

DOI: 10.12209/CAIM202604030002

· 中西医结合临床案例 ·

中医整体调护改善反复呼吸道感染 导致生长发育迟缓的个案报告

崔玉红, 肖红, 姚昕, 朱玉平

(北京市昌平区中西医结合医院 儿科诊疗中心, 北京, 102208)

摘要: 本文总结 1 例采用中医整体调护改善反复呼吸道感染所致生长发育迟缓的护理个案。患儿以反复外感、食欲欠佳、生长发育落后为主诉, 辨证属肺脾两虚, 通过辨证施护, 运用小儿推拿、穴位贴敷、食疗方案及四时起居指导等多维度整体干预, 有效减少了呼吸道感染频次, 改善了食欲与睡眠状态, 促进了身高、体重的追赶生长。

关键词: 反复呼吸道感染; 生长发育; 中医整体调护

A Case Report on Holistic TCM Nursing Intervention for Growth Retardation Caused by Recurrent Respiratory Tract Infections

CUI Yuhong, XIAO Hong, YAO Xin, ZHU Yuping

(Pediatric Diagnosis and Treatment Center, Beijing Changping Hospital of Integrated Traditional and
Western Medicine, Beijing, 102208)

ABSTRACT: This article summarizes a nursing case of holistic Traditional Chinese Medicine (TCM) intervention for growth retardation secondary to recurrent respiratory tract infections (RRTIs). The patient, presenting with recurrent infections, poor appetite, and delayed growth, was diagnosed with dual deficiency of the lung and spleen. Through syndrome-differentiated nursing, multidimensional interventions including pediatric tuina (massage), acupoint application, dietary therapy, and lifestyle guidance tailored to seasonal changes were implemented. These measures effectively reduced the frequency of respiratory infections, improved appetite and sleep quality, and promoted catch-up growth in height and weight.

KEY WORDS: recurrent respiratory tract infections; growth and development; holistic TCM nursing

反复呼吸道感染 (recurrent respiratory tract infections, RRTIs) 指 1 年内反复发生上呼吸道感染和下呼吸道感染且超过一定频次的疾病, 学龄前儿童年发病次数达 9~10 次以上^[1]。本病好发于 2~6 岁幼儿及学龄前儿童, 患病率为 20%~25%^[2]。RRTIs 患儿常伴有发热、鼻塞、喷嚏及频繁咳嗽等症状, 若不及时治疗, 会增加哮喘、肾炎及心肌炎等并发症的发生风险; 反复发作还会影响患儿免疫系统功能, 进而导致生长发育迟缓。早期识别感染风险因素、优化营养支持、合理使用免疫调节剂及改善生活环境, 是减少生长发育迟缓发生的关键措施。中医认为, 小儿生长发育迟

缓属于“五迟”“五软”及“疳积”等范畴, 病机以脾肾亏虚为主, 病因多与先天禀赋不足、后天调护失宜有关, 治疗以健脾益肾为基本原则^[3]。中医外治技术通过“内外同治、标本兼顾”的策略, 在减少反复呼吸道感染发作、改善营养吸收及促进生长发育方面具有显著优势。本案例报告 1 例采用中医整体调护方案改善反复呼吸道感染所致生长发育迟缓的病例, 现总结如下。

1 病历资料

1.1 一般资料

患儿男性, 3 岁 5 个月, 主因“反复外感≥6 次,

收稿日期: 2026-04-03

OPEN ACCESS

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

食欲欠佳1月余,身高落后”于2025年02月12日至2026年01月01日期间就诊于我院中医儿科护理门诊。刻下症见:面黄少华,少气懒言,语声低微,食欲欠佳,食少纳呆,脘腹痞闷,大便溏薄,日行1~2次,无黏液脓血,无发热、咳嗽及流涕等外感症状,夜寐尚安,小便调。既往有多次呼吸道感染病史,否认麻疹、风疹、水痘、腮腺炎、肝炎等传染病史及接触史,无食物药物过敏史,预防接种按时完成。

