

DOI: 10.12209/CAIM202605220003

· 中西医结合临床案例 ·

中药贴敷联合耳穴疗法缓解 1 例便秘患者的护理体会

徐卫红

(北京中医药大学东方医院 内分泌科, 北京, 100078)

摘要: 本文总结 1 例中药贴敷联合耳穴疗法缓解患者便秘的护理体会。基于中医辨证基础, 采用中药贴敷联合耳穴疗法干预, 同时配合饮食、运动及心理护理等常规护理措施, 有效改善患者便秘症状, 提高患者生活质量。

关键词: 便秘; 中药贴敷; 耳穴疗法; 护理

Nursing Experience of Traditional Chinese Medicine Application Combined with Auricular Acupoint Therapy in Relieving Constipation: A Case Report

XU Weihong

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

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of traditional Chinese medicine (TCM) application combined with auricular acupoint therapy in relieving constipation in one patient. Grounded in TCM syndrome differentiation, the intervention integrated herbal application with auricular acupoint therapy, complemented by routine nursing measures including dietary guidance, exercise prescription, and psychological care. These combined approaches effectively alleviated the patient's constipation symptoms and improved quality of life.

KEY WORDS: constipation; Traditional Chinese Medicine application; auricular acupoint therapy; nursing care

慢性功能性便秘是消化内科的常见病、多发病, 此类患者无肠道器质性病变, 亦无代谢障碍或肠道结构异常, 常以排便困难、排便次数减少、粪便坚硬及排便不尽感等为主诉就诊^[1]。老年人、女性是本病的高发群体, 反复持续且难以忍受的临床症状对患者的精神心理状态及生活质量造成了极大影响^[2]。中医学认为该类病症属于“便秘”范畴, 长期便秘不仅易诱发肛周疾病、泻剂结肠等问题, 严重者还可能出現睡眠障碍及心理疾病^[3]。本案例报告采用中药贴敷联合耳穴疗法对 1 例便秘患者进行干预, 有效缓解了其便秘症状, 现将该案例的诊疗及护理情况报告如下。

1 病历资料

1.1 一般资料

患者女性, 63 岁, 主因“间断排便困难 30 年, 加重 1 周”于 2026 年 04 月 06 日就诊于内分泌科门

诊。患者主诉排便不畅, 加重 1 周。刻下症见: 口干口苦, 纳眠可, 小便短赤, 大便不畅, 排便无力, 2 d 一行, 舌红, 苔黄厚腻, 脉滑数。既往体健, 否认其他慢性病史及传染病史, 否认食物药物过敏史, 父母均有糖尿病病史。

1.2 查体

生命体征: 体温(T) 36.3℃, 脉搏(P) 72 次/min, 呼吸(R) 18 次/min, 血压(BP) 102/74 mm Hg。体格检查: 神志清楚, 面色如常, 形体正常, 行动自如; 腹部平软, 无压痛、反跳痛及肌紧张。中医四诊: 望诊: 面色红润, 形体正常, 精神可, 舌红, 苔黄厚腻; 闻诊: 言语清晰, 声音正常, 呼吸平稳; 问诊: 口干口苦, 大便排出不畅, 排便无力, 纳眠可, 小便短赤; 切诊: 脉滑数。

1.3 诊断及治疗

中医诊断: 便秘(湿热内蕴证); 西医诊断: 慢性功能性便秘。辨证分析: 患者因嗜食肥甘厚味,

收稿日期: 2026-05-22

基金项目: 中央高水平中医医院临床科研业务费资助(DFRCGC-2024QHTS-YZ009)

OPEN ACCESS

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

损伤脾胃,酿生湿热。湿热蕴结于大肠,壅滞气机,肠道传导失司,加之热邪耗津,湿性黏滞,故大便黏腻难解、排便不爽;湿热内蒸,故见口干口苦,小便短赤,舌红,苔黄厚腻,脉滑数。病位主要在大肠,与脾胃、小肠功能失调密切相关。

治则以清热化湿、导滞通便为法。中医采用中药贴敷联合耳穴疗法治疗,中药贴敷1次/d,耳穴疗法2次/周,连续治疗2周,同时配合饮食与运动指导。经干预,患者便秘症状明显改善,生活质量提高,于2026年04月20日结束治疗。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 便秘程度评估

