

DOI: 10.12209/CAIM202605090004

· 中西医结合临床案例 ·

火龙罐治疗 1 例子宫内膜息肉宫腔镜电切术后 腰骶疼痛的护理体会

刘晓宇, 卢英, 肖亚姿

(北京中医药大学东方医院 妇科, 北京, 100078)

摘要: 本文总结 1 例子宫内膜息肉宫腔镜电切术后出现腰骶疼痛患者采用火龙罐治疗的临床护理体会。基于中医辨证施治原则,以火龙罐中医护理特色技术为核心治疗手段,联合情志疏导、饮食调护、体位管理及康复指导等综合护理措施,患者术后腰骶疼痛显著缓解,盆腔充血状态改善,腰部活动功能恢复正常,术后舒适度与康复质量明显提升。该案例表明,火龙罐治疗联合综合护理可有效缓解宫腔镜术后腰骶疼痛,为中医护理实践提供临床参考。

关键词: 火龙罐; 子宫内息肉; 宫腔镜电切术; 腰骶疼痛

Nursing Experience of Fire Dragon Cupping Therapy for Lumbosacral Pain in One Patient After Hysteroscopic Resection of Endometrial Polyp

LIU Xiaoyu, LU Ying, XIAO Yazi

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

ABSTRACT: This paper summarizes the clinical nursing experience of applying Fire Dragon Cupping therapy to one patient presenting with lumbosacral pain following hysteroscopic resection of endometrial polyp. Based on the principle of syndrome differentiation and treatment in traditional Chinese medicine (TCM), the Fire Dragon Cupping technique, a characteristic TCM nursing intervention, was employed as the core therapeutic measure, in conjunction with comprehensive nursing interventions including emotional regulation, dietary guidance, postural management, and rehabilitation instruction. The patient achieved significant relief of lumbosacral pain, improvement of pelvic congestion, and restoration of normal lumbar mobility, with marked enhancement of postoperative comfort and recovery quality. This case demonstrates that Fire Dragon Cupping therapy combined with comprehensive nursing care can effectively alleviate lumbosacral pain after hysteroscopic surgery, providing a clinical reference for TCM nursing practice.

KEY WORDS: Fire Dragon Cupping; endometrial polyp; hysteroscopic resection; lumbosacral pain

子宫内息肉是妇科临床最常见的宫腔良性病变之一,以异常子宫出血、经期延长、经量增多、下腹隐痛及不孕等为主要临床表现^[1]。宫腔镜下子宫内息肉电切术是临床治疗该病的首选微创术式,具有创伤小、手术耗时短及术后恢复快等优势^[2]。但术中大量膨宫介质灌注、宫颈牵拉刺激、盆腔冲任气血受损等因素,易导致患者术后出现腰骶疼痛、坠胀、僵硬及活动受限等不适,持续数小时至数天,极大影响患者的舒适度、情绪状态及

住院体验^[3]。

中医认为,宫腔镜术后腰骶疼痛核心病机为气血亏虚、气滞血瘀、冲任受损与经络痹阻,以“不通则痛、不荣则痛”为主要特点,治则以温经散寒、通络止痛及益肾固腰为主^[4]。火龙罐疗法是融合艾灸、拔罐及刮痧优势的中医外治技术,以温、通、补、调为核心功效,通过温热渗透与经络穴位刺激,实现温通经络、活血化瘀、散寒止痛、温补肾阳与松解肌筋的作用,与妇科术后腰骶疼痛辨证施

收稿日期: 2026-05-09

通信作者: 卢英, E-mail: 407141461@qq.com

OPEN ACCESS

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

护高度契合^[5]。本文结合 1 例子宫内膜息肉宫腔镜术后腰骶疼痛病例,系统梳理火龙罐护理流程、综合护理措施及临床效果,为临床应用提供参考。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者女,32岁,未婚,孕0产0。患者因经间期出血1次,发现宫内异常回声近1月,由门诊于2026年03月14日收入院。入院时月经干净8d,无同房,少量褐色分泌物,无腹痛,无头晕心慌,纳可,眠差,二便调。既往史:既往体健。过敏史:否认药物及食物过敏史。月经史:月经初潮12岁,平素月经不规律,经期6d,周期35~37d,量少,色红,无血块,伴痛经。平素带下量、色、质正常,无异味。舌质淡红,苔薄白,脉滑弦。

