划:予患者便秘推拿技术治疗,以补益脾肾,活血通腑为主,以畅情志,调饮食为辅;西医护理计划:观察患者排便情况,遵医嘱用药,加强心理建设,实施情志护理。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理

入院后遵医嘱予患者便秘推拿技术治疗,每日在便秘推拿技术治疗之前,根据“五音—五脏—五行”理论,肾属水,在音为羽。羽调音乐特点是沉静柔润,如行云流水,具有滋肾填精、滋阴降火的功效,选择羽调音乐《流水行云》《梅花三弄》及《梁祝》等乐曲^[6],乐曲节奏悠缓,旋律柔和,能入肝肾二经,调节肾气功能。于每日15:00~16:00进行治疗^[7]。治疗前向患者介绍音乐疗法原理和功效,取得患者配合;治疗环境安静舒适,光线柔和,温度保持在22~24℃;患者取舒适卧位,戴耳机聆听,音量控制在30~40 dB,治疗20~30 min/次,期间指导患者放松身心,轻闭双眼,自然呼吸,随音乐节奏调整呼吸节律。治疗结束后,与患者交流感受,评估即时效果。每周治疗5次,连续治疗4周。

在五音疗法后进行推拿技术治疗,患者取仰卧位,双腿伸直,暴露腹部;操作者手掌涂以适量白凡士林预热后,以掌摩法顺时针推摩腹部30次,力度轻柔渗透;接着以按揉法按揉中脘、天枢、关元及气海等穴,每穴30下^[8];掌摩法和按揉法循环2次,最后以掌振法振颤神阙穴1 min,患者感觉腹部温热为度。治疗1次/d,5次/周,连续治疗

4周。推拿过程中注意观察患者反应,调整手法力度以患者舒适度为宜,避免损伤皮肤。推拿后嘱患者适量饮用温开水,促进代谢。

2.4.2 健康教育

饮食指导:指导患者增加膳食纤维摄入^[9],多吃黑芝麻、核桃、桑葚、香蕉及菠菜等润肠通便食物。推荐药膳方麻子仁粥(火麻仁 15 g, 柏子仁 10 g, 粳米 50 g 煮粥);当归肉苁蓉猪血羹(当归 10 g, 肉苁蓉 15 g, 猪血 200 g 煮羹)。

排便习惯训练:指导患者重建排便习惯,每日定时排便,建议在晨起或餐后 2 h 内尝试排便;选取恰当排便姿势,排便时精力集中,排便时间控制在 3~5 min。

运动指导:根据患者年龄和体力,选择八段锦“双手攀足固肾腰”、太极拳“云手”动作,每日练习 10~15 min,鼓励每日散步 10~20 min。

情志指导:向患者讲解疾病的知识,缓解其焦虑情绪,鼓励患者多和家属及病友沟通交流,疏泄情志,患者理解配合。

2.5 护理评价

干预后每周评估 1 次 CSS 评分,干预 7 d 后患者排便频率增加至 2~3 次/周, CSS 总分降至 11 分;干预 14 d 后,排便基本 1 次/d,但仍有费力感, CSS 总分降至 5 分;干预 21 d 后,排便 1 次/d,成形软便,排便顺畅, CSS 总分降至 3 分。干预后每周评估 1 次 SAS 评分,干预 7 d 后患者 SAS 评分由 65 分降至 53 分;干预 14 d 后, SAS 评分由 53 分降至 50 分;干预 21 d 后, SAS 评分降至 42 分,焦虑情绪明显缓解。患者在此次治疗过程中未出现任何不良反应,对治疗效果非常满意。

3 结果和随访

经积极治疗及干预后,患者便秘症状好转,指导患者保持心情舒畅,于 2025 年 04 月 16 日出院,指导患者出院后保持作息规律。出院一周后予患者电话随访,患者主诉每日排便 1 次,成型软便。

4 讨论

“便秘”是一种常见的消化道症状,表现为持续困难的、不频繁的或不完全的排便感。在现代社会,由于饮食结构改变、生活节奏加快和社会心理压力增大,便秘的患病率逐年上升。流行病学调查显示,成人便秘患病率为 4%~10%,老年人群高达 20% 以上^[10]。中医认为,便秘病位在大

肠,与脏腑功能失调密切相关,肾虚血瘀是重要病机之一。肾主二便,司开阖,肾精亏虚则肠道失润,传输无力,血瘀内阻则气机不畅,腑气不通,均可导致便秘。

近年来,非药物治疗法在便秘管理中的地位日益凸显。五音疗法作为中医特色非药物治疗法,基于“五音—五脏”相应理论,通过不同音调调节脏腑功能。研究表明,五音疗法能够改善功能性便秘患者的心理状态和肠道功能^[11]。其便秘推拿治疗则通过手法刺激腹部穴位和经络,促进肠道蠕动,改善排便功能。便秘推拿技术作为中医外治法的重要组成部分,在临床应用中不仅能直接缓解排便困难,还能通过调理脏腑功能、改善气血运行,适配肾虚血瘀型便秘“本虚标实”的病机特点,推拿技术通过手法作用于腹部及相关经络穴位(如天枢、大横、关元等),能直接刺激肠道平滑肌收缩,加快肠道蠕动速度,尤其针对肾虚血瘀型便秘患者“肠道传导动力不足”的问题,可通过顺时针揉腹、掌推腹部等手法,打破“粪便停聚—肠道动力更弱”的恶性循环,帮助粪便更快向直肠推进,减少排便费力感,缓解“排便不尽”的不适。推拿中的揉按、推法等手法,可通过温和的外力作用促进肠道津液分泌,同时改善肠道局部血液循环,让津液更易渗透至干结粪便中,起到软化粪便的作用,降低排便时对肛门黏膜的摩擦与损伤,减少并发症发生。呈现出多维度的治疗优势,两者联合应用具有协同效应。

