

DOI: 10.12209/CAIM202604130006

· 中西医结合临床案例 ·

# 火龙罐综合灸改善 1 例气滞血瘀型痉挛性 斜颈疼痛与肌肉痉挛的护理体会

钟兰秀

(天津中医药大学第一附属医院 肌张力障碍病房, 天津, 300381)

**摘要:** 本文总结 1 例火龙罐综合灸用于改善气滞血瘀型痉挛性斜颈患者疼痛与肌肉痉挛的护理体会。在中医辨证施护理论指导下,采用火龙罐综合灸中医护理技术,同时辅以生活起居指导、饮食调理、情志护理及功能锻炼等措施,不仅有效改善患者的疼痛与肌肉痉挛症状,在缓解焦虑、改善睡眠方面也取得较好效果,值得临床推广应用。

**关键词:** 火龙罐综合灸; 痉挛性斜颈; 气滞血瘀型; 疼痛与肌肉痉挛

## Fire Dragon Cupping Combined with Moxibustion for Alleviating Pain and Muscle Spasms in a Case of Spasmodic Torticollis with Qi-Stagnation and Blood-Stasis Pattern: A Nursing Experience

ZHONG Lanxiu

(Dystonia Ward, First Affiliated Hospital of Tianjin University of Traditional Chinese Medicine,  
Tianjin, 300381)

**ABSTRACT:** This article summarizes the nursing experience of applying Fire Dragon Cupping combined with moxibustion (FDC-M) to improve pain and muscle spasms in a patient with spasmodic torticollis of Qi-stagnation and Blood-stasis pattern. Guided by the theory of syndrome differentiation in Traditional Chinese Medicine (TCM) nursing, the intervention integrated FDC-M therapy with lifestyle guidance, dietary modulation, emotional regulation, and functional exercises. The results demonstrated significant relief of pain and muscle spasms, along with notable improvements in anxiety and sleep quality. This approach warrants clinical promotion for its holistic efficacy.

**KEY WORDS:** Fire Dragon Cupping combined with moxibustion (FDC-M); spasmodic torticollis; Qi-stagnation and Blood-stasis pattern; pain and muscle spasms

痉挛性斜颈(spasmodic torticollis, ST)又称颈部肌张力障碍,属于局灶型肌张力障碍疾病,主要表现为颈部肌群自发性不自主收缩,导致头部运动及姿势异常<sup>[1]</sup>。该病高发年龄段为 30~40 岁,发病率约 0.17%,目前发病人群呈年轻化趋势<sup>[2]</sup>。其病因尚未完全明确,现有研究认为遗传、神经递质传导紊乱、创伤及药物暴露可能是重要致病因素,多数患者伴随抑郁、焦虑等负面情绪问题<sup>[3]</sup>。当前西医治疗方式包括口服药物、A 型肉毒杆菌毒素注射、手术治疗等,但在临床有效率、

疗效维持时间、治愈率及复发率方面存在一定局限。中医学认为,本病多以素体内在病理基础为前提,外感风寒湿邪诱发<sup>[4]</sup>,在痉挛性斜颈的论治上经验丰富,治疗方法独特,具有安全便捷、效果显著的优势<sup>[2]</sup>。

火龙罐综合疗法是传统中医康复技术的创新应用,融合艾灸的温热效应与推拿的力学刺激,二者协同作用可显著增强行气活血、化瘀通络功效<sup>[5]</sup>。该疗法运用点、摇、闪、震、碾、推、按、揉、熨、烫 10 种手法,发挥温、通、调、补四大作用<sup>[6]</sup>;与

收稿日期:2026-04-13

OPEN ACCESS

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

传统负压走罐、刮痧相比,能有效减轻操作过程中的疼痛感,实现“痧即出、即化、即修补”的效果<sup>[7]</sup>,兼具治疗与养护双重作用。本文介绍火龙罐综合灸技术治疗1例气滞血瘀型痉挛性斜颈患者的护理体会,现报告如下。

