

DOI: 10.12209/CAIM202604160002

· 中西医结合临床案例 ·

耳部刮痧联合腹部脏腑疾病推拿治疗 1 例 肾虚血瘀型便秘患者的护理体会

吴春丽, 杨明颖, 刘司春

(北京中医药大学东方医院 肾内科, 北京, 100078)

摘要: 本文总结耳部刮痧联合腹部脏腑推拿治疗 1 例肾虚血瘀型便秘患者的护理体会。基于中医辨证施护原则, 针对患者肾虚血瘀、肠道传导失常的核心病机, 采用耳部刮痧调理脏腑、腹部脏腑推拿疏通腑气的联合方案, 配合饮食、情志、运动等综合护理干预。通过护理评估、干预实施及效果评价, 发现该联合疗法能有效改善患者便秘症状、缓解焦虑情绪, 且安全性高、患者耐受度好, 可为慢性肾衰合并便秘的临床护理提供实践借鉴。

关键词: 铜砭耳部刮痧; 脏腑疾病推拿; 慢性肾衰; 便秘; 肾虚血瘀型; 中医护理

Nursing Experience of Auricular Scraping Combined with Abdominal Visceral Massage for a Patient with Constipation of the Kidney Deficiency and Blood Stasis Pattern: A Case Report

WU Chunli, YANG Mingying, LIU Sichun

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

ABSTRACT: This paper summarizes the nursing experience of auricular scraping combined with abdominal visceral massage in the treatment of a patient with constipation of the kidney deficiency and blood stasis pattern. Based on the principles of nursing care guided by traditional Chinese medicine (TCM) syndrome differentiation, and targeting the core pathogenesis of kidney deficiency with blood stasis and impaired intestinal transmission, a combined intervention was implemented comprising auricular scraping to regulate the zang-fu organs and abdominal visceral massage to unblock the fu-qi, supplemented by comprehensive nursing measures including dietary guidance, emotional regulation, and exercise prescription. Through nursing assessment, implementation of interventions, and outcome evaluation, the combined therapy was found to effectively alleviate constipation symptoms and relieve anxiety, while demonstrating a favorable safety profile and good patient tolerability. This case may serve as a practical reference for the clinical nursing care of patients with chronic renal failure complicated by constipation.

KEY WORDS: copper-bian auricular scraping; abdominal visceral massage; chronic renal failure; constipation; kidney deficiency and blood stasis pattern; Traditional Chinese Medicine nursing

慢性肾功能衰竭是各类肾脏疾病进展至终末期的临床综合征, 患者因肾虚失养、气血运行不畅, 易并发便秘等消化道症状^[1]。中医认为, 慢性肾衰合并便秘多属“肾虚血瘀”证, 核心病机为肾虚则肠道津液亏虚、传导无力, 血瘀则气机阻滞、腑气不通, 属于本虚标实之证^[2]。慢性肾衰血瘀证的辨证及治疗需兼顾本虚基础, 活血化瘀法的

应用贴合病机特点方能起效^[3]。耳部刮痧疗法基于中医全息理论, 可通过刺激耳廓脏腑反射区调节全身机能^[4]; 脏腑推拿则直接作用于腹部穴位, 疏通经络、促进肠道蠕动^[5], 二者联合应用在便秘治疗中可实现协同增效^[6], 能够达到“调脏腑、通经络、行气血”的协同效应, 现将 1 例相关护理体会汇报如下。

收稿日期: 2026-04-16

通信作者: 刘司春, E-mail: 598779439@qq.com

OPEN ACCESS

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

1 临床资料

1.1 一般资料

患者男,42岁,主因“发现血肌酐升高8年,便秘3月余”于2026年03月01日收入院。既往高血压病史8年,规律服用降压药物,血压控制在135~145/85~95 mmHg。否认食物、药物过敏史。入院时患者精神倦怠,面色萎黄,自述近3个月排便间隔4~6 d,粪便干结如羊粪,排便费力伴腹胀,偶有下腹隐痛,纳食不香,夜寐不安,焦虑情绪明显。