综上所述,针对肾虚血瘀型便秘患者的护理干预,可有效改善便秘给患者带来的焦虑情绪及不适感。五音疗法与便秘推拿技术的结合,并非简单“1+1”,而是从“情志—气机—脏腑—经络”多维度形成协同效应,既通过五音疏解情志、滋养脏腑,推拿“通腑活血”扫清障碍;又通过推拿通经络、调气机,让五音“调脏腑”的效果更深入^[6]。尤其对肾虚血瘀型便秘患者,二者结合能同时改善“肾虚、血瘀、气滞、情志失调”等多重问题,是一种兼具“安全性、舒适性、长效性”的调理方案,值得在临床推广应用。

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] 李磊磊,刘安,熊之焰,等. 基于数据挖掘研究《景

- 岳全书》治疗便秘用药规律[J]. 山西中医, 2022, 38(1): 57-59.
- LI L L, LIU A, XIONG Z Y, et al. Based on data mining, the medication rules for treating constipation in "Jingyue Quanshu" are studied. [J]. Shanxi J Tradit Chin Med, 2022, 38(1): 57-59. (in Chinese)
- [2] 罗正蓉, 高寅秋, 熊兴江, 等. 从肾虚证探讨高血压病合并慢性腰痛的中医认识及治疗策略[J]. 中国中药杂志, 2025, 50(4): 1121-1131.
- LUO Z R, GAO Y Q, XIONG X J, et al. Exploring the Understanding and Treatment Strategies of Traditional Chinese Medicine for Hypertension Complicated with Chronic Low Back Pain from the Perspective of Kidney Deficiency Syndrome [J]. China J Chin Mater Med, 2025, 50(4): 1121-1131. (in Chinese)
- [3] 杜艳军, 郭玉. 择时五音疗法 雅闻五行乐 养生随时宜[J]. 中医健康养生, 2025(9): 51-53.
- DU Y J, GUO Y. Five-tone Therapy Based on Timing: Enjoying the Five Elements Music for Health and Wellness in Accordance with the Seasonal Changes [J]. Traditional Chinese Medicine Health Care and Wellness, 2025(9): 51-53. (in Chinese)
- [4] 王芳, 黄朝萍, 马欣, 等. 脑卒中后便秘患者“三步腹推”疗法的回顾性研究[J]. 中国中医基础医学杂志, 2022, 28(11): 1821-1823.
- WANG F, HUANG Z P, MA X, et al. A Retrospective Study on the "Three-Step Abdominal Pushing" Therapy for Patients with Constipation after Stroke [J]. Chin J Basic Med Tradit Chin Med, 2022, 28(11): 1821-1823. (in Chinese)
- [5] 陈星睿, 张丹. 功能性便秘伴焦虑抑郁状态临床常用量表的应用进展[J]. 中国医学创新, 2025, 22(18): 168-173.
- CHEN X R, ZHANG D. Progress in the application of commonly used clinical scales for functional constipation with anxiety and depression[J]. Med Innov China, 2025, 22(18): 168-173. (in Chinese)
- [6] 赵家君, 施聪聪, 张红石, 等. 五音疗法治疗五脏疾病的溯源与临床应用[J]. 光明中医, 2022, 37(6): 986-990.
- ZHAO J J, SHI C C, ZHANG H S, et al. The Origin and Clinical Application of Five-Element Acupuncture Therapy for Treating Internal Organ Diseases[J]. Guangming J Chin Med, 2022, 37(6): 986-990. (in Chinese)
- [7] 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 Timing Application [J]. Shandong J Tradit Chin Med, 2024, 43(2): 122-127. (in Chinese)
- [8] 殷燕, 李娜. 胆黄润肠丸联合补中益气汤加减治疗气虚型老年功能性便秘的临床疗效观察[J]. 四川中医, 2023, 41(6): 137-140.
- YIN Y, LI N. Observation on the Clinical Efficacy of Zhanyang Runchang Pills Combined with Modified Buzhong Yiqi Decoction in Treating Elderly Functional Constipation of Qi Deficiency Type[J]. J Sichuan Tradit Chin Med, 2023, 41(6): 137-140. Chinese)in[9] 王黎骏. 慢性便秘不同分型患者的生活质量及饮食习惯的比较分析[D]. 扬州: 扬州大学, 2024.
- [10] 龚华, 何玉琴. 中医特色护理干预对功能性便秘患者临床症状的影响[J]. 婚育与健康, 2025, 31(17): 115-117.
- GONG H, HE Y Q. The impact of traditional Chinese medicine-based nursing intervention on the clinical symptoms of patients with functional constipation [J]. Fertil Health, 2025, 31(17): 115-117. (in Chinese)
- [11] 姚钧元, 肖利军. 中医五音疗法结合药物对抑郁症患者抑郁情绪及心率变异性的影响[J]. 武警医学, 2025, 36(7): 612-615, 620.
- YAO J Y, XIAO L J. The influence of traditional Chinese medicine's five-tone therapy combined with medication on the depressive mood and heart rate variability of patients with depression [J]. Med J Chin People's Armed Police Forces, 2025, 36(7): 612-615, 620. (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 BY 4.0)许可协议, 作者可在其他媒体再次发表。