

DOI: 10.12209/CAIM202209030002

· 中西医结合临床案例 ·

耳穴压丸治疗1例慢性肾功能衰竭 血液透析患者失眠的护理

李玉欣¹, 唐玲², 胡海荣², 王丽伟², 邓建华¹

(1. 北京中医药大学东方医院 肾病科, 北京, 100078; 2. 北京中医药大学东方医院 护理部, 北京, 100078)

摘要: 总结耳穴压丸治疗1例慢性肾功能衰竭血液透析患者失眠的效果和护理经验。在完善护理评估的基础上,采用中医耳穴压丸治疗,同时加强患者心理护理和饮食护理。中医耳穴压丸治疗能有效改善慢性肾功能衰竭血液透析患者的睡眠质量,而操作简单、不良反应少,值得临床推广应用。

关键词: 慢性肾功能衰竭; 血液透析; 耳穴压丸; 失眠; 中医护理

Auricular acupoint pressing therapy and nursing measures for insomnia in a patient undergoing hemodialysis for chronic renal failure

LI Yuxin¹, TANG Ling², HU Hairong², WANG Liwei², DENG Jianhua¹

(1. Department of Nephrology, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078;

2. Department of Nursing, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078)

ABSTRACT: To summarize the experience of auricular acupoint pressing therapy and nursing measures for insomnia in a patient undergoing hemodialysis for chronic renal failure. Based on a comprehensive nursing assessment, the Traditional Chinese Medicine auricular acupoint pressing therapy was adopted, and related nursing interventions on psychological health and diet were carried out. Auricular acupoint pressing therapy is potentially effective to relieve the insomnia symptom and improve the sleep quality of the patient undergoing hemodialysis for chronic renal failure. It is easy-to-operate and relatively safe in clinical practice.

KEY WORDS: chronic renal failure; hemodialysis; auricular acupoint pressing therapy; insomnia; Traditional Chinese Medicine nursing

近年来,慢性肾功能衰竭的发病率有明显升高趋势,对患者生活质量和身心健康影响严重,目前已经成为严重威胁人类生命健康的常见病^[1]。维持性血液透析是针对终末期肾脏病应用最为广泛的肾脏替代治疗^[2]。慢性肾功能衰竭患者由于肾脏功能的丧失,即使接受规范的维持性血液透析治疗,仍可出现诸多并发症,其中部分患者可出现顽固性失眠,严重降低生活质量,并可进一步加重相关病情,甚至影响长期存活^[3]。因此,安全有效的抗失眠治疗对此类患者意义重大。

失眠属于临床上比较常见的疾病,一般中老年人多见,这是因为随着年龄的增加,其自身免疫系统功能生理性下降,加之生活环境、生活方式的

改变,导致患者睡眠质量不佳^[4]。其临床症状为睡眠浅、多梦易醒、入睡困难等,严重的情况下可能彻底难眠。长期的失眠不仅会导致患者身体健康受损,同时也会给生活、工作带来严重的负面影响,降低患者生活能力及生活水平^[5]。因此,除积极临床治疗外,还需要结合护理干预,进而提高患者睡眠质量。本文总结耳穴压丸治疗1例慢性肾功能衰竭血液透析患者失眠的效果和护理经验,现报告如下。

1 临床资料

患者女性,60岁。主因“发现血肌酐5年余”来肾病科治疗。患者入院时症状:全身乏力,心

收稿日期:2022-09-03

通信作者:邓建华, E-mail: dengjianhua1982@163.com

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

慌,腰酸,腹胀,纳食不佳。曾服用各种安眠药,效果不佳,每晚平均睡眠时间 3~4 h,夜尿 2 次,24 h 尿量约 1000 ml,大便调。舌质淡红,苔薄,脉细无力。中医诊断:慢性肾功能衰竭,辨证分型:心脾两虚型;西医诊断:慢性肾功能不全尿毒症期。患者既往有 2 型糖尿病病史 22 年,高血压病史 15 年,10 年前诊断糖尿病肾病、糖尿病视网膜病变,高脂血症病史 5 年,15 年前因子宫肌瘤行子宫切除术;5 年前因腹部肿物行手术切除术;7 个月前因肺部占位行手术局部切除术。对磺胺类药物过敏,否认其他药物及食物过敏史。