1.2 查体与辅助检查

患者体温(T)36.3℃,心率(HR)86次/min,呼吸(R)19次/min,血压(BP)140/92 mmHg。腹部平软,无压痛、反跳痛,肠鸣音1次/min。中医四诊:望诊见舌淡紫、苔白腻;闻诊见言语清晰、呼吸平稳,无异常气味;切诊见脉沉涩;问诊示双下肢轻度乏力,食欲欠佳,大便5 d未排,睡眠不佳。实验室检查:血肌酐189 μmol/L,尿素氮12.5 mmol/L,电解质正常。肾脏彩超提示双肾体积略缩小,肾皮质厚度稍变薄。

1.3 诊断

中医诊断:慢性肾衰(肾虚血瘀证);便秘(肾虚血瘀、肠失传导证)。西医诊断:慢性肾功能不全(肾衰竭期)、功能性便秘。

1.4 治疗

入院后遵医嘱予肾内科护理常规,一级护理,低盐低脂饮食,心电监护。西医治疗以补充造血原料、降尿酸等为主;中医治则为补益脾肾、活血通腑。中医外治采用耳部刮痧联合腹部脏腑推拿,耳部刮痧治疗1次/d,10 min/次,每周治疗5次,连续治疗21 d;腹部脏腑推拿1次/d,全程操作15 min,每周治疗5次,连续治疗21 d。经过系统治疗后,患者恢复每日1次成形软便,排便顺畅无费力。

2 护理

2.1 护理评估

患者入院后完善生命体征检查、中医四诊,并行便秘严重程度评分量表(CSS)、焦虑自评量表(SAS)评估。CSS量表各项条目按严重程度分级计分^[18],总分范围0~30分,0~9分为轻度便秘,10~19分为中度便秘,20~30分为重度便秘;患者入院时得分16分,为中度便秘。采用焦虑自评

量表(SAS)^[17]评估情绪状态,得分<50分无焦虑,50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,得分≥70分为重度焦虑;患者入院测评标准分63分,符合中度焦虑评分标准,判定为中度焦虑状态。

2.2 护理诊断

①便秘:与肾虚血瘀、肠失濡润及传导无力有关;②焦虑:与长期便秘困扰、对疾病预后担忧有关。

2.3 护理计划

以中医“辨证施护、标本兼顾”为核心,制定“中医特色治疗+基础护理”的综合护理方案^[10]。中医特色治疗采用“耳部刮痧+腹部脏腑推拿”联合干预,以滋肾活血、疏通经络、促进排便;基础护理包括饮食、排便、运动及情志护理,辅助改善症状、巩固疗效。治疗周期21 d,分别于治疗7 d、14 d及21 d进行疗效评估,阶段性评估有助于及时观察患者疗效并调整干预方案^[11]。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理

2.4.1.1 耳部刮痧治疗

操作方法:耳廓涂抹适量刮痧油,先按揉耳部调动气血,遵循“自下而上、由外向内”的刮拭顺序,即耳轮→耳垂→耳舟→对耳轮→耳甲腔(对应心肺)→耳甲艇(对应肝肾脾胃)→三角窝,重点刮拭耳甲艇(肾反射区)、耳甲腔(胃肠反射区)及对耳轮(腰骶部反射区)。肾、胃肠反射区为耳穴治疗肾系疾病合并便秘的核心区域^[6]。刮痧板与皮肤呈30°角,手法匀速单向,力度由轻到重再轻,每个区域刮拭5~10次,至耳廓皮肤微红或出现轻微颗粒感即停止,避免皮肤破损,力度以患者耐受度为宜。操作后用无菌纱布轻轻擦拭耳廓残留刮痧油,嘱患者保持耳部保暖,30 min内避免接触冷水、吹风。1次/d,10 min/次,每周治疗5次,连续21 d,高频次、短疗程的耳穴刮痧更符合慢性疾病患者的机体耐受度^[12]。