1.2 妇科检查

专科检查:外阴已婚未产式,阴道通畅,宫颈光滑;子宫前位,大小正常,活动度可,无压痛;双侧附件未触及明显异常。阴道分泌物镜检:清洁度Ⅱ度,滴虫(-),霉菌(-)。辅助检查:2026年03月09日本院彩超:子宫前位,大小5.1cm×4.9cm×4.0cm,轮廓欠规整,子宫肌层明显增厚,回声不均,可见点线状强回声,前壁肌厚约2.4cm,后壁肌层厚约1.2cm;子宫内膜厚约0.8cm,回声不均匀,宫内可见一个中高回声区,大小为1.6cm×0.7cm;盆腔无积液。

1.3 诊断与治疗

中医诊断:癥积;辨证分型:气滞血瘀证。西医诊断:子宫内膜息肉。患者于3月15日10:20在静脉全麻下行宫腔镜检查+宫腔镜下诊断性刮宫术+宫腔镜下子宫内膜息肉切除术,于11:10安返病房。术后给予二级护理,禁食水2h后改为普食。12:30患者床上活动时出现腰骶部疼痛、腰部僵直,翻身活动受限,伴烦躁焦虑。遵医嘱给予腰骶部火龙罐治疗,1次/d,以通经活络、缓解腰部疼痛。连续治疗3d后,患者腰骶疼痛完全缓解,视觉模拟疼痛评分(VAS)由4分降至0分,活动自如,2026年03月18日结束治疗,并于当日8:00出院。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 疼痛症状评估

采用视觉模拟评分法(Visual Analogue Scale, VAS)评估患者腰骶疼痛程度。评分标准

为将标尺分为10等分,0分表示无疼痛;1~3分表示轻度疼痛,可忍受;4~6分表示中度疼痛,影响睡眠;7~10分表示重度疼痛,难以忍受。该患者腰骶疼痛评分为4分,属于中度疼痛。

2.1.2 中医证候积分评估

参照中医妇科术后中医证候评分标准^[6],对腰骶酸痛、小腹坠胀、腰部僵硬、乏力及舌脉等主要症状进行评分,该患者中医证候总积分为10分。

2.1.3 焦虑程度评估

采用焦虑自评量表(Self-Rating Anxiety Scale, SAS)评估患者焦虑情绪,该量表包含20项目,针对患者近一周身心症状进行4级评分。评分<50分为正常,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。本病例患者SAS评分为61分,属中度焦虑。

2.2 护理诊断

①急性疼痛:与手术创伤、盆腔充血、气血瘀滞及体位牵拉相关;②活动受限:与腰骶疼痛、腰部僵硬相关;③焦虑:与术后不适、担心康复效果相关。

2.3 护理计划

①运用火龙罐技术温经通络、行气活血、补肾强腰,快速缓解腰骶疼痛;②实施术后常规护理、体位管理、饮食调护及康复指导,促进功能恢复,预防症状反复;③缓解患者焦虑情绪,提升患者治疗配合度与康复信心。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理技术(火龙罐)

火龙罐操作部位与穴位:腰骶部督脉(至阳—命门段)、双侧膀胱经(肾俞、大肠俞及膀胱俞)、八髎穴及腰骶部阿是穴(疼痛最明显部位)。操作步骤:①患者取俯卧位,暴露腰骶部,注意保暖遮挡。②腰骶部均匀涂抹精油润滑防烫。③罐底插入艾柱并点燃,用鼓风机助燃使艾柱充分燃烧,待罐体温热后,以手掌小鱼际测试罐口温度适宜再缓慢落罐;沿督脉自上而下运罐,再沿两侧膀胱经施罐,配合推罐、旋罐、揉罐及点按揉手法刺激穴位,重点穴位留罐5~8min,以皮肤潮红、温热舒适为度,避免烫伤;治疗后擦干局部皮肤,指导患者保暖休息15min,4h内不洗澡、不直吹冷风。④每次操作20min,1次/d,连续3d。⑤注意事项:点火时避免烧到罐口,操作过程中把控罐温,避免过度或不正规晃动导致艾条脱落引发烫伤,全程避风避寒,加强腰腹保暖。