入院后完善体格检查。查体:体温(T) 36.3℃,心率(P) 78 次/min,呼吸(R) 22 次/min,血压 136/56 mm Hg。神清,发育正常,体型中等,面色晦暗,双足踝中度水肿。脐下正中有一条横向、长度约 20 cm 的手术疤痕,右腋中线有 1 条纵向、长度约 8 cm 手术疤痕。透析用半永久置管于右胸壁,敷料清洁无渗血。实验室检查:全血细胞分析,白细胞计数 $5.19 \times 10^9/L$,中性粒细胞百分数 75.7%,淋巴细胞百分比 14.5%,红细胞计数 $3.32 \times 10^{12}/L$,血红蛋白含量 98 g/L,血小板计数 $104 \times 10^9/L$ 。

遵医嘱给予患者应用耳穴压丸治疗失眠,干预后患者睡眠质量得到改善。

2 护理

2.1 护理评估

患者精神良好,日常生活活动能力(ADL)评分是 85 分,生活可部分自理,需部分帮助。入院查体生命体征正常,心理社会状况良好。患者曾服用各种安眠药,效果不佳,每晚平均睡眠时间 3~4 h。

2.2 中医特色护理

2.2.1 选穴依据:耳穴压丸治疗是将王不留行籽贴压于耳郭上的穴位或反应点,通过局部刺激反应,疏通经络气血、调整脏腑阴阳,在临床上广泛运用于失眠、便秘、呕吐、疼痛、耳鸣、痤疮等疾病^[6]。心脾两虚证失眠患者表现为多梦易醒,心悸健忘,神疲食少,头晕目眩,或伴有四肢倦怠,乏力,面色少华,舌淡苔薄,脉细无力等。主穴:心、肾、神门、皮质下,配穴:心脾两虚证配脾、内分泌。本次选取耳穴包括:心、肾、神门、皮质下、脾、内分泌,具有身体的对应部位的生物学特征。心主神明,为五脏六腑之大主,按压心区可起到清

心除烦、安神定志的作用^[7];心、脾、肾相对应于人体的器官心、脾、肾,可疏肝理气,养心安神,调和脾胃,交通心肾;神门有调节大脑皮层的兴奋和抑制作用,起到镇静、止痛、安眠的效果;皮质下对应大脑皮层的皮质下区;交感对应交感神经系统。诸耳穴相互配合可以调节各对应部位的功能,从而改善睡眠。

2.2.2 耳穴压丸方法:患者取坐位,用蘸有 75% 酒精的棉签消毒耳部,用耳穴探针在相应区域内以轻、慢均匀的压力寻找压痛敏感点。在最强的耳穴刺激点上贴王不留行籽,用拇、食指指腹按压王不留行籽,如有发胀、发热、轻微疼痛为正常^[8]。选准穴位,将王不留行籽放置各穴位区,嘱患者每天按压 3~5 次,双耳交替贴敷。并告知患者每 3~6 h 按压 1 次,每次按压 10~15 min,直至感觉痛、麻木感为止。耳穴每 3~5 天更换一次,15 d 为 1 个疗程,持续 3~6 个疗程。

2.3 心理护理

本例患者每周还需要接受血液透析治疗,易出现焦虑、恐惧心理,且患者及其家属思想和经济负担较重。护理人员应该积极和患者建立良好的护患关系,关心患者,在护理过程中保持高度责任心,鼓励患者保持良好心理状态,让患者充分感受到信赖和安全^[9]。

2.4 饮食护理

中医认为“心为五脏六腑之大主”,心主血脉主神志,心虚则会出现心悸、失眠、健忘等症状;脾为气血生化之源,脾虚则运化失常,就会出现营养障碍,出现气血不足症状,如心悸、头晕、乏力、失眠、健忘等。因此给予饮食指导,嘱患者合理饮食,低盐饮食,严格避免进食含肾毒性、含钠量较高的食物^[10]。根据患者具体情况选择补养心脾、益气补血的食物,适当活动,从而增强体质,提高睡眠质量。

2.5 干预效果评价

采用匹兹堡睡眠质量量表(PSQI)^[11-12]评估患者睡眠质量,量表由 19 个自评和 5 个评条目组成,其中 18 个条目组成 7 个因子,每个因子按 0~3 分等级计分,累计各因子成分得分为量表总分,总分范围 0~21 分,得分越高表示睡眠质量越差。1 个疗程的耳穴压丸治疗后,患者 PSQI 评分下降至 8 分,失眠症状得到明显改善,患者病情好转出院。出院后随访 1 个月,患者在门诊坚持耳穴压丸治疗,失眠症状得到进一步好转。