2.4.1.2 脏腑推拿治疗

操作在耳部刮痧结束后30 min进行,此时经络气血已被激发,推拿通腑效果更佳^[5],中医特色疗法的序贯应用可提升经络传导效率^[10]。操作方法:患者取仰卧位,暴露腹部,操作者洗净双手,手掌涂抹白凡士林预热以减少皮肤摩擦。①以脐为中心,顺时针推摩腹部30次,力度轻柔渗透,带动深层肠道蠕动,顺时针摩腹为通腑泻下的经典推拿手法^[6];②按揉法:重点按揉中脘、天枢、关元及

气海穴,每穴按揉30下,以局部酸胀为度,避免暴力按压,该组穴位配伍可兼顾补肾、健脾、通腑,契合肾虚血瘀型便秘的病机^[2],腹部推拿需控制力度,避免加重脏腑负担^[7];③掌振法:用掌心振颤神阙穴1 min,至患者腹部出现温热感,神阙穴振颤可温补元气、激发肠道气机^[13];④循环上述手法2次,全程操作15 min。该操作与耳部刮痧同步,1次/d,每周治疗5次,连续21 d。

两项中医操作均应密切观察患者面色、表情及腹部反应,及时调整手法力度,以患者舒适耐受为宜。操作后嘱患者饮用适量温水,促进体内代谢产物排出。

2.4.2 基础护理

2.4.2.1 饮食护理

指导患者遵循低盐低脂、粗纤维且易消化的饮食原则,增加润肠通便及补肾益精食物摄入,如黑芝麻、核桃、桑葚、菠菜、芹菜、香蕉及蜂蜜等^[8]。指导服用当归肉苁蓉汤(当归10 g+肉苁蓉15 g+瘦肉200 g煲汤),2~3次/周,可滋肾养血、润肠通便^[14];肉苁蓉为补肾润肠之要药,适合肾虚型便秘患者长期调理^[2]。嘱患者控制食用量,避免辛辣、生冷、油腻及产气食物,如辣椒、冰饮、油炸食品或豆类等,防止加重腹胀。

2.4.2.2 排便护理

指导患者建立规律排便习惯,选择每日晨起或餐后2 h(肠道蠕动较活跃时段)尝试排便;排便时取坐式姿势,脚下垫小板凳以放松盆底肌肉,排便时集中注意力,避免看手机,排便时间控制在3~5 min内^[8]。排便困难时避免过度用力,可顺时针按摩腹部辅助排便,嘱患者勿滥用泻药,慢性疾病患者长期使用泻药易导致肠道功能紊乱^[6]。

2.4.2.3 运动护理

根据患者体力状况制定个性化运动方案,指导练习八段锦“双手攀足固肾腰”动作,每日练习10 min,可滋肾健腰、促进气血运行^[11],八段锦在慢性肾病患者的康复护理中可改善脏腑功能;指导每日餐后1 h散步15~20 min,避免剧烈运动。

2.4.2.4 情志护理

与患者定期沟通,讲解疾病相关知识及治疗成功案例,缓解其对疾病预后的担忧。鼓励患者表达内心感受,及时疏导焦虑情绪,必要时播放舒缓音乐(如羽调式乐曲《梅花三弄》),帮助患者放松身心^[5],五音疗法可有效改善慢性肾病患者的焦虑情绪^[9]。鼓励家属多陪伴、支持患者,营造良