## 1 临床资料

### 1.1 一般资料

患者女性,52岁,半年前无明显诱因出现颈部向左侧歪斜伴头部震颤,右侧颈项部肌肉疼痛,于2025年12月15日收入我科。现症:颈项部左侧歪斜伴头部震颤,右侧颈项部肌肉疼痛,右侧胸锁乳突肌不自主痉挛,精神紧张时症状加重;间断腰痛,纳食可,夜寐欠安,二便调。舌质紫暗,苔薄白,脉弦涩。既往体健,无食物、药物过敏史。

### 1.2 体格检查

生命体征:体温(T)36℃,脉搏(P)73次/min,呼吸(R)18次/min,血压(BP)105/84 mm Hg。专科查体:头颈部向左旋转,颈椎生理曲度变浅;双侧胸锁乳突肌僵硬紧张;颈椎活动度:前屈30°、后伸15°、左侧屈30°、右侧屈30°、左旋30°、右旋20°;C<sub>2</sub>-C<sub>7</sub>棘突两侧旁开1 cm处压痛阳性。

### 1.3 诊断及治疗

中医诊断:痉病(气滞血瘀型);西医诊断:痉挛性斜颈。患者于2025年12月15日入院,住院期间予以下综合治疗:火龙罐综合灸3次/周,以活血化瘀;中药塌渍1次/d,以舒筋活血;耳穴疗法1次/d,以舒筋通络;电脑中频药透1次/d,以舒筋活血。患者于2025年12月30日治疗结束,好转出院。

## 2 护理

### 2.1 护理评估

#### 2.1.1 四诊评估

望诊:神清,精神可,面色正常,舌质紫暗,苔薄白;闻诊:未闻及特殊异常气味;问诊:语言清晰流利,平素性情急躁,纳食可,夜寐欠安,二便调;切诊:脉弦涩。

#### 2.1.2 痉挛性斜颈严重程度评估

采用中文版西多伦多痉挛性斜颈评分量表(TWSTRS)评估病情,该量表包含3个维度,即斜颈严重程度评分(0~35分)、残疾程度评分(0~30分)、疼痛评分(0~20分),总分0~85分,得分越高提示病情越严重<sup>[8]</sup>。本例患者TWSTRS总分

为52分,其中严重程度子量表22分、残疾子量表16分、疼痛子量表14分,属于中度至重度痉挛性斜颈。

#### 2.1.3 焦虑评估

采用焦虑自评量表(SAS)评估焦虑程度,评分<50分为无焦虑,50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,评分≥70分为重度焦虑。本例患者治疗前SAS评分为55分,属于轻度焦虑。

#### 2.1.4 睡眠质量评估

采用匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)评估睡眠情况,总分0~21分,分值越低提示睡眠质量越好,分值越高提示睡眠质量越差,本例患者评分为16分。

### 2.2 护理诊断

颈部疼痛:与气滞血瘀、经络瘀阻有关;肌肉痉挛:与肝风内动、筋脉失养有关;焦虑:与忧思过度、形象改变有关;睡眠形态紊乱:与肌肉痉挛、疼痛不适有关。

### 2.3 护理计划

结合患者病情制定个体化护理计划:中医辨证施护:采用火龙罐综合灸改善疼痛、肌肉痉挛等核心症状;心理支持:加强健康宣教,指导患者通过与亲友沟通倾诉、正确认知疾病、接纳自身形象等方式缓解焦虑,提升治疗依从性;功能锻炼:指导患者练习八段锦,以通畅气血、疏通经络,促进康复。

### 2.4 护理措施

#### 2.4.1 火龙罐综合灸护理

嘱患者取俯卧位,充分暴露肩颈区域皮肤,选用中号火龙罐,将刮痧油均匀涂抹于肩颈部,按以下步骤操作。

第一步:开穴准备:手持火龙罐沿肩颈肌群做大范围轻柔抚摩,罐具与皮肤呈30°~45°,以温通皮肤、放松浅表肌肉,为后续操作做准备。

第二步:辨证施术:严格遵循“泻法为主、补法为辅,先轻后重、循序渐进”原则,分步操作:通督脉(泻法):沿颈部督脉自大椎至风府单向推罐(逆经为泻),罐具与皮肤呈15°~30°夹角,力度由轻渐重,疏通颈部核心经络气血。调胆经(平补平泻):沿颈侧胆经自风池至肩井做顺时针环形运罐,罐具倾斜方向与环形运动方向一致,倾斜角约20°~30°,幅度由小渐大,松解颈侧紧张肌群。解结松筋(泻法):针对肌肉痉挛、条索硬结处,罐具与皮肤呈15°~30°,垂直于肌纤维走向做小幅往

