

DOI: 10.12209/CAIM202604020001

· 中西医结合临床案例 ·

小儿推拿辅助治疗1例积滞患儿的护理体会

肖红, 姚昕, 于文娜, 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例积滞患儿采用小儿推拿技术辅助治疗的护理经验。通过评估患儿日常饮食及睡眠情况, 结合患儿临床症状与疾病特征进行辨证, 制定契合患儿病情的护理计划, 在口服中药基础上辅以小儿推拿技术治疗。经治疗, 患儿腹痛症状好转, 食欲改善明显, 排便恢复正常, 睡眠质量提升。

关键词: 积滞; 小儿推拿; 中医护理; 乳食内积

Nursing Experience of Pediatric Tuina as Adjunctive Therapy for a Child with Food Retention

XIAO Hong, YAO Xin, YU Wenna, CUI Yuhong

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

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of adjunctive pediatric Tuina therapy for a child with food retention. By assessing the child's daily diet and sleep patterns, combined with clinical symptoms and disease characteristics for syndrome differentiation, a tailored nursing plan was developed. The treatment integrated oral Chinese herbal medicine with pediatric Tuina techniques. Post-intervention, the child showed alleviated abdominal pain, significant improvement in appetite, normalized bowel movements, and enhanced sleep quality.

KEY WORDS: food retention; pediatric Tuina; Traditional Chinese Medicine nursing; internal accumulation of milk and food

小儿推拿是在中医基本理论指导下, 根据小儿生理病理特点, 运用特定手法作用于小儿特定部位和穴位, 以防治儿科疾病、保健儿童身心、促进儿童生长发育的中医外治疗法。通过刺激相应穴位和经络, 可达到调节经气、调和脏腑、平衡阴阳的作用^[1]。

积滞是指小儿内伤乳食, 停聚中脘, 积而不化、气滞不行所形成的胃肠疾患, 以不思乳食、食而不化、脘腹胀满、嗳气酸腐及大便酸臭为特征, 又名食积、食滞与乳滞等。本病一年四季均可发病, 以夏秋季节暑湿当令之时发病率较高; 各年龄段均可发病, 尤以婴幼儿多见。禀赋不足、脾胃素虚、人工喂养及病后失调者更易罹患。本病一般预后良好, 部分患儿可因迁延失治, 进一步损伤脾胃, 致使气血生化乏源, 营养及生长发育障碍, 进而转化为疳证^[2-3]。

1 临床资料

1.1 一般资料

患儿男, 4岁4月, 3d前因过食后出现阵发性脐周腹痛, 可自行缓解但反复发作, 家长自行予热敷后腹痛未见明显缓解; 近几日食欲减退, 睡眠时辗转不安, 为求进一步诊治, 于2026年02月24日至我院门诊就诊。

1.2 查体

患儿神志清楚, 精神稍差, 面色偏黄, 营养中等。晨起口臭, 咽部略充血, 无红肿, 双侧扁桃体无肿大; 听诊心肺未闻及明显异常。脐周轻压痛, 无反跳痛及肌紧张, 未触及包块; 腹部膨隆, 叩诊呈鼓音。手足心热, 小便正常, 大便先干后稀, 可见未消化食物残渣; 夜寐不安, 纳差。舌质红, 苔白, 脉弦滑, 指纹紫滞。

收稿日期: 2026-04-02

OPEN ACCESS

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

1.3 诊断

中医诊断:积滞(乳食内积证);西医诊断:功能性消化不良。

1.4 治疗干预

治疗原则:消积导滞,理气调中。治疗措施:
①予中药汤剂口服以消食化积,1剂/d,早晚分2次温服,7d为1疗程;②辅以小儿推拿,1次/d,20min/次,7d为1疗程;③配合生活起居指导及饮食调护。治疗1疗程后,患儿食欲有所恢复,睡眠质量改善;家属对治疗结果满意,主动要求增加1疗程小儿推拿以巩固疗效,本次治疗于2026年03月10日结束。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 疼痛评估

采用儿童疼痛观察评分(POCIS)^[4]评估患儿腹痛程度,主要评价指标包括表情、哭泣、呼吸状态、躯体紧张度、手臂及手指紧张度、腿及脚趾紧张度、觉醒状态7项,每项评0分或1分,总分为7项指标得分之和,分值越高提示疼痛程度越重。其中,0分为无痛;1~2分为轻度疼痛;3~4分为中度疼痛;5~7分为重度疼痛。患儿得分为5分,属重度疼痛。