1.2 查体

患儿身高97.2 cm,体重14.1 kg,BMI14.92。患儿近1年反复发生上呼吸道感染≥6次,1年内身高增长仅约3 cm。四诊合参:面黄少华,少气懒言,食少纳呆,大便溏薄;舌淡苔薄白,脉细无力,指纹淡。

1.3 诊断

中医诊断:体虚感冒(肺脾两虚型);西医诊断:反复呼吸道感染,生长发育迟缓。

1.4 治疗

中医治则:以健脾助运、益肺固卫为主,辅以益肾培元、安神助眠、通利关节及舒筋活络。中医整体调护方案:①小儿推拿技术,3次/周,1月为1疗程,连续治疗10个月;②穴位贴敷(生长贴),取神阙穴、肾俞穴,1次/d,7 d为1疗程;③食疗方:三芽排骨汤(生麦芽3 g、稻芽3 g、谷芽3 g及排骨100 g),2次/周。同时结合运动及生活起居指导,以促进儿童生长发育、增强体质。患儿经11个月持续治疗,身高、体重增长,营养储备好转,生长曲线持续上移,从低于25%升至高于50%,追至同龄儿童中等偏上水平,于2026年01月01日结束治疗。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 食欲评估

采用视觉模拟评分法(VAS)结合表情辅助评估,以10 cm直线为标尺,两端分别标记“无食欲”(0分)、“食欲极好”(10分),中间标注对应表情符号供选择。评分区间定义为0~2分表示无食欲,2~4分代表食欲一般,5~7分代表食欲较好,8~10分代表食欲极佳。经家长协助患儿完成评分,结果为3分,提示食欲一般。

2.1.2 生长发育评估

采用WHO Z评分^[4],年龄别身高(HAZ)Z评

分<-2提示轻度生长迟缓,<-3提示重度生长迟缓;年龄别体重(WAZ)Z评分<-2提示低体重,介于-2~+2之间为正常体重范围。本案例为3岁男童,年龄别身高(HAZ)Z评分为-0.4 SD,处于第34百分位(P34),在-2 SD~+2 SD的正常范围内,属于同龄男童中等偏下水平;年龄别体重(WAZ)Z评分为-0.2 SD,处于第42百分位(P42),在正常范围内,属于同龄男童中等水平。

2.1.3 睡眠质量评估

采用Owens编制、李生慧等人翻译的中文版本儿童睡眠习惯问卷,通过回顾性调查收集信息,由家长回忆患儿过去4周的睡眠状况,选取未受突发情况干扰的1周典型睡眠状态填写。问卷共33个题项,评分标准为3分=“经常”、2分=“有时”、1分=“极少”,总分99分;若总分>41分定义为睡眠紊乱,得分越高提示睡眠质量越差。患儿首次评分为58分,属于睡眠紊乱。

2.2 护理诊断

生长迟缓:与反复呼吸道感染导致代谢消耗增加、营养摄入不足有关;照顾者角色紧张:与疾病慢性病程、照顾者缺乏对反复呼吸道感染与生长发育迟缓关联性的认知有关。

2.3 护理计划

①营养管理:指导患儿进食,培养良好进食行为;②生长监测:每月测量身高、体重,绘制WHO生长曲线,动态监测生长发育情况;③睡眠管理:保证夜间睡眠10~11 h,21:00前入睡;午睡1~1.5 h;④小儿推拿:予咳嗽推拿、疳积推拿及捏脊治疗,3次/周,1月为1疗程,连续治疗10个月;⑤穴位贴敷:取神阙穴、肾俞穴贴敷,1次/d,7 d为1疗程。