2.4.2 常规护理

宫腔镜术后严密监测患者生命体征、阴道流血量、腹痛及腰部不适变化情况;保持病房环境整洁安静、温湿度适宜,加强腰腹部保暖,避免冷风直吹,防止寒邪入侵加重瘀阻。指导患者术后2 h内平卧,优先采取屈膝仰卧位,双膝下垫软枕,髋膝关节自然屈曲,腰部配合薄枕支撑,放松腰背及盆底肌群,缓解子宫后倾牵拉所致腰骶疼痛;2 h后可适当翻身、床上活动,腰部垫软枕放松腰肌;进食后可在床边缓慢坐起,无不适后逐渐下床活动,下床时遵循侧身、垂腿及慢站三步法,减少体位骤变引发的坠胀不适;避免久站久坐、提重物、弯腰负重及大幅度腰部活动,减少腰骶部肌肉牵拉劳损^[7]。

2.4.3 体位管理

指导患者在日常生活中维持正确体位,以减轻腰部负担。坐姿时背部挺直,肩膀放松,两脚平放地面;站姿时保持脊柱自然曲线,避免久站不动;提重物时先蹲下,用腿部力量提起,保持背部挺直;睡眠时选择合适床垫和枕头,维持脊柱自然曲线。

2.4.4 饮食调护

术后忌食生冷寒凉、辛辣刺激及油腻之品,避免寒凝血瘀;宜食温热、易消化及活血化瘀食物,如黑木耳山楂汤、玫瑰花枸杞茶、山楂、黑木耳及金针菇等^[8];多饮温开水,促进代谢与气血运行。

2.4.5 康复指导

疼痛缓解后可适当进行康复锻炼,如“吸、嘘、叹”三字诀锻炼^[9],即训练时全身放松,深吸一口气后缓慢吐气,3次/d,3 min/次,可播放舒缓音乐;指导收缩—放松训练,即闭目2 min后双拳紧握吸气10 s,缓慢吐气并放松双拳、颈肩部及四肢,3次/d。

2.4.6 情志疏导

患者因术后疼痛、活动受限易产生紧张、焦虑及烦躁情绪,护理人员以热情、耐心、温和的态度主动沟通,关心其感受,及时解释疼痛原因、持续时间及火龙罐治疗的安全性、有效性,告知术后腰酸腰痛为常见并发症,多数患者可快速缓解,消除其顾虑;介绍同类患者康复案例,增强康复信心;鼓励患者表达不适与需求,及时给予帮助与支持,缓解不良情绪^[10]。

2.5 护理评价

疗效评估标准,具体如下:治愈:腰骶疼痛、僵

硬完全消失,活动自如;好转:疼痛明显减轻,僵硬缓解,活动基本正常;无效:症状无改善或加重。

效果评价:患者治疗前中医证候积分10分,VAS评分为4分,活动受限;治疗当日患者疼痛减轻,VAS评分降至2分,可翻身;治疗2 d腰骶僵硬缓解,VAS评分为1分,可缓慢下床;治疗3 d后患者疼痛消失,VAS评分降至0分,证候积分3分,活动正常,达到治愈标准,SAS评分由61分降至52分,效果明显,患者对护理效果满意。

3 结果和随访

本例患者经过连续3 d火龙罐中医特色护理联合常规基础综合护理干预后,腰骶部酸沉、腰痛症状完全缓解,翻身、下床及体位转换时无疼痛感,活动功能恢复正常;精神状态改善,情绪平稳,依从性提升,护理满意度高,术后第3天顺利出院。术后7 d、15 d及1个月电话随访显示,腰骶疼痛无复发,月经恢复良好,无其他不适,生活状态正常,患者对康复效果满意。

4 讨论

宫腔镜电切术后腰骶疼痛是妇科术后常见并发症。术中膀胱截石位可使腰骶部肌肉长时间处于过度伸展、紧张牵拉状态,易导致肌肉劳损、痉挛;宫腔操作刺激子宫平滑肌收缩,牵拉盆腔韧带,同时引起盆腔充血水肿,经腰骶神经反射诱发疼痛;术后宫腔创面少量渗出刺激盆腔腹膜,可进一步加重腰骶坠胀疼痛^[11]。中医将本病归属于“妇人腹痛”及“腰痛”范畴,手术金刃创伤损伤胞宫脉络,瘀血内阻、气血不通则痛;术中耗伤气血,腰府失于濡养,形成不荣则痛;同时术后体虚易受风寒湿邪侵袭,进一步痹阻经络,加重腰骶僵硬疼痛、活动不利^[12]。本病以气滞血瘀为本,肾虚、风寒湿邪为标,治疗当以温通经络、行气活血、补肾强腰、散寒止痛为大法。西医多以卧床休息、热敷、止痛药物对症干预,起效较慢,疼痛缓解效果有限。