2.1.2 睡眠评估

采用BEARS睡眠筛查工具^[5]评估睡眠质量,从入睡情况(Bedtime)、日间过度嗜睡(Excessive daytime sleepiness)、夜间觉醒(Night Awakening)、睡眠规律与时长(Regularity and duration of sleep)及打鼾(Snoring)5个维度询问家长患儿睡眠状况,若得到肯定回答则需进一步排查。患儿存在入睡潜伏期>20min、近日夜间多次觉醒、入睡后频繁翻滚且常俯卧位入睡3项睡眠问题。

2.1.3 饮食习惯及食欲评估

据家属描述,患儿日常饮食不规律,常不吃早餐,喜食零食,自主进食能力差,存在喂饭/追喂行为,习惯晚间入睡前饮用奶粉150mL。采用数字评分法(VAS)评估患儿食欲,以0~10分共11个数字表示食欲程度,0分为无食欲,10分为食欲极佳,得分越高提示食欲越好。其中,0分为无食欲,1~3分为食欲差,4~6分为食欲一般,7~10分为食欲好。患儿得分为2分,属食欲差。

2.2 护理诊断

本例患儿主要存在以下问题:①急性疼痛:与

反复发作腹痛相关;②睡眠形态紊乱:与夜间频繁觉醒有关;③知识缺乏:家长缺乏积滞相关疾病知识;④潜在并发症:生长发育迟缓。

2.3 护理计划

针对上述护理诊断,制定如下护理计划:①在口服中药汤剂基础上,配合小儿推拿清补脾经、揉腹等手法缓解患儿腹痛,预计1次治疗后疼痛缓解,7次治疗后疼痛消失;②通过清心经、清肝经及捣小天心等手法改善患儿睡眠状况,预计治疗3次后睡眠改善,治疗7次后睡眠恢复正常;③预计3d内使家长掌握生活起居及饮食调护的家庭护理方法。

2.4 护理措施

2.4.1 特色护理措施

予患儿小儿推拿治疗,具体操作如下。手部取穴:清补脾经200次,清胃经、清大肠各300次,清心经、清肝经各100次,揉外劳宫200次,揉板门200次,推四横纹100次;揉掐四横纹:术者以拇指、食指指腹依次捻揉四横纹5~10次后,以拇指甲掐1次;顺运内八卦:操作者一手固定患儿手掌(掌面向上),另一手拇指以运法自乾宫起,经坎宫施运至兑宫止,循环操作100次;掐五指节5次,捣小天心20次。腹部取穴:揉中脘、揉天枢各300次,顺时针揉腹300次。下肢取穴:揉足三里100次。背部取穴:按揉膈俞、脾俞各100次,捏脊6次。以上操作1次/d,20min/次,连续治疗7d。

2.4.2 生活起居指导

①规律作息:保证患儿充足睡眠,避免过度劳累;②适度运动:餐后1h内避免剧烈跑跳,可顺时针轻柔腹部以促进肠道蠕动,日间保证适量户外活动以增加能量消耗(如骑平衡车30分钟);③腹部保暖:避免因受凉加重腹痛,可为患儿准备马甲、肚围等保暖衣物;④情绪安抚:避免患儿剧烈哭闹,保持心情舒畅利于疾病恢复。

2.4.3 饮食调护

①规律进餐,培养自主进食习惯:固定三餐时间及进食量,避免追喂、强迫进食,入睡前2h避免进食或喝奶;②合理搭配饮食,规避生冷油腻:避免肥甘厚腻食物(如肥肉等),禁食生冷寒凉食物(如冰激凌、西瓜等),少食零食(尤其是油炸品、膨化食品);③腹痛发作期避免摄入豆腐、鸡蛋、牛奶等易产气食物,以免加重腹胀不适;④优先选择新鲜蔬菜、发酵类面食(如馒头、面条等)易消化食物;⑤避免在患儿哭闹时强行喂食,防止吞入过多

空气引发腹胀或误吸。

2.5 护理评价

第1次推拿治疗后,患儿腹痛明显减轻,当晚夜间无觉醒;治疗3 d后,患儿食欲有所恢复,腹痛基本消失,睡眠情况好转;治疗7 d后,患儿食欲恢复良好,无腹痛发作,大便成形,夜间仅偶尔俯卧位入睡,详见表1。

表1 疗效评估

评价指标	治疗前	第1次治疗后	治疗3 d后	治疗7 d后
POCIS/分	5	3	1	0
BEARS/项	3	2	2	1
VAS/分	2	/	4	8

3 结果与随访

经1疗程治疗,患儿脐周痛痊愈,食欲恢复,睡眠质量显著提高。复诊时家长诉患儿食欲保持良好,大便正常,睡眠安稳,家属主动要求增加1疗程小儿推拿治疗以巩固疗效。2026年03月10日患儿完成本次全部治疗,家属表示已调整患儿生活及饮食习惯,并将长期坚持以利于患儿生长发育。