采用便秘评分量表(CCS)^[4]评估,该量表于2005年由美国胃肠学会制定,包含8个维度的自评问题,包括排便是否费劲、是否有排便不尽感、每次排便耗时、排便间隔时间、排便是否需要帮助及帮助类型、便秘病程时长、排便失败次数、腹部疼痛程度。其中“排便是否需要帮助及帮助类型”评分范围为0~2分,其余7项按程度及时长分为0~4分,8项累计得分为量表总分,范围0~30分,分数与便秘程度呈正相关,分值越高症状越重。治疗前患者评分为15分,属中度便秘。

2.1.2 粪便性状评估

采用布里斯托粪便性状量表(BSFS)^[5]评估,该量表将粪便性状分为7级,对应1~7分:1分为硬球形,2分为表面凹凸香肠状,3分为表面裂痕香肠状,4分为光滑香肠状,5分为光滑软块状,6分为糊状,7分为水状。治疗前患者评分为3分。

2.1.3 心理状态评估

采用焦虑自评量表(SAS)^[6]评估,SAS标准分分界值为50分,其中50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,70分及以上为重度焦虑。治疗前患者焦虑评分为65分,属中度焦虑。

2.2 护理诊断

结合患者主诉及身心评估结果,明确以下护理诊断:便秘:与肠道动力紊乱及脏腑功能失调有关;焦虑:与长期排便困难有关。

2.3 护理计划

针对患者主诉症状及护理评估结果,制定如下护理计划:中医理疗干预:予以中药贴敷联合耳穴疗法,缓解便秘症状;饮食护理:适量进食粗纤

维食物以促进肠蠕动、改善便秘,增加优质蛋白摄入以改善乏力;情志护理:鼓励患者与家属沟通,改善精神状态;健康宣教:向患者讲解便秘相关知识,增强疾病预防意识、减少并发症发生;运动指导:根据患者自身情况,指导其每日进行适宜运动。

2.4 护理措施

2.4.1 中药贴敷

予患者中药贴敷治疗,所用贴敷药物组成为决明子、大黄、砂仁及石菖蒲等配方颗粒,加陈醋调制成膏状,取适量药物置于医用胶贴中央,药物厚度约0.4 cm,规格约2.0 cm×1.5 cm。协助患者取站立位,将药物贴敷于神阙穴,贴敷时长为3~4 h。取下药物后,观察贴敷部位是否出现过敏、破溃等异常情况,随后用清水清洁局部皮肤并擦干。该治疗1次/d,7天为1个疗程,共进行2个疗程。

2.4.2 耳穴疗法

协助患者取舒适体位,治疗选穴为大肠、直肠、肺、脾、胃、腹、便秘点、三焦及皮质下。患者取坐位,用蘸有75%酒精的棉签消毒耳廓,去除皮肤表面油脂;以镊子夹住耳穴贴,将其贴敷于选定耳穴,每次选取一侧耳穴,每周治疗2次,双耳轮流交替贴压;嘱患者自行按压以加强刺激,3~5次/d,1~2 min/次,累计治疗2周。注意事项:操作前评估患者耳部皮肤状况,观察是否存在变色、变形、充血或脱屑等异常表现;同时向患者说明耳穴贴压过程中可能出现热、麻、胀及痛感,以可耐受为宜,若感觉无法耐受应及时告知护士。

2.4.3 饮食护理

指导患者饮食宜清淡且富含营养,多食用膳食纤维丰富的食物,少食油腻辛辣类食物,保证每日足够摄水量。

2.4.4 情志护理

主动与患者沟通,了解其内心顾虑,动态掌握其心理状态,鼓励患者充分表达内心感受;向患者详细讲解病情相关问题的成因,缓解其忧虑情绪,并指导其正确处理生活中的相关问题;帮助患者正确认识自身病情,树立战胜疾病的信心。

2.4.5 运动指导

鼓励患者日常进行散步、打太极拳及练八段锦等有氧运动,每次运动时长控制在30 min左右,以不感到疲劳为宜;指导患者每日进行顺时针腹部按摩,促进肠蠕动。

2.5 护理评价

患者经 14 d 治疗后,便秘症状得到缓解,每日排便 1 次,粪便质软成形,焦虑情绪亦有所减轻,具体疗效详见表 1。

表 1 疗效评估

评价项目	治疗前	治疗后
CCS	15	10
BSFS	3	4
SAS	65	48

3 结果和随访

患者经 14 d 治疗后,便秘症状得到缓解,每日排便 1 次,粪便质软成形,排便通畅。2026 年 04 月 20 日治疗结束,3 d 后对患者进行电话回访,患者反馈排便顺畅、心情舒畅,告知其若出现排便困难等情况需及时来院复查。