好的家庭氛围,家庭支持在慢性肾病患者的情志护理中具有重要作用^[15]。

2.5 护理评价

干预7 d后,患者排便间隔缩短至3~4 d,粪便干结减轻、呈条状,腹胀发作频次减少至1次/d,CSS评分11分,患者焦虑情绪稍舒缓,SAS评分55分,舌淡紫,苔白腻变薄,脉沉缓略涩;干预14 d后,排便间隔1~2 d,粪便为软便(成形欠佳),腹胀罕见发作,CSS评分5分,焦虑明显缓解,SAS评分48分(正常范围),舌淡红,苔薄白腻,脉沉缓;干预21 d后,每日规律排便1次,粪便为成形软便,排便顺畅无费力感,腹胀症状完全缓解,CSS评分3分,患者精神状态良好,情绪稳定,SAS评分41分,舌淡红,苔薄白,脉沉缓有力。治疗期间患者未出现耳廓皮肤破损、晕刮或腹部不适等不良反应,对治疗耐受性良好。中医刮痧联合腹部推拿的中医外治法具有安全性高、不良反应少的优势^[4,6],适合肾衰便秘患者的长期干预。

3 结果和随访

患者于2026年03月30日出院,出院后1周、2周电话随访,患者主诉每日规律排便1次,粪便为成形软便,无腹胀、排便费力等不适,情绪稳定。指导患者居家坚持饮食调理、适度运动,定期进行简易耳部揉搓按摩及顺时针腹部按摩^[12],居家中医护理可巩固院内治疗效果^[10]。

4 讨论

慢性肾衰合并便秘的发病机制复杂,中医认为其核心病机为“肾虚为本,血瘀为标”^[2]。肾虚则精气亏虚,肠道失于津液濡润,传导无力;血瘀则气机阻滞,腑气不通,二者相互影响,导致便秘迁延难愈^[3]。同时,长期便秘可加重患者焦虑情绪,形成“便秘—焦虑”的恶性循环,进一步影响脏腑功能^[9],慢性肾病患者的身心症状相互交织,需实施身心同治的护理方案^[15]。

耳部刮痧基于中医全息理论,耳廓作为人体的“缩影”,分布着与全身脏腑对应的反射区^[4],通过铜砭刮拭耳甲艇(肾反射区)、耳甲腔(胃肠反射区)等部位,可实现“耳—脏腑”的双向调节^[6]。铜砭的温阳破瘀特性,能针对性改善肾虚血瘀病机,疏通经络、调和气血,为肠道传导功能恢复奠定基础^[12]。脏腑推拿通过顺时针摩腹、按揉中脘及天枢等穴位,直接刺激肠道平滑肌收缩,促进肠道蠕

动^[5,16],同时温补元气、益肾固精,兼顾“本虚标实”的病理特点^[2]。二者联合应用形成“上(耳)调脏腑、下(腹)通腑气”的协同效应^[6],从根源上改善便秘症状,符合中医“整体观念”的诊疗思想^[10]。

本研究选用天然铜砭刮痧板,其导热快、振频高,可调动阳气、破瘀散结,契合患者肾虚血瘀的病机特点^[4],铜砭材质在刮痧疗法中对血瘀证的改善具有独特优势^[12]。操作前评估患者耳廓皮肤无破损、炎症或湿疹等禁忌情况,向患者及家属讲解操作目的、流程及注意事项,取得配合后,协助患者取舒适坐位,保持治疗环境安静、温暖(室温22~24℃),避免吹风受凉,准备专用刮痧油、无菌纱布等用物。耳穴操作前的健康宣教可显著提高患者治疗依从性^[6]。

本案例中,通过“铜砭耳部刮痧+腹部脏腑推拿”联合中医特色护理,患者便秘症状显著改善,焦虑情绪得到缓解,中医体征趋于正常,且无不良反应发生,充分体现了该联合疗法的安全性和有效性。同时,饮食、排便、运动及情志等基础护理的配合^[8,11],进一步巩固治疗效果,形成“辨证—治疗—护理”的完整中医诊疗体系^[10]。慢性肾衰的中医护理需遵循“标本兼顾、身心同调”的原则,将特色外治法与基础护理有机结合^[3]。