4 讨论

《诸病源候论·小儿杂病诸候》中记载的“宿食不消候”“伤饱候”是本病的最早文献记录,《婴童百问》首次提出“积滞”病名^[6]。本病病因以乳食内积、损伤脾胃为主,病机为乳食不化、停积肠胃、脾运失常及气滞不行。《保婴撮要·食积寒热》曰:“小儿食积者,因脾胃虚寒,乳食不化,久而成积。”明确指出小儿积滞的发病原因。积滞可分为伤乳和伤食两类,伤于乳者多因乳哺不节、食乳过量、乳液变质或冷热失调,致乳食停积脾胃、壅滞不化而成乳积;伤于食者多因喂养不当、偏食嗜食、饱食无度、杂食乱投、生冷不节,或过食肥甘厚腻难消化之物,致食停中焦而发病^[7-8]。

小儿推拿作为中医特色外治疗法,在小儿积滞治疗中具有独特优势,其通过手法刺激特定穴位,可有效调节脾胃功能、促进胃肠蠕动、改善消化吸收及睡眠状态^[9-12]。其中,揉板门、推四横纹可消食导滞;清胃经、清大肠、清补脾经能疏调肠胃积滞;揉足三里、揉中脘可健脾开胃、消食和中;辅以清心经、清肝经以清心降火、安神定志,掐五指节、捣小天心以镇静安神^[13-14]。患儿接受推拿

治疗后,腹痛迅速缓解,食欲逐步恢复,大便由先干后稀、夹有不消化食物残渣转为成形,睡眠质量明显改善,充分体现了小儿推拿“简、便、廉、验”且无副作用的特点,易被患儿及家长接受。

从护理角度而言,对积滞患儿实施小儿推拿护理,不仅需准确掌握推拿穴位、手法、力度及时间,更要重视治疗前的辨证评估与治疗中的密切观察^[15]。本案例通过对患儿腹痛程度、睡眠及营养状况的综合评估,为个性化推拿方案制定提供依据;推拿过程中密切关注患儿反应,及时调整手法与力度,保障治疗的安全性及有效性;同时结合生活起居指导与饮食调护,形成“治疗—护理—调护”三位一体的干预模式,加速患儿康复进程。

本案例提示,小儿积滞的发生多与喂养不当、脾胃功能失调相关。临床护理工作中,应加强对家长的健康宣教,普及科学喂养知识,指导家长正确认识小儿生理特点与饮食需求,避免片面追求高营养或过度喂养,以预防积滞发生。对于已患病患儿,早期采用小儿推拿等中医护理干预措施,可有效改善症状、防止病情迁延,对促进儿童健康成长具有重要意义。未来需进一步积累临床案例,深入研究小儿推拿治疗不同证型积滞的作用机制,为其在儿科临床的广泛应用提供更坚实的理论与实践依据。

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] 廖品东. 小儿推拿学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2012.
- [2] 李梅芳, 马延宁, 蔡秋晗, 等. 《小儿积滞病诊断标准》的制定研究[J]. 中华中医药学刊, 2024, 42(5): 57-61.
LI M F, MA Y N, CAI Q H, et al. Study on developing diagnostic criteria for accumulation and stagnation in children [J]. Chin Arch Tradit Chin Med, 2024, 42(5): 57-61. (in Chinese)
- [3] 赵霞, 邱梦婷, 胡思源, 等. 儿童积滞中医诊疗指南[J]. 南京中医药大学学报, 2025, 41(4): 531-537.
ZHAO X, QIU M T, HU S Y, et al. The guideline for the diagnosis and treatment of pediatric food accumulation and stagnation in Chinese medicine [J]. J Nanjing Univ Tradit Chin Med, 2025, 41(4): 531-