4 讨论

流行病学调查研究表明,慢性功能性便秘的发病率及病情严重程度与年龄、生活习惯、泻药使用情况、环境及用药病史等具有相关性^[7]。当患者出现功能性便秘症状时,体内代谢废物会过度堆积,致使机体对代谢废物重吸收,加重胃肠功能紊乱及器官功能受损,随病情发展还可能诱发结直肠癌^[8]。中医学认为,脾、胃等脏腑功能失调,会导致大肠传导失常,引发便秘症状。

中药贴敷作为中医特色优势技术之一,常应用于消化系统疾病的治疗。其以脏腑经络学说为理论基础,通过药物、经络及腧穴三者共同发挥综合治疗作用^[9]。研究发现,中药贴敷起效的主要环节包括药物对机体局部的持续刺激、透皮吸收及穴位经络的传导等^[10]。神阙穴位于脐窝正中,可健运脾胃、通达气机及疏通脏腑^[11]。此穴为人体精气汇聚之地,药物贴敷于此可激发百脉之气,促进经气在体内运行,从而加快胃肠蠕动,有利于便秘的缓解^[12]。大黄是泻下通便的良药,具有导滞泻热的作用^[13];决明子可作用于肠神经递质和胃肠道系统,促进胃肠蠕动^[14];砂仁、石菖蒲可化湿和中。

耳穴贴压是通过刺激耳廓上特定穴位,建立耳穴、神经组织和内脏的传导联系,促进肠道节段性蠕动和规律性收缩,促使患者早期排便,降低便秘发生率^[15]。其中,便秘点能润肠通便,直肠、大肠可直接增强肠道蠕动,三焦通调气机、助肠道传

导;脾、胃穴可调运中焦、促进排便^[15]。肺与大肠相表里,刺激肺穴可恢复肺的肃降功能,间接推动大肠传导;腹穴为对应区域,可直接放松腹壁肌肉,缓解因腹肌紧张或痉挛造成的排便困难。以上诸穴协同作用,通过调节自主神经功能、改善肠道动力状态、缓解腹壁肌肉紧张,共同恢复“降气、润肠、促动”的正常排便生理链条。

综上所述,中药贴敷联合耳穴疗法治疗便秘具有确切疗效,可有效缓解患者便秘症状、减轻痛苦并提升生活质量,为临床中此类病例的中医技术护理干预提供有益的借鉴与参考。

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] 李卫娜,刘亚荣,王春媚,等. 中药配方颗粒制备通便膏方治疗慢性功能性便秘的疗效及对生活质量的影响[J]. 现代中西医结合杂志, 2019, 28(26): 2883-2888.
Li W N, Liu Y R, Wang C M, et al. Effect of Tongbian herbal paste prepared with formula granule on chronic functional constipation and its effect on quality of life[J]. Mod J Integr Tradit Chin West Med, 2019, 28(26): 2883-2888. (in Chinese)
- [2] 孟丽敏,李卫,刘伟,等. 中老年功能性便秘患者症状与生活质量的相关性[J]. 中国老年学杂志, 2017, 37(7): 1754-1756.
Meng L M, Li W, Liu W, et al. The correlation between symptoms and quality of life in middle-aged and elderly patients with functional constipation[J]. Chin J Gerontol, 2017, 37(7): 1754-1756. (in Chinese)
- [3] 刘鸿儒,李俊,陆明,等. 电针深刺八髎穴对脾肾阳虚型溃疡性结肠炎患者Th17/Treg细胞免疫平衡和血清炎症因子的影响[J]. 现代生物医学进展, 2021, 21(22): 4293-4297.
Liu H R, Li J, Lu M, et al. The effect of electroacupuncture deep acupuncture Ba Qian point on immune balance of Th17/treg cells and serum inflammatory factors in patients with ulcerative colitis with spleen-kidney Yang deficiency type [J]. Prog Mod Biomed, 2021, 21(22): 4293-4297. (in Chinese)
- [4] 黎昱辰,王爱成. 温针灸八髎治疗阳虚型慢性功能性便秘临床观察[J]. 河北中医, 2024, 46(10): 1712-1715, 1719.
Li Y C, Wang A C. Comparison of the clinical effi-