2.4 护理措施

2.4.1 小儿疳积推拿+小儿助长推拿+小儿捏脊技术

2.4.1.1 小儿疳积推拿

推拿处方:揉板门100次,补脾经100次、补大肠100次、揉脾俞100次、分推腹阴阳。方义:揉板门100次,可健脾和胃、消食化滞,改善食欲不振;补脾经100次,采用拇指旋推法(向心方向)操作拇指末节桡侧缘(从指尖至指根),能健脾胃、补气血,针对脾虚所致的食少、面黄;补大肠100次,采用直推法(指尖向虎口方向)操作食指桡侧缘(从指尖至虎口),可调节肠道功能,针对患儿大便溏薄选用补法;揉脾俞100次,以拇

指揉背部第 11 胸椎棘突下旁开 1.5 寸处,能健脾益气,改善消化吸收功能;分推腹阴阳,以两拇指自中脘向两侧肋缘分推上腹部至局部发热,可理气和胃、消食导滞,缓解脘腹痞闷。操作顺序:先上肢→再腹部→再背部,操作环境需温暖,患儿取仰卧位或坐位。

2.4.1.2 小儿助长推拿+小儿捏脊技术

推拿处方:揉百会、四神聪各 100 次,补脾经 300 次、补肾经 100 次、推四横纹 100 次、掐四横纹 5 次,揉中脘穴、天枢穴、关元穴各 1 min,揉腹 3 min,揉足三里、三阴交各 100 次,揉涌泉 100 次,捏脊 5 遍。方义:揉百会 100 次,以拇指揉头顶正中中线与两耳尖连线交点处,可升阳举陷、安神益智;揉四神聪 100 次,以拇指揉百会穴前后左右各 1 寸处(共 4 穴),能安神定志、健脑益智;补脾经 300 次,采用拇指桡侧缘向心旋推法,可强健脾胃、促进营养吸收;补肾经 100 次,采用向心旋推法操作小指末节掌面(从指尖至指根),能补肾益精、强筋壮骨,促进骨骼生长;推四横纹 100 次,以拇指桡侧来回推手掌食、中、无名、小指掌指关节横纹处,可调和气血、消胀散结;掐四横纹 5 次,以拇指指甲快掐快放,能醒脾开胃、清热除烦;揉中脘 1 min,以掌根或拇指揉脐上 4 寸(胸骨下端至脐连线中点)处,可健脾和胃、消食导滞;揉天枢 1 min,以拇指揉脐旁开 2 寸处,能调理肠胃、行气活血;揉关元 1 min,以拇指或掌根揉脐下 3 寸处,可培补元气、益肾填精;揉腹 3 min,以掌摩法或掌揉法顺时针操作全腹部,能促进胃肠蠕动、增强消化吸收;揉足三里 100 次,以拇指揉外膝眼下 3 寸、胫骨前嵴外一横指处,可健脾和胃;揉三阴交 100 次,以拇指揉内踝尖上 3 寸、胫骨内侧缘后方处,能健脾益血、调补肝肾;揉涌泉 100 次,以拇指揉足底前 1/3 凹陷处,可滋肾阴、引火归元;捏脊 5 遍,沿背部正中线从长强穴推至大椎穴,能调理五脏六腑、升阳举陷。操作顺序:先头部→再上肢→再腹部→再下肢→最后背部捏脊,全流程约 15~20 min。

2.4.2 穴位贴敷

采用由健脾益气、补肾助长类中药组成的方剂,将黄芪、白术、防风、山药、龙骨及牡蛎等中药混合研磨成细粉,用黄酒调和成糊状(黄酒可温通经络、助药力渗透),放置于医用穴位贴。治疗取穴神阙穴、肾俞穴、脾俞穴。患儿 3 岁 5 个月,贴敷时间以 2~4 h 为宜。贴敷过程中需密切观察患儿

贴敷部位皮肤,若出现瘙痒、发红等过敏反应,需及时处置。

2.4.3 饮食方案

针对患儿反复呼吸道感染、体质弱及抵抗力差的特点,长期顾护脾胃为关键(需饮食有节、忌生冷)。予三芽排骨汤(生麦芽 3 g、稻芽 3 g、谷芽 3 g 及排骨 100 g,小火炖煮 1~2 h,撇除上层油层,适量食用排骨及 300~500 mL 清汤,2 次/周),可健脾助运,以“芽”促“长”;适当增加益气固表食物,如山药、莲子、芡实、少量红枣及香菇,可少量用黄芪煲汤(如黄芪红枣水);保证均衡营养,尤其注意补充蛋白质和维生素 C(新鲜蔬果)。