537. (in Chinese)
- [4] 支连军, 蔡慧茹. 右美托咪定对小儿扁桃体和腺样体切除术后镇静镇痛的影响[J]. 中国现代药物应用, 2022, 16(22): 48-51.
- ZHI L J, CAI H R. Effects of dexmedetomidine on sedation and analgesia after tonsillectomy and adenoidectomy in children[J]. Chin J Mod Drug Appl, 2022, 16(22): 48-51. (in Chinese)
- [5] 中国医师协会睡眠专业委员会儿童睡眠学组, 中华医学会儿科学分会儿童保健学组, 中国医师协会儿童健康专业委员会, 等. 中国6岁以下儿童就寝问题和夜醒治疗指南(2023)[J]. 中华儿科杂志, 2023, 61(5): 388-397.
- The Children's Sleep Group of the Sleep Professional Committee of the Chinese Medical Doctor Association, the Children's Health Care Group of the Pediatrics Branch of the Chinese Medical Association, the Children's Health Professional Committee of the Chinese Medical Doctor Association, et al. Chinese guideline for the treatment of bedtime problems and night wakings in children under 6 years of age (2023) [J]. Chin J Pediatr, 2023, 61(5): 388-397. (in Chinese)
- [6] 刘明军, 邵先桃. 小儿推拿学[M]. 3版. 北京: 中国中医药出版社, 2021.
- [7] 黄伟兰, 韦桂平, 黄李业, 等. 小儿推拿治疗婴幼儿乳食积滞型肠绞痛临床观察[J]. 保健文汇, 2022, 23(31): 125-128.
- HUANG W L, WEI G P, HUANG L Y, et al. Clinical Observation on the Treatment of Infantile Intestinal Colic Caused by Food Stagnation with Pediatric Tuina [J]. Baojianwenhui, 2022, 23(31): 125-128. (in Chinese)
- [8] 王玉双. 小儿推拿配合穴位贴敷治疗小儿呕吐(乳食积滞型)的临床疗效观察[D]. 石家庄: 河北中医药大学, 2023.
- [9] 崔正九, 高桂萍, 王欣欣, 等. 小儿积滞中医外治法治疗进展[J]. 实用中医内科杂志, 2023, 37(6): 31-34.
- CUI Z J, GAO G P, WANG X X, et al. Research progress of external treatment of traditional Chinese medicine for infantile indigestion [J]. J Pract Tradit Chin Intern Med, 2023, 37(6): 31-34. (in Chinese)
- [10] 王啸, 范美丽, 李成成, 等. 小儿推拿联合振腹治疗积滞(脾虚夹积型)的临床研究[J]. 基层中医药, 2024, 3(7): 18-24.
- WANG X, FAN M L, LI C C, et al. Clinical study of infantile massage combined with abdominal vibration in the treatment of indigestion (spleen deficiency and accumulation syndrome) [J]. Basic Tradit Chin Med, 2024, 3(7): 18-24. (in Chinese)
- [11] 黄承益, 文岚, 刘丽, 等. 小儿推拿五经穴之心肝同清加捏脊法治疗夜惊夜啼临床研究[J]. 四川中医, 2022, 40(5): 185-188.
- HUANG C Y, WEN L, LIU L, et al. Clinical effect of applying five-meridian acupoints massage (Qingxin-Qinggan meridians) combined with Chi-ropractic therapy in the treatment of children with night terrors and crying [J]. J Sichuan Tradit Chin Med, 2022, 40(5): 185-188. (in Chinese)
- [12] 周萍, 李靖, 魏玮. 肠道菌群与儿童食物过敏性疾病相关性的研究进展[J]. 医学综述, 2024, 30(16): 1954-1958.
- ZHOU P, LI J, WEI W. Research progress of association between intestinal flora and food allergic diseases in children [J]. Med Recapitul, 2024, 30(16): 1954-1958. (in Chinese)
- [13] 赵锦涛, 赵霞, 周敏亚, 等. 基于数据挖掘探讨小儿推拿治疗积滞的选穴规律[J]. 中医儿科杂志, 2024, 20(3): 40-44.
- ZHAO J T, ZHAO X, ZHOU M Y, et al. Exploring the acupuncture point selection pattern of pediatric tuina for stagnation based on data mining [J]. J Pediatr Tradit Chin Med, 2024, 20(3): 40-44. (in Chinese)
- [14] 王容, 黄小兰, 李燕君, 等. 针刺联合小儿推拿对婴幼儿睡眠障碍的影响[J]. 辽宁中医杂志, 2025, 52(12): 158-161.
- WANG R, HUANG X L, LI Y J, et al. Effect of acupuncture combined with pediatric tuina on infant sleep disorders [J]. Liaoning J Tradit Chin Med, 2025, 52(12): 158-161. (in Chinese)
- [15] 刘应科, 孙光荣, 王秋莉, 等. 中和学术思想指导下小儿推拿特色实践与应用[J]. 世界中西医结合杂志, 2024, 19(3): 614-617, 631.
- LIU Y K, SUN G R, WANG Q L, et al. Characteristic practice and application of pediatric massage under the guidance of Zhonghe academic thought [J]. World J Integr Tradit West Med, 2024, 19(3): 614-617, 631. (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。