

DOI: 10.12209/CAIM202605290006

· 中西医结合临床案例 ·

火龙罐联合耳穴疗法治疗 1 例 慢性阻塞性肺疾病患者失眠的护理体会

白 梅¹, 武 洋², 王梁敏¹, 赵丹丹¹, 石明杰¹, 王淑霞¹, 刘 静¹

(1. 北京中医药大学东方医院 呼吸热病科, 北京, 100078;

2. 北京市东城区安定门社区卫生服务中心, 北京, 100009)

摘要: 本文总结 1 例慢性阻塞性肺疾病患者应用火龙罐联合耳穴疗法改善失眠症状的护理经验。通过对患者中医证候、睡眠质量及情志状态等方面的评估,在常规对症治疗及护理基础上,实施火龙罐联合耳穴疗法干预,有效改善患者睡眠状况,提高患者生活质量。

关键词: 慢阻肺; 失眠; 火龙罐; 耳穴疗法

Nursing Experience of Fire Dragon Cupping Combined with Auricular Acupoint Therapy in Treating Insomnia in a Patient with Chronic Obstructive Pulmonary Disease: A Case Report

BAI Mei¹, WU Yang², WANG Liangmin¹, ZHAO Dandan¹,SHI Mingjie¹, WANG Shuxia¹, LIU Jing¹

(1. Department of Respiratory and Febrile Diseases, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078;

2. Andingmen Community Health Service Center of Dongcheng District, Beijing, 100009)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of applying fire dragon cupping combined with auricular acupoint therapy to alleviate insomnia symptoms in a patient with chronic obstructive pulmonary disease (COPD). Based on comprehensive assessments of the patient's TCM syndrome patterns, sleep quality, and emotional status, fire dragon cupping combined with auricular acupoint therapy was implemented on the foundation of conventional symptomatic treatment and routine nursing care. The intervention effectively improved the patient's sleep condition and enhanced quality of life.

KEY WORDS: chronic obstructive pulmonary disease; insomnia; fire dragon cupping; auricular acupoint therapy

慢性阻塞性肺疾病是临床常见呼吸系统疾病,以病情反复发作、病程迁延为特点,临床表现为气促、剧烈咳嗽、咳痰及呼吸困难等^[1],严重影响肺功能及生活质量。失眠是慢性阻塞性肺疾病患者的常见伴随症状,约 50% 的患者会出现睡眠质量差或失眠问题。西医治疗以镇静催眠药物为主,但此类药物存在呼吸抑制、低氧血症及戒断症状等副作用,在慢性阻塞性肺疾病伴失眠患者中的应用多受限制^[2]。中医治疗具有不良反应少、疗效确切、

患者接受度高等优势,研究证实其可明显改善慢性阻塞性肺疾病合并失眠患者的睡眠质量^[3]。

火龙罐综合灸是集刮痧、推拿及艾灸等多种传统疗法于一体的新型中医特色疗法,可行走罐操作,能通过按、推、点、摇等多种手法结合艾灸的远、近红外线热辐射及电磁波作用,发挥行气活血、调理脏腑的功效^[4]。耳穴疗法在养生及慢性病防治方面发挥着重要作用,失眠是其重点治疗病症之一^[5]。本文总结 1 例火龙罐联合耳穴疗法

收稿日期:2026-05-29

基金项目:中央高水平中医医院临床科研业务费资助(DFRC-QHTS2025-005)

通信作者:武洋, E-mail: Wuyang9775@126.com

OPEN ACCESS

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

在慢性阻塞性肺疾病患者失眠症状中的应用效果,现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者男,68岁,主因“咳嗽10余年,活动后喘憋3年余,加重2周余”于2025年08月07日由门诊收入我科。入院症见:咳嗽,夜间咳甚影响睡眠,咳痰,痰色白质粘,5~8口/d;快走及爬楼后喘憋,休息后稍有减轻,夜间可平卧;伴乏力、腰肋酸软、纳少、纳食不香、眠差多梦,二便调。既往史:高血压病史10年,冠心病史10年,高脂血症病史10年,2型糖尿病史10余年,均规律用药,病情可控;失眠病史1年,规律服药。个人史:吸烟50年,现已戒烟1个月。