复拨动,以患者可耐受酸胀感为度,松解局部粘连。穴位点按(泻法):对准风池、大椎、肩井、阿是穴等关键穴位,罐口垂直平稳下压(与皮肤平行,0°角),施以定点沉按,以局部得气、酸胀感传导为宜。操作中严格把控罐温与力度,以患者局部皮肤潮红、出现少量淡紫色瘀痧为宜,全程避免烫伤及不适症状。

第三步:术后调护:操作完毕后用洁净毛巾擦拭残留介质,用掌根沿督脉、胆经自上而下轻柔按抚3~5次,以闭合毛孔。操作后患者颈项痉挛缓解、疼痛减轻,嘱其注意颈部保暖,4 h内避免洗澡及风寒侵袭,防止外邪入侵。治疗期间密切观察患者皮肤状态,耐心倾听其诉求,构建和谐护患关系,营造舒适诊疗氛围,以增强患者治疗信心,改善情绪状态与睡眠质量。火龙罐综合灸治疗20 min/次,3次/周,连续治疗2周为1疗程。

#### 2.4.2 生活起居指导

为患者营造安静舒适的病室环境,保持光线柔和、室温适宜,减少噪音干扰及不必要的人员走动;指导患者避免长时间低头、转头等不良姿势,选择高度适宜的枕头,保持颈部自然中立位;当颈项出现疼痛或震颤时嘱其卧床休息,减少活动;强调保暖的重要性,指导患者根据气温及时增减衣物,颈肩部可佩戴围巾,防范风寒湿邪侵袭。

#### 2.4.3 饮食指导

结合患者气滞血瘀的中医证型,制定个性化饮食方案。指导患者优先摄入具有行气活血、化瘀解毒功效的食材,如山楂、白萝卜及木耳等;规律三餐,保持饮食清淡,多食蔬菜水果及优质蛋白,如芹菜、山药及苹果等;嘱患者避免煎炸、肥腻、厚味之品,如炸肉串、腊肉及螃蟹等;同时忌食浓茶、咖啡及酒精类等兴奋性饮品,此类饮品易引起神经兴奋,诱发或加重肌肉痉挛。

#### 2.4.4 情志护理

患者因头颈部姿势异常影响外观,存在社交障碍,需及时开展针对性心理护理。加强与患者的沟通交流,耐心倾听其主诉,疏导焦虑抑郁情绪,给予充分的安慰与鼓励;分享同病种成功治疗案例,帮助患者建立战胜疾病的信心;通过注意力转移等方式缓解其紧张情绪;同时鼓励家属全程参与,给予患者充足的陪伴与情感支持,改善其心理状态。

#### 2.4.5 功能锻炼指导

指导患者进行八段锦功能锻炼,首选练习“五

劳七伤往后瞧”,配合“两手托天理三焦”。嘱咐患者锻炼时动作缓慢轻柔,以不诱发肌肉痉挛、不加重疼痛为度,避免快速转头及过度活动。每次锻炼5~10 min,1~2次/d,锻炼前可先行颈部热敷或轻柔按摩以放松肌肉。同时告知患者保持情绪舒畅,避免劳累、受凉及长时间低头,坚持规律治疗与康复训练,促进颈部功能恢复。

#### 2.5 护理评价

经过1个疗程的治疗,患者疼痛与肌肉痉挛症状得到有效缓解,各项评估指标改善情况如表1所示。

表1 疗效评估

| 评估项目     | 治疗前         | 治疗后             |
|----------|-------------|-----------------|
| TWSTRS/分 | 52          | 29              |
| SAS/分    | 55          | 42              |
| PSQI/分   | 16          | 8               |
| 震颤评估     | 颈项部向左侧歪斜伴震颤 | 颈项部向左侧歪斜伴震颤频次减少 |