- cacy of warm acupuncture-moxibustion at Baliao points versus electroacupuncture at Baliao points on the elderly with chronic functional constipation of Yang deficiency type[J]. *Hebei J Tradit Chin Med*, 2024, 46(10): 1712-1715, 1719. (in Chinese)
- [5] 蒲秋霞, 李红伟, 宏亚丽. 国外布里斯托大便分类法的应用现状及其启示[J]. *护理研究*, 2019, 33(9): 1552-1555.
- Pu Q X, Li H W, Hong Y L. Application status quo and enlightenment of the Bristol Stool Form Scale in foreign countries[J]. *Chin Nurs Res*, 2019, 33(9): 1552-1555. (in Chinese)
- [6] Zung W W K. A rating instrument for anxiety disorders[J]. *Psychosomatics*, 1971, 12(6): 371-379.
- [7] 段亚平. 针刺联合温脾汤对老年慢性功能性便秘患者炎症因子、胃肠激素及生活质量的影响[J]. *光明中医*, 2021, 36(18): 3049-3052.
- Duan Y P. Effect of acupuncture combined with Wenpi decoction on inflammatory factors, gastrointestinal hormones and quality of life in elderly patients with chronic functional constipation [J]. *Guangming J Chin Med*, 2021, 36(18): 3049-3052. (in Chinese)
- [8] 钟维海. 温针灸联合痛泻要方对腹泻型功能性肠病疗效及生存质量的影响观察[J]. *养生保健指南*, 2019(47): 281.
- Zhong W H. Observation on the Efficacy and Quality of Life Improvement of Warm Acupuncture Combined with Pain and Diarrhea Formula in Diarrhea-Type Functional Bowel Disorders [J]. *Heal Guide*, 2019(47): 281. (in Chinese)
- [9] 李红, 王淑娟. 穴位贴敷防治疾病作用机制研究简况[J]. *实用中医内科杂志*, 2016, 30(9): 117-118.
- Li H, Wang S J. Study on mechanism of acupoint application in disease prevention and control [J]. *J Pract Tradit Chin Intern Med*, 2016, 30(9): 117-118. (in Chinese)
- [10] 贺艳萍, 肖小芹, 邓桂明, 等. 中药穴位贴敷作用机理研究概况[J]. *中国中医药信息杂志*, 2017, 24(3): 134-136.
- He Y P, Xiao X Q, Deng G M, et al. Research review of functional mechanism of treatment by way of pasting TCM on acupoints [J]. *Chin J Inf Tradit Chin Med*, 2017, 24(3): 134-136. (in Chinese)
- [11] 牛晓峰, 张世同. 中药贴敷辅助慢性功能性便秘临床观察[J]. *实用中医药杂志*, 2025, 41(3): 646-648.
- Niu X F, Zhang S T. Clinical observation on adjuvant treatment of chronic functional constipation with traditional Chinese medicine application [J]. *J Pract Tradit Chin Med*, 2025, 41(3): 646-648. (in Chinese)
- [12] 黄梦珍, 廖喜琳, 李江兰, 等. 药棒穴位按摩联合神阙穴贴敷对脑卒中后便秘的疗效[J]. *广西医学*, 2023, 45(5): 546-549.
- Huang M Z, Liao X L, Li J L, et al. Efficacy of acupoint massage with medicine stick combined with Shenque acupoint application on constipation after cerebral stroke [J]. *Guangxi Med J*, 2023, 45(5): 546-549. (in Chinese)
- [13] 蒋艳, 钱凤娥, 王海涛, 等. 基于子午流注理论的中医护理在功能性便秘治疗中的应用进展[J]. *全科护理*, 2021, 19(34): 4810-4813.
- Jiang Y, Qian F E, Wang H T, et al. Application progress of TCM nursing based on meridian stream theory in the treatment of functional constipation [J]. *Chin Gen Pract Nurs*, 2021, 19(34): 4810-4813. (in Chinese)
- [14] 黄莉, 程索婷, 刘竹, 等. 决明子脐贴对慢传输型便秘大鼠的治疗作用及谱效关系[J]. *南方医科大学学报*, 2024, 44(4): 720-726.
- Huang L, Cheng S T, Liu Z, et al. Transdermal patches containing Cassia seed extract applied at the navel for slow transit constipation in rats: therapeutic effect and analysis of the spectrum-effect relationship [J]. *J South Med Univ*, 2024, 44(4): 720-726. (in Chinese)
- [15] 郭亚丽, 李海婷, 王倾, 等. 耳穴贴压对骨折后便秘患者疗效的 Meta 分析[J]. *按摩与康复医学*, 2022, 13(9): 46-50.
- Guo Y L, Li H T, Wang Q, et al. Meta-analysis of therapeutic effect of auricular point sticking on constipation after fracture [J]. *Chin Manip Rehabil Med*, 2022, 13(9): 46-50. (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。