综上所述,铜砭耳部刮痧联合腹部脏腑推拿治疗慢性肾衰合并便秘(肾虚血瘀证),契合中医“整体观念、辨证论治”的核心思想^[10],操作简便、安全有效,且能兼顾患者身心调理^[9,15],值得在临床护理中推广应用。后续可开展大样本临床研究,进一步验证该联合疗法的疗效及规范化操作方案。

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] 黎建颜,邱沈虹,钟燕妮.竹筒灸治疗肾虚型非特异性下腰痛伴便秘的效果[J].名医,2024(6):9-11.
- [2] Li J Y, Qiu S H, Zhong Y N. Effect of bamboo tube moxibustion on nonspecific low back pain with constipation due to kidney deficiency [J]. Renowned Doctor, 2024(6): 9-11. (in Chinese)
- [3] 李磊磊,刘安,熊之焰.基于数据挖掘研究《景岳全书》治疗便秘用药规律[J].山西中医,2022,38(1):57-59.
- [4] Li L L, Liu A, Xiong Z Y. Based on data mining, this paper studies the medication law of Jingyue Quanshu in treating constipation[J]. Shanxi J Tradit Chin Med, 2022, 38(1): 57-59. (in Chinese)
- [5] 马鸿斌.慢性肾衰竭中医诊疗方案[M].兰州:甘肃中医药大学附属医院名中医工作站,2025:1-8.
- [6] 王芳,黄朝萍,马欣,等.脑卒中后便秘患者“三步腹推”疗法的回顾性研究[J].中国中医基础医学杂志,2022,28(11):1821-1823.
- [7] Wang F, Huang C P, Ma X, et al. Retrospective study of “three-step abdominal push” therapy in patients with constipation after stroke[J]. J Basic Chin Med, 2022, 28(11): 1821-1823. (in Chinese)
- [8] 赵家君,施聪聪,张红石.五音疗法治疗五脏疾病的溯源与临床应用[J].光明中医,2022,37(6):986-990.
- [9] Zhao J J, Shi C C, Zhang H S. The origin and clinical application of five-tone therapy in the treatment of five viscera diseases[J]. Guangming J Chin Med, 2022, 37(6): 986-990. (in Chinese)
- [10] 柯晓,袁建业,赵培琳,等.功能性便秘中医药临床及基础研究现状[J].中医杂志,2026,67(3):277-282,313.
- [11] Ke X, Yuan J Y, Zhao P L, et al. Current status of clinical and basic research on traditional Chinese medicine for functional constipation [J]. J Tradit Chin Med, 2026, 67(3): 277-282, 313. (in Chinese)
- [12] 魏翠珍,杨飞,魏茜莹,等.慢性肾衰竭维持性血液透析患者并发高血压状况及其影响因素分析[J].华南预防医学,2024,50(10):970-973.
- [13] Wei C Z, Yang F, Wei Q Y, et al. Prevalence and influencing factors of hypertension in patients with chronic renal failure undergoing maintenance hemodialysis[J]. South China J Prev Med, 2024, 50(10): 970-973. (in Chinese)
- [14] 王黎骏.慢性便秘不同分型患者的生活质量及饮食习惯的比较分析[D].扬州:扬州大学,2024.
- [15] 陈静,王炎,岳晓红.基于饮食、运动、睡眠、情绪、疼痛的多维循证护理对血液透析患者症状群的影响[J].海南医学,2026,37(2):300-304.
- [16] Chen J, Wang Y, Yue X H. Effect of multidimensional evidence-based nursing based on diet, exercise, sleep, emotions, and pain on symptom clusters in hemodialysis patients [J]. Hainan Med J, 2026, 37(2): 300-304. (in Chinese)
- [17] 龚华,何玉琴.中医特色护理干预对功能性便秘患者临床症状的影响[J].婚育与健康,2025,31