### 3 结果和随访

经过1个疗程治疗后,患者颈部疼痛和肌肉痉挛症状得到明显改善。患者出院1周后予电话随访,反馈疼痛进一步减轻,焦虑情绪、睡眠形态紊乱情况均得到显著改善。

### 4 讨论

中医认为,痉挛性斜颈属于“痉证”范畴。患者平素性急,肝气郁结,气郁化火,耗伤经脉气血,致气血运行不畅、阻滞不通,筋脉失于濡养,颈部疼痛与痉挛状态互为因果、恶性循环<sup>[9]</sup>。《杂病源流犀烛》载:“气运乎血,血本随气以周流,气凝则血亦凝矣,气凝在何处则血亦凝在何处矣。夫至气滞血瘀,诸病百出。”结合患者舌质紫暗、苔薄白、脉弦涩,辨证为气滞血瘀证。本病病位在颈,以气滞血瘀为本,气血不足为标,治宜标本兼治,以理气活血、祛瘀通络为核心治法。其主要病机为外邪侵袭颈项部,经脉痹阻,气血运行无力、瘀滞经络,不通则痛,筋脉失养则挛,继而出现颈项部肌肉疼痛、痉挛等症状。

火龙罐疗法是融合拔罐、刮痧、艾灸三种中医外治法的创新技术<sup>[10]</sup>,核心优势在于“温通调补”。通过艾灸颈肩疼痛部位,发挥温经散寒、活血通络及祛瘀止痛之效;配合按、点、拨等泻法逆经走罐,可行气活血、化瘀解痉。气血相依,气血活络则运

行顺畅、经络疏通,颈肩部筋脉得以濡养,疼痛症状随之改善。本例气滞血瘀型痉挛性斜颈患者,病位在颈项部,核心关联督脉、足少阳胆经,同时涉及足太阳膀胱经。督脉为“阳脉之海”,总督诸阳经,是缓解颈部筋脉拘急的核心经络<sup>[11]</sup>。操作中以疏通颈项部相关经络为核心,重点选取风池、风府、肩井、大椎等颈肩部穴位,通过火龙罐的温热刺激与手法操作,针对性疏通瘀阻经络,调和气血运行,缓解颈部痉挛与疼痛。

火龙罐综合灸的核心优势在于独特的操作手法与热力渗透性,既规避传统刮痧、负压走罐的强烈疼痛感,又克服传统火罐易致皮下淤血、死细胞堆积的不良反应,实现治疗性与舒适性的统一<sup>[12]</sup>。其手法刚柔并济、补泻兼施,温度渗透性佳,可发挥温阳通络、扶正固本、活血化瘀等功效,有效改善气滞血瘀的病理状态。由此可见,集推拿、艾灸、揉痧、点穴、熨烫于一体的火龙罐综合灸,作为中医适宜技术,在治疗气滞血瘀型痉挛性斜颈方面具有显著特色优势,可提高临床疗效、减轻患者疼痛。