火龙罐作为整合艾灸、拔罐、刮痧及推拿优势的中医特色外治技术,器具设计契合五行理论,罐口为齿轮状,罐内艾叶可温通经脉、祛风散寒、舒筋活络;艾叶燃烧产生的热力可升高局部体温、促进炎症吸收;循经运罐时热力导入体循环,可放松肌肉韧带、改善腰部血液循环、加快新陈代谢、增强神经传导效应,从而改善疼痛症状。相较于传

统单一中医外治法,火龙罐作用范围更广、温热穿透力更强、刺激温和无痛,操作后无明显出痧破损,患者舒适度与治疗依从性更高。将其应用于宫腔镜术后患者腰骶部,作用于督脉、膀胱经,可温通气血、松解肌筋,改善盆腔循环,缓解腰部酸痛^[13];促进盆腔血液循环,减轻充血与肌肉痉挛;刺激肾俞、命门及八髎等穴,温补肾阳、强健腰膝,标本兼顾^[14]。

本研究在常规护理基础上,结合火龙罐特色干预,配合疼痛评估、情志疏导、体位管理、饮食调护及早期康复训练,构建系统化中医护理方案,可有效缓解患者术后腰骶疼痛、改善腰部活动功能,同时缓解术后负性情绪,提升整体康复质量与住院舒适度^[15]。综上所述,火龙罐护理技术操作安全简便、疗效确切,可有效改善宫腔镜电切术后患者腰骶疼痛症状,促进盆腔气血恢复,加快术后康复进程,值得在妇科术后并发症中医护理干预中推广应用。

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] 郭晋菊,张秀卿,朱慧慧,等. 子宫内膜息肉应用宫腔镜切除术治疗的疗效及患者复发的影响因素研究[J]. 中国妇幼健康研究, 2026, 37(1): 81-87.
Guo J J, Zhang X Q, Zhu H H, et al. Study on the efficacy of transcervical resection of polyps for endometrial polyps and influencing factors for postoperative recurrence[J]. Chin J Woman Child Heal Res, 2026, 37(1): 81-87. (in Chinese)
- [2] 彭睿,曾晶,余艳兰,等. 活血安痛酒联合中医定向透药仪辅助治疗子宫内膜息肉宫腔镜电切术后腰酸腰痛的疗效观察[J]. 中国医刊, 2026, 61(3): 307-310.
Peng R, Zeng J, Yu Y L, et al. Efficacy of Huoxue Antong Wine combined with TCM directional drug-permeation therapy for postoperative lumbago after hysteroscopic polypectomy in gynecological patients[J]. Chin J Med, 2026, 61(3): 307-310. (in Chinese)
- [3] 孙晓玲,钟伟兰,张月群. 中药封包联合低频电刺激治疗宫腔镜术后疼痛 100 例[J]. 湖南中医杂志, 2021, 37(10): 51-54.
Sun X L, Zhong W L, Zhang Y Q. Treatment of 100 cases of pain after hysteroscopy with traditional Chinese medicine packaging combined with low frequency electrical stimulation[J]. Hunan J Tradit Chin Med, 2021, 37(10): 51-54. (in Chinese)
- [4] 符慧慧. 中药热熨联合耳穴压豆在宫腔镜术后的应用效果[J]. 实用中西医结合临床, 2025, 25(24): 5-8.
Fu H H. The application effect of traditional Chinese medicine hot pressing combined with ear acupressure after hysteroscopy surgery[J]. Pract Clin J Integr Tradit Chin West Med, 2025, 25(24): 5-8. (in Chinese)
- [5] 李浩林,王海东,吴晓刚,等. 火龙罐守关走营治疗妇科疾病理论探微[J]. 中医药临床杂志, 2021, 33(10): 1859-1861.
Li H L, Wang H D, Wu X G, et al. Theoretical study on the treatment of gynecological diseases with fire dragon jar[J]. Clin J Tradit Chin Med, 2021, 33(10): 1859-1861. (in Chinese)
- [6] 李春华. 中药熨熨联合针灸康复理疗在腰间盘突出症腰痛患者护理中的应用效果[J]. 中国医药指南, 2025, 23(2): 153-155.
Li C H. Application effect of Chinese medicine ironing combined with acupuncture rehabilitation therapy in nursing care of patients with lumbar disc protrusion[J]. Guide China Med, 2025, 23(2): 153-155. (in Chinese)
- [7] 谢欣欣,王琴,江文雅,等. 核心稳定性训练配合中药湿热敷在气滞血瘀型腰痛患者的康复护理中的应用[J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2020, 41(20): 2616-2617.
Xie X X, Wang Q, Jiang W Y, et al. Application of Core Stability Training Combined with Traditional Chinese Medicine Wet Heat Therapy in the Rehabilitation Nursing of Patients with Stagnant Qi and Blood Stasis Type Low Back Pain[J]. J Qiqihar Med Univ, 2020, 41(20): 2616-2617. (in Chinese)
- [8] 陆蓓蔚,吴燕萍. 中医拔火罐护理在老年腰痛患者中的应用效果[J]. 中外医学研究, 2024, 22(20): 95-99.
Lu B W, Wu Y P. Application effect of traditional Chinese medicine cupping jar nursing in elderly patients with low back pain[J]. Chin Foreign Med Res, 2024, 22(20): 95-99. (in Chinese)
- [9] 孔静雅. 快速康复理念护理在腕踝针治疗输尿管下段结石内镜术后腰痛中的应用分析[J]. 中国社区医师, 2022, 38(3): 103-105.