1.2 查体

一般情况:患者神志清楚,查体合作,体温(T)35.6℃,脉搏(P)77次/min,呼吸(R)20次/min,血压(BP)115/67 mmHg。专科检查:头颅五官对称,双瞳孔等大正圆,对光反射灵敏;双巩膜无黄染,口唇无紫绀,咽无充血;耳鼻无异常分泌物,无压痛;左耳粗测听力下降,右耳粗测听力正常。中医查体:望诊面色少华,舌红,苔黄腻;闻诊呼吸短促;问诊患者眠差多梦,情绪焦虑;切诊脉滑。辅助检查:血常规示C-反应蛋白12.8 mg/L,白细胞计数 $11.04 \times 10^9/L$,白细胞介素10 pg/mL。

1.3 诊断

中医诊断:喘病;辨证分型:痰热壅肺、肺肾两虚证。西医诊断:慢性阻塞性肺疾病急性加重、失眠。

1.4 治疗

西医治疗:予哌拉西林钠舒巴坦静滴联合莫西沙星口服抗感染,盐酸氨溴索止咳化痰,佐匹克隆口服改善睡眠。中医治疗:遵医嘱给予火龙罐治疗,隔日1次,20 min/次;联合耳穴疗法,隔日1次。治疗周期共14 d,患者失眠症状明显改善。经治疗后,患者于2025年08月21日病情好转出院。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 中医证候评分

参照《中药新药临床研究指导原则》制定证候量化积分表,评估内容涵盖咳嗽、咳痰、喘息、入寐困难、眠浅易醒、纳呆、自汗、腹胀及乏力9项症

状,积分越高表示症状越严重^[6]。本病例证候积分为30分,提示慢阻肺及失眠症状严重。

2.1.2 睡眠质量评估

采用匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)评估,量表包含7个维度,每个维度0~3分,总分0~21分,得分 ≥ 7 分提示睡眠质量存在问题,得分越低睡眠质量越好。患者PSQI评分为19分,提示睡眠质量较差。

2.1.3 生活质量评估

采用慢性阻塞性肺疾病评估测试(CAT),得分越高反映病情严重程度越高。本病例入院时CAT评分为30分,提示疾病严重影响日常生活。

2.1.4 心理状况评估

采用焦虑自评量表(SAS)评估,总分 < 50 分为正常,50~60分为轻度焦虑,61~70分为中度焦虑,评分 > 70 分为重度焦虑。患者因咳嗽、喘息及失眠等症状严重影响日常生活,出现焦虑情绪,SAS评分为70分,属于中度焦虑。

2.2 护理诊断

①清理呼吸道无效:与痰黏难咳有关;②睡眠形态紊乱:与痰热互结、扰乱心神有关;③焦虑:与咳嗽发作、喘息气促及睡眠障碍等因素有关。

2.3 护理计划

针对患者现存症状,制定以下护理计划:①动态评估患者咳嗽、咳痰及喘息情况,制定个体化护理措施;②发挥中医特色技术优势,改善患者失眠症状;③加强情志护理,通过健康宣教与沟通交流,增强患者治疗信心。

2.4 护理措施

2.4.1 生活起居护理

为患者营造安静舒适的病房环境,睡前指导患者温水泡脚以放松身心,夜间减少巡房频次避免惊扰患者;睡前避免大量饮水及使用手机,远离刺激性气味,帮助患者养成规律睡眠习惯。

2.4.2 饮食护理

患者属痰热壅肺证,宜食具有补益肺气作用的食物,如枸杞子、黑芝麻、核桃、木耳、山药、杏仁、桂圆、牛肉、猪心及羊肉等,可搭配四仁鸡子羹等食疗方;指导患者少量多餐,每餐不宜过饱,避免辛辣刺激性食物,多摄入易消化食物,保证蛋白质、能量及维生素的充足补充^[7]。

2.4.3 中医特色护理

2.4.3.1 火龙罐综合灸

治疗取穴:以背部督脉(大椎至腰阳关)、膀胱

经(脊柱两侧旁开 1.5 寸)为主,重点刺激定喘、膏肓、肺俞、心俞、脾俞及肾俞等穴位。操作方法:患者取俯卧位,充分暴露腰背部,选用大号火龙罐,局部均匀涂抹刮痧油;点燃罐内艾柱,待燃烧稳定后,以手掌小鱼际先接触皮肤再落罐,结合揉、碾、推、按、点、摇、闪、震、熨烫等手法,正旋、反旋、摇拨罐体作用于腰背部肌肉组织,重点刺激上述穴位;治疗结束时用火龙罐底部行熨烫按揉手法。注意事项:操作过程中持续运罐,以小鱼际感知皮肤温度并及时调整,避免艾灰脱落烫伤皮肤;每次治疗 20 min,以皮肤微微发红发热为度,隔日 1 次,共治疗 7 次。