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] 吕佩祝,王顺. 痉挛性斜颈治疗方法的研究进展[J]. 湖南中医杂志, 2024, 40(5): 189-193.  
LV P Z, WANG S. Research progress on treatment of spasmodic torticollis [J]. Hunan J Tradit Chin Med, 2024, 40(5): 189-193. (in Chinese)
- [2] 张青兰,张永萍,张泰源,等. 密集型银质针治疗痉挛性斜颈验案1则[J]. 标准生活, 2026(2): 156-158.  
ZHANG Q L, ZHANG Y P, ZHANG T Y, et al. A case of treating spastic torticollis with intensive silver needle [J]. Stand Living, 2026(2): 156-158. (in Chinese)
- [3] 张海宁,陈华阁,范顺,等. 痉挛性斜颈临床评估方法的研究进展[J]. 中医正骨, 2023, 35(4): 43-46, 50.  
ZHANG H N, CHEN J G, FAN S, et al. Advancement of research on clinical evaluation methods of spastic torticollis [J]. J Tradit Chin Orthop Traumatol, 2023, 35(4): 43-46, 50. (in Chinese)
- [4] 李进阳,李华南,商蔚然,等. 中医药治疗痉挛性斜颈的文献计量学分析[J]. 中医临床研究, 2025, 17(15): 91-95.  
LI J Y, LI H N, SHANG W R, et al. A bibliometric analysis of traditional Chinese medicine in the treatment of spastic torticollis [J]. Clin J Chin Med, 2025, 17(15): 91-95. (in Chinese)
- [5] 何丽琴,贝令娜,孙书梅. 耳穴埋籽联合火龙罐综合灸对气滞血瘀型腰腿痛患者的效果[J]. 名医, 2023(24): 66-68.  
HE L Q, BEI L N, SUN S M. The effect of auricular seed implantation combined with fire dragon cupping comprehensive therapy on patients with lumbar and leg pain due to qi stagnation and blood stasis [J]. Renowned Dr, 2023(24): 66-68. (in Chinese)
- [6] 孙安琪,孙海燕,桂亚茹,等. 火龙罐的临床应用研究进展[J]. 中国中医药科技, 2024, 31(4): 767-768, F0003.  
SUN A Q, SUN H Y, GUI Y R, et al. Research progress on clinical application of dragon pot [J]. Chin J Tradit Med Sci Technol, 2024, 31(4): 767-768, F0003. (in Chinese)
- [7] 巫奕嫣,黄东纯,王宏蔚. 火龙罐综合疗法治疗气滞血瘀型颈肩综合征的疗效观察[J]. 罕少疾病杂志, 2025, 32(11): 41-43.  
WU Y Y, HUANG D C, WANG H W. Observation on the curative effect of huolong tank combined therapy on neck and shoulder syndrome of qi stagnation and blood stasis [J]. J Rare Uncommon Dis, 2025, 32(11): 41-43. (in Chinese)
- [8] 刘红玲. 中文版西多伦多痉挛性斜颈评分量表(TWSTRS)的信效度评价及其与痉挛性斜颈中医证型的相关性研究[D]. 合肥: 安徽中医药大学, 2018.
- [9] 张鹏,邵俊,张金静,等. 杨骏基于“病郁同存”理论论治痉挛性斜颈[J]. 中医药临床杂志, 2025, 37(10): 1964-1968.  
ZHANG L, SHAO J, ZHANG J J, et al. YANG Junjiao's treatment of spasmodic torticollis based on the theory of "disease and depression coexist" [J]. Clin J Tradit Chin Med, 2025, 37(10): 1964-1968. (in Chinese)
- [10] 谢丽芬. 火龙罐在气滞血瘀型项痹病护理中的应用价值[J]. 中国典型病例大全, 2025, 19(3): 963-966.  
XIE L F. The application value of Fire dragon pot in nursing of qi stagnation and blood stasis type nongbi disease [J]. Chin Typ Case Database, 2025, 19(3): 963-966. (in Chinese)
- [11] 李进阳,李华南,王海腾,等. 基于复杂网络分析

针刺治疗痉挛性斜颈的选穴规律[J]. 天津中医药, 2024, 41(6): 759-765.

LI J Y, LI H N, WANG H T, et al. Complex network-based analysis of acupuncture point selection patterns in the treatment of spasmodic torticollis [J]. Tianjin J Tradit Chin Med, 2024, 41(6): 759-765. (in Chinese)

[12] 占小兵, 方斌, 邓宝贵, 等. 火龙罐循经灸在痰瘀

互结型骨恶性肿瘤不寐患者中的应用[J]. 四川中医, 2025, 43(5): 164-171.

ZHAN X B, FANG B, DENG B G, et al. Application of Huolongguan can meridian following moxibustion in insomnia patients with phlegm stasis type bone malignant tumors [J]. J Sichuan Tradit Chin Med, 2025, 43(5): 164-171. (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。