2.4.4 运动指导

儿童运动指导核心:安全、有趣、适量、全面发展,旨在促进生长发育、增强体质、培养运动兴趣与良好习惯,同时避免运动损伤。结合学龄前儿童生理特点,指导发展基本动作技能(跑、跳、爬、投掷、接、踢)及平衡、协调、空间感知能力。运动形式以自由玩耍为主,如追逐游戏、攀爬滑梯、骑三轮车/平衡车、玩球(抛接、踢滚)、简单障碍跑、模仿动物行走、跳舞、玩沙玩水及荡秋千等。运动强度与时间:单次集中运动时间以 10~20 min 为宜,需多穿插休息。

2.4.5 四时起居指导

居处需温暖舒适,根据季节变化及时增减衣物,避免寒冷刺激;建立规律作息,保证每日充足睡眠时间;患儿体质较弱易出现悲伤、哭闹情绪,长期不缓解可伤及肺气,指导家长为患儿播放商调音乐(如《金色童年》《星空下的童话》)。

2.5 护理评价

患儿经中医综合调护,食欲状况显著改善,身高累计增长 10.6 cm,成功脱离生长迟缓风险,营养储备充足;随着感染得到控制,患儿夜间症状减轻,睡眠质量提升,反映患儿整体健康状况得到改善,详见表 1。结果表明,中医综合调护方案对该患儿的食欲改善和生长追赶效果显著。

3 结果和随访

患儿经过 11 个月中医综合调护,各项指标同步达到良好水平,进入睡眠佳、食欲好、营养足及生长快的正向循环。感染得到控制后,营养摄入充分转化为身高与体重的协同增长,患儿家长表示满意。

表 1 疗效评估

评估指标	2025年02月12日	2025年07月07日	2026年01月01日
VAS/分	3	5	8
身高/cm	97. 2	102. 3	107. 8
体重/kg	14. 1	15. 5	18. 3
BMI/(kg/m ²)	14. 92	14. 76	15. 78
年龄别身高 (HAZ)	-0. 4 SD	-0. 43 SD	+0. 36 SD
年龄别体重 (WAZ)	-0. 2 SD	-0. 04 SD	+0. 80 SD
年龄别BMI (BAZ)	-0. 4 SD	+0. 18 SD	+0. 89 SD
CSHQ/分	58	38	27

4 讨论

生长发育迟缓指儿童在生长发育过程中出现速度减缓或顺序异常的情况,表现为身高增长速度及水平显著低于同龄儿童;通常将同性别、同年龄健康儿童生长曲线第3百分位数以下或身高小于平均水平2个标准差的儿童诊断为生长发育迟缓^[5]。中医认为,儿童反复呼吸道感染(RRTIs)及其继发的生长发育迟缓,主要与肺、脾、肾三脏功能失调密切相关,病机可概括为“本虚标实”,正气不足(本虚)导致外邪易侵(标实),进而影响气血生化与生长发育。中医对儿童生长发育的记载历史悠久,相关古籍文献丰富,认为其病因主要为先天禀赋不足或后天调护失当,临床治疗以培补肝肾、益气健脾为基本原则。本案例中,患儿反复呼吸道感染属中医“体虚感冒”“汗证”范畴,多数医家认为该病病机以肺脾两虚为主,倡导从肺脾论治,重视调节患儿体质,以促进生长发育^[6]。