2.4.3.2 耳穴疗法

耳部按摩分四步操作,具体如下:①掌心覆盖耳廓正面,顺时针按摩 20 次;②拇指置于耳甲处,食指及中指指腹纵向按摩耳背 20 次;③拇指和食指指腹轻捏耳轮,从下往上按摩 20 次;④食指置于耳垂后,拇指指腹轻捏耳垂正面,顺时针按摩整个耳垂 20 次。按摩至耳朵微微发红发热且患者感舒适为宜。

耳部按摩后进行耳穴贴压治疗,选取神门、脾、心及皮质下等穴位,常规消毒后将王不留行籽固定在胶布上贴压于耳穴,每次选择单侧耳部,双耳交替进行;指导患者每日自行用拇、食指对压耳穴 3~5 次,1~2 min/次,以局部产生酸、麻、胀、痛或灼热感且能耐受为度,隔日 1 次,共治疗 7 次。

2.4.4 情志护理

通过向患者讲解慢阻肺及失眠的疾病知识,分析症状与情绪的相互影响,帮助患者建立正确的疾病认知,消除紧张焦虑情绪,缓解心理因素对睡眠的影响。

2.4.5 健康教育

指导患者睡前 30~60 min 避免使用手机、电脑及电视等电子产品,减少蓝光对睡眠质量的干扰。

3 结果和随访

经过治疗干预后,患者睡眠质量显著改善,情绪状态好转,生活质量得到明显提升,具体评估结果详见表 1。出院时为患者进行失眠相关健康宣教,患者自愿加入科室健康管理微信群;出院后经电话回访,患者夜间可安稳入睡,睡眠质量明显提高,睡眠时长延长,生活质量提升,对目前健康状况较为满意。

表 1 疗效评估

评估项目	治疗前	治疗第 5 天	治疗第 10 天	治疗第 14 天
中医证候评分	30	14	9	6
PSQI	19	16	9	5
CAT	30	24	18	12
SAS	70	60	50	40

4 讨论

失眠是慢阻肺患者的常见伴随症状,会对患者的日常生活、疾病预后产生消极影响,加重躯体及心理负担,严重降低生活质量,因此加强慢阻肺患者的睡眠管理至关重要^[8]。目前西医治疗主要采用镇静催眠药物,但存在服药周期长、易产生药物依赖性,以及头晕、嗜睡、乏力等不良反应^[9],因此发挥中医护理技术的优势具有重要临床意义。

火龙罐是集推拿、艾灸、拔罐及刮痧等多种疗法于一体的新型中医特色技术,通过点、摇、闪、震、碾、推、按、揉、熨、烫 10 种手法,实现调、通、温、补四大功效^[10]。本次治疗选取背部督脉、膀胱经及定喘、膏肓、肺俞、心俞、脾俞及肾俞等重点穴位,融合灸、推、刮、点、揉及摩等操作,可有效调畅全身气机,促进脏腑阴阳平衡,发挥健脾宁心安神作用;同时罐内艾灸可激发经络气血运行,温通心络,扶正祛邪^[11]。

现代医学研究表明,耳部分布丰富的神经、血管和淋巴组织,刺激耳部可兴奋感觉神经末梢,调节大脑皮层功能,恢复正常睡眠节律,从而改善睡眠^[12]。耳穴疗法中,心穴可养心生脉、益心安神,脾穴能健脾理气、补益气血,皮质下穴可养血通络、调节情志,神门穴能宁心安神、疏通经络;采用王不留行籽贴压上述穴位,可协同发挥健脾益气、调节气机的作用。火龙罐联合耳穴疗法可实现健脾和胃、温通心络、调节阴阳及宁心安神的协同功效,减轻失眠对患者生理、心理状态的不良影响,缓解焦虑情绪,并形成良性循环,促进慢阻肺症状的控制。

综上所述,在常规西医治疗基础上,联合应用火龙罐与耳穴疗法可有效缓解慢阻肺患者的失眠症状,改善睡眠质量,提高生活品质;且该中医干预手段操作简便、安全性高,患者接受度好,值得临床推广应用。