- Kong J Y. Application analysis of rapid rehabilitation nursing concept in wrist ankle acupuncture treatment of low back pain after endoscopic operation of lower ureteral calculi [J]. Chin Community Dr, 2022, 38(3): 103–105. (in Chinese)
- [10] 孟亚君. 护理干预联合青鹏软膏及中药熏蒸治疗腰痛的效果观察[J]. 中国民族医药杂志, 2023, 29(12): 79–80.
- Meng Y J. Observation on the effect of nursing intervention combined with Qingpeng ointment and fumigation with traditional Chinese medicine in the treatment of low back pain [J]. J Med Pharm Chin Minor, 2023, 29(12): 79–80. (in Chinese)
- [11] 陈洁, 孙丽梅, 程大鹏, 等. 精细化护理在子宫内膜息肉宫腔镜电切术病人中的应用[J]. 护理研究, 2021, 35(13): 2440–2442.
- Chen J, Sun L M, Cheng D P, et al. Application of fine nursing in endometrial polyp patients undergoing hysteroscopic electroresection [J]. Chin Nurs Res, 2021, 35(13): 2440–2442. (in Chinese)
- [12] 田照, 李绪贵, 谢维, 等. 国医大师韦贵康教授治疗骨质疏松性腰痛经验[J]. 中医药导报, 2026, 32(4): 198–201.
- Tian Z, Li X G, Xie W, et al. Professor Wei Guikang's experience in treating osteoporotic low back pain [J]. Guid J Tradit Chin Med Pharm, 2026, 32(4): 198–201. (in Chinese)
- [13] 李敏香, 任蕾, 付信娟. 火龙罐联合腕踝针治疗急性腰扭伤患者腰部疼痛的效果观察[J]. 临床护理杂志, 2025, 24(3): 24–26.
- Li M X, Ren L, Fu X J. Observation on the effect of dragon cupping combined with wrist–ankle acupuncture in the treatment of lumbar pain in patients with acute lumbar sprain [J]. J Clin Nurs, 2025, 24(3): 24–26. (in Chinese)
- [14] 张金薇, 王东梅. 火龙罐疗法在妇产科疾病中的应用现状[J]. 基层中医药, 2025, 4(8): 79–82.
- Zhang J W, Wang D M. Application status of fire dragon cupping therapy in obstetrical and gynecological diseases [J]. Basic Tradit Chin Med, 2025, 4(8): 79–82. (in Chinese)
- [15] 吴千月. 火龙罐疗法对寒凝血瘀型原发性痛经患者的效果观察[D]. 黑龙江中医药大学, 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。