- (17): 115–117.
- Gong H, He Y Q. Effect of nursing intervention characterized by traditional Chinese medicine on clinical manifestations of patients with functional constipation[J]. *Fertil Heal*, 2025, 31(17): 115–117. (in Chinese)
- [11] 刘海燕, 吴峰芬, 潘永金, 等. 归补血汤联合八段锦对糖尿病肾病腹膜透析患者预后及相关指标的影响[J]. *中国药物与临床*, 2024, 24(12): 756–759.
- Liu H Y, Wu F F, Pan Y J, et al. Effect of Danggui Buxue Decoction combined with Baduanjin on prognosis and related indicators of diabetic nephropathy patients with peritoneal dialysis[J]. *Chin Remedies Clin*, 2024, 24(12): 756–759. (in Chinese)
- [12] 谷思薇, 唐鸿, 林翠萍, 等. 清肺化痰方联合虎符铜砭刮痧治疗痰热壅肺型慢性阻塞性肺疾病急性加重期的临床疗效[J]. *实用心脑血管病杂志*, 2025, 33(5): 16–20.
- Gu S W, Tang H, Lin C P, et al. Clinical efficacy of Qingfei Huatan formula combined with hufu Tongbian scrapping in the treatment of acute exacerbation of chronic obstructive pulmonary disease with phlegm heat obstructing lung type[J]. *Pract J Card Cereb Pneumal Vasc Dis*, 2025, 33(5): 16–20. (in Chinese)
- [13] 邓海燕, 陈信义, 刘丹, 等. 中药穴位贴敷神阙穴治疗阿片类药物所致便秘的临床观察[J]. *中国医刊*, 2016, 51(7): 110–112.
- Deng H Y, Chen X Y, Liu D, et al. Clinical observation on the treatment of constipation caused by opioid drugs by acupoint application of traditional Chinese medicine to Shenque point[J]. *Chin J Med*, 2016, 51(7): 110–112. (in Chinese)
- [14] 刘洋, 石雅丽, 吴燕萍, 等. 当归肉苁蓉纤维复方润肠通便药效及机制探索[J]. *药学报*, 2024, 59(5): 1238–1244.
- Liu Y, Shi Y L, Wu Y P, et al. Efficacy and mechanisms of an *Angelica sinensis* Cistanche Fiber Compound for constipation relief[J]. *Acta Pharm Sin*, 2024, 59(5): 1238–1244. (in Chinese)
- [15] 王小蓉, 那威微, 王芳. 基于思维导图的多维度阶段护理对慢性肾衰竭血透患者负性情绪及并发症的影响[J]. *山西医药杂志*, 2024, 53(12): 936–939.
- Wang X R, Na W W, Wang F. Effect of multi-dimensional stage nursing based on mind map on negative emotions and complications of hemodialysis patients with chronic renal failure[J]. *Shanxi Med J*, 2024, 53(12): 936–939. (in Chinese)
- [16] 袁梦秋. 环腹推拿法治气虚型功能性便秘的临床疗效观察[D]. 昆明: 云南中医药大学, 2024.
- [17] 孙文军, 曲淼, 徐向青, 等. 焦虑障碍中医临床诊疗指南释义[J]. *北京中医药*, 2018, 37(2): 105–110.
- Sun W J, Qu M, Xu X Q, et al. Explanation of clinical diagnosis and treatment for anxiety disorder in TCM[J]. *Beijing J Tradit Chin Med*, 2018, 37(2): 105–110. (in Chinese)
- [18] 袁海滨, 李春蕾, 范晓燕, 等. 热敏灸联合润肠通便丸治疗阳气亏虚型慢性心力衰竭所致便秘的疗效及对CSS评分的影响[J]. *中医研究*, 2022, 35(11): 26–29.
- Yuan H B, Li C L, Fan X Y, et al. Clinical efficacy of constipation and effect of CSS score of combination therapy of heat-sensitive moxibustion and Runchang Tongbian pills in patients with chronic heart failure of Yang deficiency type[J]. *Tradit Chin Med Res*, 2022, 35(11): 26–29. (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。