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] 任福娜, 谈永芳, 吴明. 基于赋能理论的认知行为路径干预对慢阻肺患者肺功能、自我管理能力及生活质量的影响[J]. 临床医学研究与实践, 2025, 10(12): 150-153.
Ren F N, Tan Y F, Wu M. Effects of cognitive behavioral pathway intervention based on empowerment theory on pulmonary function, self-management ability and quality of life in patients with chronic obstructive pulmonary disease[J]. Clin Res Pract, 2025, 10(12): 150-153. (in Chinese)
- [2] 李馨悦, 王丹妮, 曹艳敏, 等. 基于“水火相感, 神志俱悲”从肺心肾辨治慢性阻塞性肺疾病伴失眠[J]. 环球中医药, 2024, 17(5): 895-898.
Li X Y, Wang D N, Cao Y M, et al. Differentiation and treatment of chronic obstructive pulmonary disease with insomnia from lung, heart and kidney based on “fire and water feel the same, mind is sad”[J]. Glob Tradit Chin Med, 2024, 17(5): 895-898. (in Chinese)
- [3] 郑佩地, 林山寨, 黄丽萍. 浅针联合金水六君煎加味治疗老年慢阻肺合并失眠的临床疗效观察[J]. 医学理论与实践, 2024, 37(23): 4014-4017.
Zheng P D, Lin S Z, Huang L P. Clinical observation on shallow acupuncture combined with Jinshui Liuju decoction in the treatment of senile chronic obstructive pulmonary disease complicated with insomnia[J]. J Med Theory Pract, 2024, 37(23): 4014-4017. (in Chinese)
- [4] 马海霞, 廖媛媛, 阳扬, 等. 火龙罐疗法治疗社区获得性肺炎(痰湿阻肺证)患者临床观察[J]. 中国中医急症, 2023, 32(12): 2138-2141.
Ma H X, Liao Y P, Yang Y, et al. Clinical observation of huolong cupping in patients with CAP in syndrome of phlegm-dampness obstructing lung[J]. J Emerg Tradit Chin Med, 2023, 32(12): 2138-2141. (in Chinese)
- [5] 徐语晨, 葛浩天, 王秋琴, 等. 基于CiteSpace分析国内耳穴疗法研究热点及趋势[J]. 军事护理, 2023, 40(6): 53-56.
Xu Y C, Ge H T, Wang Q Q, et al. Analysis of the research hotspots and trends of auricular therapy in China based on CiteSpace[J]. Mil Nurs, 2023, 40(6): 53-56. (in Chinese)
- [6] 王志远. 揞针联合健脾补肺法治疗慢阻肺(肺脾气虚型)伴睡眠障碍的临床观察[D]. 济南: 山东中医药大学, 2023.
- [7] 靳丽娜. 中医情志护理联合呼吸训练对COPD急性加重期患者心理弹性及呼吸功能的影响[J]. 微量元素与健康研究, 2024, 41(4): 32-33, 36.
Jin L N. Effect of TCM emotional nursing combined with respiratory training on psychological resilience and respiratory function of COPD patients in acute exacerbation period[J]. Stud Trace Elem Heal, 2024, 41(4): 32-33, 36. (in Chinese)
- [8] 李娜, 彭欢, 谢素梅, 等. 耳穴贴压治疗慢性阻塞性肺疾病失眠的研究进展[J]. 中国民族民间医药, 2024, 33(12): 55-59.
Li N, Peng H, Xie S M, et al. Research progress of auricular acupressure in the treatment of insomnia patients with chronic obstructive pulmonary disease[J]. Chin J Ethnomed Ethnopharmacy, 2024, 33(12): 55-59. (in Chinese)
- [9] 顾芹, 何欣陈, 沈如意, 等. 耳穴压豆联合火龙罐对更年期心肾不交型失眠患者的效果观察[J]. 护理实践与研究, 2025, 22(7): 1090-1095.
Gu Q, He X C, Shen R Y, et al. Observation on the effect of auricular acupressure combined with fire dragon cupping in menopausal insomnia patients with disharmony between the heart and kidney type[J]. Nurs Pract Res, 2025, 22(7): 1090-1095. (in Chinese)
- [10] 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): 767-769.
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): 767-769. (in Chinese)
- [11] 林丽菊. 火龙罐联合耳穴贴压对老年冠心病失眠患者的疗效观察[J]. 心血管病防治知识, 2025, 15(5): 107-110.
Lin L J. Observation on the curative effect of dragon cupping combined with auricular point sticking on elderly patients with insomnia due to coronary heart disease[J]. Prev Treat Cardiovasc Dis, 2025, 15(5): 107-110. (in Chinese)
- [12] 赵亚楠, 王瑜, 张金铃, 等. 耳穴刺激经迷走神经对失眠伴抑郁患者多导睡眠图特征的影响[J]. 中华中医药杂志, 2022, 37(10): 6168-6172.
Zhao Y N, Wang Y, Zhang J L, et al. Effects of auricular point stimulation via the vagus nerve on polysomnographic features in patients with insomnia and depression[J]. China J Tradit Chin Med Pharm, 2022, 37(10): 6168-6172. (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。