中医治疗中,儿童对中药及针灸的接受度较低,而小儿推拿具有安全、无痛且易被儿童接受的优势,在儿童保健中的地位日益突出,其保健与治疗效果显著,已成为众多家长的首选干预方式^[7]。本案例采用的小儿推拿技术具有调整阴阳、调节脏腑气血、平衡升降出入及补虚泻实的功效,适用范围广,兼具绿色有效、安全可靠的特点,且不受设备与医疗条件限制,可明显提高儿童免疫力,改善饮食、睡眠状况,对促进身高与体重增长具有较好疗效。其中补脾经可补气健脾助运;四横纹(又称四缝穴)为治疳要穴,掐揉四横纹具有退热除烦、散瘀结的功效,对积滞中脘、内生郁热、气机不畅引起的厌食、发热、消化不良等症状效果显著;

中脘为胃之募穴,摩中脘可消食和胃助运,促进饮食与消化吸收,《厘正按摩要术》记载:“摩腹用掌心团摩满腹上,治伤乳食”,顺摩腹与分腹阴阳可消食和胃、理气消胀,促进肠道蠕动、增加食欲^[8];揉脾俞、胃俞能健脾助运、消食和胃、补益后天,为小儿生长发育提供物质基础;足三里为胃经合穴,“合治内腑”,按揉足三里可健脾和胃、益气补血并增强机体免疫力^[9]。脾为肺之母,通过健脾助运、补脾益气可发挥培土生金之功。

穴位贴敷疗法是传统针灸疗法与药物疗法的有机结合,本质是融经络、穴位、药物为一体的复合性治疗方法^[10]。研究显示,穴位贴敷对改善1~6岁厌食患儿的体质指数、进食量、进食时长及面色具有较好疗效,且无痛苦、安全性高、患儿配合度好且操作简便^[11]。本案例选取神阙穴、肾俞穴及脾俞穴进行贴敷,以达到温中健脾、益肾补虚的功效。

本案例采用的食疗方案为三芽排骨汤,是将药食同源理念充分应用的经典食疗方。在“三芽”健脾生发的基础上加入排骨,形成“健脾+补肾”的协同作用,是促进儿童生长发育的黄金搭配。麦芽、谷芽及稻芽均为种子萌发的嫩芽,中医认为种子萌芽蕴含自然界最旺盛的“生发之气”(少阳之气);排骨具有补肾填髓、强筋壮骨的作用,为身高增长提供“硬件”支持。结合春、夏、秋、冬四季的气候特点与自然规律,指导患儿合理安排作息、饮食、活动及情志等生活内容,以达到顺应自然、调和阴阳与养生保健的目的。特别强调“秋养肺魄”,秋季干燥易伤肺魄,应多食润肺之品,避免悲秋情绪;“冬藏肾志”,冬季宜早睡晚起,适度进补,以固肾培元^[12]。

本案例存在一定局限性,仅为单一个案观察,缺乏对照研究,但通过实施中医综合调护方案,观察到患儿在减少感染发作、改善食欲与睡眠、促进生长发育方面取得了协同效果。综上所述,中医综合调护方案融合中医外治技术、食疗方案及四时起居指导等多维度干预措施,对该患儿的食欲改善与生长追赶效果显著,为儿科慢性病管理提供了新的思路。