3 讨论

随着人们的生活节奏越来越快,失眠症患者率不断增加,以往多采取镇静催眠类药物进行干预,虽然具有一定的临床效果,不过长期服用会出现不良反应,且治标不治本^[13]。相关研究^[14]提示,除积极的治疗外,还需要从护理干预入手,加强相关护理,改善患者睡眠质量。

中医认为失眠的病机主要是心肝脾肾的阴阳失调,阳不入阴,气血失和,以致心神失养或心神受困。多数血液透析患者为肾脏病终末期,肾脏功能衰竭。肾开窍于耳,“耳者,宗脉之所聚也”。耳穴压丸治疗是通过经络作用,十二经脉皆上通于耳,全身各脏器皆联系于耳,达到运行气血,调节脏腑阴阳从而治疗失眠的作用。耳穴压丸治疗失眠在临床中有广泛报道^[15-16],临床疗效可靠,操作简单。通过耳穴压丸刺激耳部穴位,可调和气血,疏通经脉,使机体达到阴平阳秘的动态平衡状态,从而达到改善睡眠状况的目的^[17]。总之,中医耳穴压丸治疗能有效改善慢性肾功能衰竭血液透析患者的睡眠质量,而操作简单、不良反应少,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] 张亮, 马晓燕, 王佳虹. 肾衰饮调控慢性肾功能衰竭大鼠肾脏细胞凋亡的机制[J]. 中国组织工程研究, 2021, 25(23): 3672-3677.
- [2] 赵细良. 维持性血液透析患者失眠的循证护理[J]. 湖北科技学院学报(医学版), 2015, 29(6): 541-542.
- [3] 刘国锋, 吕春晓, 闫红霞, 等. 漯河市维持性血液透析患者睡眠障碍的多中心研究[J]. 中国实用神经疾病杂志, 2016, 19(4): 53-55.
- [4] 王宁, 马淑丽. 耳穴贴压干预失眠的临床研究进展[J]. 山西中医学院学报, 2019, 20(3): 228-232.
- [5] 黄亚美, 吴爱群, 莫华梅. 耳穴埋豆治疗维持性血液透析失眠临床观察[J]. 实用中医药杂志, 2017, 33(2): 165-166.
- [6] 谢薇. 传承创新 充分发挥中医特色优势[J]. 中西医结合护理, 2022, 8(6): 1.
- [7] 李媛. 耳穴压丸联合耳尖放血治疗失眠的临床疗效观察[J]. 中国社区医师, 2021, 37(36): 80-82.
- [8] 郝俊涛, 曹艳霞, 贾昕, 等. 引阳入阴推拿配合耳穴压丸治疗颈性失眠 15 例及中医护理体会[J]. 中西医结合护理, 2021, 7(1): 24-25.
- [9] 刘颖, 张春艳, 张倩. 综合护理干预对透析治疗慢性肾脏病患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2020, 26(21): 45-47.
- [10] 周翠, 李寅龙. 耳穴压豆联合中药穴位贴敷对终末期肾病患者睡眠质量与负性情绪的影响[J]. 中国中医药科技, 2019, 26(4): 584-585.
- [11] 王宁, 马淑丽. 耳穴贴压干预失眠的临床研究进展[J]. 山西中医学院学报, 2019, 20(3): 228-232.
- [12] WANG N, MA S L. Clinical research progress of auricular sticking pressure in insomnia intervention[J]. J Shanxi Coll Tradit Chin Med, 2019, 20(3): 228-232. (in Chinese)
- [13] HUANG Y X, WU A Q, MO H M. Clinical observation on treating insomnia in maintenance hemodialysis by burying beans in ear points[J]. J Pract Tradit Chin Med, 2017, 33(2): 165-166. (in Chinese)
- [14] 谢薇. 传承创新 充分发挥中医特色优势[J]. 中西医结合护理, 2022, 8(6): 1.
- [15] XIE W. Inheritance and innovation: Giving play to the unique advantages of Traditional Chinese Medicine[J]. Chin J Integr Nurs, 2022, 8(6): 1. (in Chinese)
- [16] 李媛. 耳穴压丸联合耳尖放血治疗失眠的临床疗效观察[J]. 中国社区医师, 2021, 37(36): 80-82.
- [17] LI Y. Clinical efficacy of auricular point pressing pill combined with ear tip bloodletting in the treatment of insomnia[J]. Chin Community Dr, 2021, 37(36): 80-82. (in Chinese)
- [18] 郝俊涛, 曹艳霞, 贾昕, 等. 引阳入阴推拿配合耳穴压丸治疗颈性失眠 15 例及中医护理体会[J]. 中西医结合护理, 2021, 7(1): 24-25.
- [19] HAO J T, CAO Y X, JIA X, et al. Massage of balancing Yang-to-Yin combined with auricular point pressing with bean in treatment of insomnia induced by cervical spondylosis and related Traditional Chinese Medicine nursing experience[J]. Chin J Integr Nurs, 2021, 7(1): 24-25. (in Chinese)
- [20] 刘颖, 张春艳, 张倩. 综合护理干预对透析治疗慢性肾脏病患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2020, 26(21): 45-47.
- [21] LIU Y, ZHANG C Y, ZHANG Q. Effect of comprehensive nursing intervention on patients with chronic kidney disease treated by dialysis[J]. J Qilu Nurs, 2020, 26(21): 45-47. (in Chinese)
- [22] 周翠, 李寅龙. 耳穴压豆联合中药穴位贴敷对终末期肾病患者睡眠质量与负性情绪的影响[J]. 中国中医药科技, 2019, 26(4): 584-585.
- [23] ZHOU C, LI Y L. Effect of auricular pressing beans