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] 中华中医药学会发布. 中医儿科常见病诊疗指南[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2012.
- [2] 闫彩霞, 王冬梅, 王士磊. 天津市河北区儿童支气管哮喘合并反复呼吸道感染流行病学特征及危险因素[J]. 公共卫生与预防医学, 2021, 32(6): 123-125.
- YAN C X, WANG D M, WANG S L. Epidemiological characteristics and risk factors of bronchial asthma combined with recurrent respiratory tract infection in children in Hebei District of Tianjin[J]. J Public Health Prev Med, 2021, 32(6): 123-125. (in Chinese)
- [3] 孟英英. 助生长推拿法对学龄前期反复呼吸道感染患儿身高及体重影响作用观察[D]. 济南: 山东中医药大学, 2023.
- [4] 孙崇蕊, 张明杰, 徐卓明. 二期Fontan术患儿各手术阶段生长发育情况分析[J]. 中国胸心血管外科临床杂志, 2017, 24(12): 912-915.
- SUN C R, ZHANG M J, XU Z M. Analysis of somatic growth in each operative stage among children undergoing stage II Fontan procedure[J]. Chin J Clin Thorac Cardiovasc Surg, 2017, 24(12): 912-915. (in Chinese)
- [5] 中华医学会儿科学分会内分泌遗传代谢学组, 中国医师协会青春期健康与医学专业委员会, 福棠儿童医学发展研究中心, 等. 儿童特发性矮身材诊断与治疗中国专家共识[J]. 中国实用儿科杂志, 2023, 38(11): 801-813.
- Endocrine, Genetic and Metabolic Diseases Group, Society of Pediatrics, Chinese Medical Association; Professional Committee on Adolescent Health and Medicine, Chinese Medical Doctor Association; Futang Children's Medical Development Research Center, et al. Chinese expert consensus on the diagnosis and treatment of children with idiopathic short stature[J]. Chin J Pract Pediatr, 2023, 38(11): 801-813. (in Chinese)
- [6] 韩晶, 徐炎. 孙丽平教授从肺脾论治气虚质小儿反复呼吸道感染经验[J]. 中医儿科杂志, 2021, 17(2): 11-14.
- HAN J, XU Y. Professor SUN Liping's experience in treating children of qi deficiency constitution with recurrent respiratory tract infection based on syndrome differentiation from lung and spleen[J]. J Pediatr Tradit Chin Med, 2021, 17(2): 11-14. (in Chinese)
- [7] 王琦, 王雪峰, 赵霞, 等. 儿童中医体质特征及调护专家共识[J]. 中国中西医结合儿科学, 2023, 15(4): 277-282.
- WANG Q, WANG X F, ZHAO X, et al. Expert consensus on body constitution characteristics and nursing of children in traditional Chinese medicine[J]. Chin Pediatr Integr Tradit West Med, 2023, 15(4): 277-282. (in Chinese)
- [8] 陈宣名, 汪受传. 小儿反复呼吸道感染的病因病机认识与治疗[J]. 中国中西医结合儿科学, 2010, 2(2): 160-162.
- CHEN X M, WANG S C. Etiology, pathogenesis and treatment of recurrent respiratory tract infection (RRTI) in children[J]. Chin Pediatr Integr Tradit West Med, 2010, 2(2): 160-162. (in Chinese)
- [9] 段传皓, 季坤, 赵海. 序贯疗法治疗小儿反复呼吸道感染疗效观察[J]. 国医论坛, 2023, 38(2): 36-38.
- DUAN C H, JI K, ZHAO H. Observation on the efficacy of sequential therapy in the treatment of recurrent respiratory tract infections in children[J]. Forum Tradit Chin Med, 2023, 38(2): 36-38. (in Chinese)
- [10] 杨黎明, 邓卓锋, 莫丹丽, 等. 中药内服联合穴位贴敷防治小儿反复呼吸道感染缓解期肺脾气虚证30例临床观察[J]. 中医儿科杂志, 2022, 18(6): 82-85.
- YANG L M, DENG Z F, MO D L, et al. Clinical observation on 30 cases of infantile recurrent respiratory tract infection in remission stage with lung and spleen qi deficiency syndrome prevented and treated by internal use combined with acupoint patching of traditional Chinese medicine[J]. J Pediatr Tradit Chin Med, 2022, 18(6): 82-85. (in Chinese)
- [11] 欧阳云翠, 顾丹丹. 穴位贴敷治疗生长发育迟缓儿童的疗效观察[J]. 上海针灸杂志, 2025, 44(2): 225-228.
- OUYANG Y C, GU D D. Therapeutic efficacy observation of acupoint application therapy for children with developmental retardation[J]. Shanghai J Acupunct Moxibustion, 2025, 44(2): 225-228. (in Chinese)
- [12] 徐荣谦. 大国育儿: 儿童成长的中医智慧[M]. 北京: 人民日报出版社, 2023.

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。