- combined with acupoint application of traditional Chinese medicine on sleep quality and negative emotions of patients with end-stage renal disease [J]. *Chin J Tradit Med Sci Technol*, 2019, 26(4): 584-585. (in Chinese)
- [11] BUYASSE D J, REYNOLDS C F III, MONK T H, et al. The Pittsburgh sleep quality index: a new instrument for psychiatric practice and research [J]. *Psychiatry Res*, 1989, 28(2): 193-213.
- [12] 罗美凤. 辨证护理结合耳穴贴压治疗中风恢复期心脾两虚型失眠的效果评价[J]. *世界睡眠医学杂志*, 2019, 6(1): 90-91.
- LUO M F. Effect evaluation of syndrome differentiation nursing combined with auricular point sticking in treating the insomnia with heart and spleen deficiency in convalescence of apoplexy [J]. *World J Sleep Med*, 2019, 6(1): 90-91. (in Chinese)
- [13] 张娜, 朱林芳. 耳穴贴压结合情志护理治疗老年失眠症的临床疗效[J]. *山西医药杂志*, 2018, 47(19): 2372-2375.
- ZHANG N, ZHU L F. Clinical effect of auricular point pressing combined with emotional nursing on senile insomnia [J]. *Shanxi Med J*, 2018, 47(19): 2372-2375. (in Chinese)
- [14] 赵鑫, 沈翠珍, 蔡倩. 耳穴贴压治疗失眠的文献计量分析[J]. *护理与康复*, 2018, 17(4): 24-27.
- ZHAO X, SHEN C Z, CAI Q. Bibliometric analysis on auricular point sticking in treatment of insomnia [J]. *J Nurs Rehabil*, 2018, 17(4): 24-27. (in Chinese)
- [15] 宁式颖, 杨玉赫, 褚丽丽, 等. 针刺配合耳穴压籽治疗顽固性失眠 60 例[J]. *针灸临床杂志*, 2016, 32(4): 14-16.
- NING S Y, YANG Y H, CHU L L, et al. Acupuncture combined with ear seed treatment for intractable insomnia [J]. *J Clin Acupunct Moxibustion*, 2016, 32(4): 14-16. (in Chinese)
- [16] 吴靖, 姚重界, 叶萍, 等. 埋线联合耳穴贴压对失眠患者 PSQI 的影响[J]. *针灸临床杂志*, 2016, 32(5): 35-37.
- WU J, YAO C J, YE P, et al. Effect of catgut embedding combined with ear acupoint sticking on PSQI of insomnia [J]. *J Clin Acupunct Moxibustion*, 2016, 32(5): 35-37. (in Chinese)
- [17] 周敏, 林启展, 吴秀清. 耳穴贴压法对维持性血液透析患者失眠的干预作用[J]. *中华中医药杂志*, 2013, 28(3): 855-857.
- ZHOU M, LIN Q Z, WU X Q. Intervention affects of auricular plaster therapy on sleep disturbance in maintenance hemodialysis patients [J]. *China J Tradit Chin Med Pharm*, 2013, 28(3): 855-857. (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 4.0 BY-NC-ND)许可协议,作者可在其他媒体再次发表。