

DOI: 10.12209/CAIM202209080001

· 中西医结合临床案例 ·

声带息肉切除1例的术后中医护理体会

赵堂英, 赵瑞倩

(中国人民解放军联勤保障部队第九二〇医院 耳鼻咽喉头颈外科, 云南 昆明, 650000)

摘要: 本文总结1例声带息肉切除患者术后的护理经验。基于整体评估和中医辨证论治理论, 实施中医特色护理干预措施, 包括情志护理、八段锦、腹式呼吸和发音功能锻炼、调“心”。同时根据患者体质情况结合中医学疾病管理方法实施辨证施护, 以调理脏腑功能, 增强机体免疫力, 预防疾病复发。

关键词: 声带息肉; 中医护理; 情志护理; 八段锦; 辨证施护; 健康宣教

Experience of Traditional Chinese Medicine nursing for a patient after vocal cord polypectomy

ZHAO Tangying, ZHAO Ruiqian

(Department of Otolaryngology Head and Neck Surgery, NO. 920 Hospital of The People's Liberation Army Joint Logistic Support Force, Kunming, Yunnan, 650000)

ABSTRACT: This paper summarized the experience of Traditional Chinese Medicine nursing for a patient after vocal cord polypectomy. Based on the comprehensive evaluation of illness condition and Traditional Chinese Medicine (TCM) treatment by syndrome differentiation, TCM characteristic interventions such as emotional care, Baduanjin exercise, abdominal respiration and vocal Exercise, regulating mental activities were carried out. TCM constitution analysis and health management was adopted in the TCM nursing by syndrome differentiation, in order to regulate patient Viscera function, improve immunity and prevent disease recurrence.

KEY WORDS: vocal cord polyp; Traditional Chinese Medicine nursing; emotion care; Baduanjin exercise; nursing by syndrome differentiation; health education

声带息肉好发于一侧或双侧声带前中、1/3交界处边缘, 为半透明、白色或粉色且表面光滑的肿物^[1]。声带息肉是耳鼻喉科的常见病、多发病, 是引起声音嘶哑的常见原因之一, 还可见于喉癌、喉返神经损伤、环杓关节脱位、声带水肿等患者, 需注意鉴别。中医五脏相关学说是基于对中医五行学说的继承和发展的一种理论学说, 认为“脾主肌肉、肺主皮毛、肾主骨、肝主筋、心主血脉”, 故声带息肉与脾胃关系密切, 脾和胃又相表里, 脾主运化, 代谢机体水湿; 肺主通调水道。脾胃为“后天之本”, 培元固本在多种疾病的治疗和康复中发挥了重要的作用, 本文总结1例声带息肉切除患者术后的护理经验, 基于整体评估和中医辨证论治理论实施中医特色护理, 并根据患者体质情况结合中医健康管理方法实施辨证施护, 调理脏腑功能, 增强机体免疫力, 预防疾病复发, 现报告如下。

1 临床资料

患者男性, 21岁, 主诉“2020年7月出现声音沙哑, 曾服用多种药物, 具体不详, 直至2020年11月不见好转。”在外院接受雾化吸入治疗, 无效果。2020年11月11日前往本院耳鼻喉科, 以“声带息肉、慢性咽炎收”住院治疗。既往史: 慢性肠胃炎病史5年余。生命体征检查: 体温36.6℃, 脉搏72次/min, 呼吸18次/min, 血压100/65mm Hg; 专科检查: 咽腔慢性充血, 咽后壁有滤泡增生, 舌苔薄白、舌体胖大、舌边缘有齿痕、舌中间有裂痕。患者诉: “咽干、咽部异物感等咽部不适症状, 偶有干咳, 小便正常, 大便不成形、黏稠。”电子喉镜检查示: 右侧声带息肉、慢性咽炎。手术切除声带息肉组织送病理检查, 免疫组化示: (右声带肿物) 鳞状上皮黏膜息肉。患者饮食、睡眠好, 轻度紧张、

收稿日期: 2022-09-08

通信作者: 赵瑞倩, E-mail: 1421453522@qq.com

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

焦虑,担心疾病预后,缺乏兴趣和热情,但能积极配合治疗。

2020年11月13日患者在全麻支撑喉镜下行右侧声带息肉切除手术。术后给予对症治疗:①0.9%氯化钠5 mL+吸入用布地奈德1 mg雾化吸入消炎、减轻水肿治疗,3次/d;②0.9%氯化钠100 mL+头孢呋辛750 mg静脉输液抗菌治疗,每12 h治疗1次;③咽立爽2粒口含,清咽利喉,4次/d。术后第二天停用抗菌药物,继续雾化吸入、口含咽立爽治疗。护理人员完善护理评估,有针对性地制定个性化护理计划,实施综合性护理干预措施。患者自主改变不良生活和饮食习惯,积极治疗23 d后出院。出院前声音嘶哑程度改善不明显,出院后患者积极主动锻炼,护士定期为患者进行健康宣教及回访。患者术后半年回访声音嘶哑明显改善,电子喉镜检查示:未出现声带息肉;患者术后1年回访声音嘶哑症状消失;术后近2年未出现声音嘶哑症状。

2 护理

2.1 原因分析

声带息肉常见的诱发因素包括反复感冒、胃十二指肠溃疡、反流性食管炎、烟酒刺激、辛辣刺激、冷刺激,以及喜欢吃烧烤、油煎、油炸食品。中医五脏所对应的人体形体“筋”“脉”“肉”“皮”“骨”,脾主肌肉,“五劳七伤”对人体的伤害包括久坐伤肉、过饱伤脾、思虑伤脾。声带息肉临床表现:声音嘶哑;舌诊:舌苔薄白、舌体胖大、舌边缘有齿痕,部分患者舌中间有裂痕,严重的患者舌中间出现凹沟;大便:不成形;部分患者眼袋比较大。

2.2 中医特色护理

2.2.1 情志护理:告知患者应保持心情愉悦,多运动;减少焦虑,降低欲望;劳逸结合,避免过度劳累、过度操劳,多从事有意义且能够让自己身心愉悦的活动。

2.2.2 八段锦锻炼:练习八段锦里的“调理脾胃须单举”健身动作,以调理脾胃和肝胆。

2.2.3 腹式呼吸锻炼和发音功能锻炼:腹式呼吸锻炼和发音功能锻炼多用于防治呼吸系统疾病^[2-3]、心血管疾病^[4-5]、精神系统疾病^[6-7]、运动系统疾病^[8]、内分泌疾病^[9]等。采用“六字诀”:嘘、呵、呼、嘶、吹、嘻,每一个字音对应一个“脏腑”,“嘘”对应“肝”,“呵”对应“心”,“呼”对应“脾胃”,“嘶”对“肺”,“吹”对应“肾”,“嘻”对应“三焦”,练

习不同的发音,有助于改善对应“脏腑”相关的临床症状。

2.2.4 调“心”:中医有“药补不如食补,食补不如神补”的说法。“心主神明”,“神补”就是“调心”。告知患者应保持乐观开朗,发展个人爱好,树立积极健康的人生追求,加强自身修养,丰富精神生活。

2.3 体质调护

中医体质学说认为,体质现象作为人类生命活动的重要表现形式,与健康与疾病密切相关,体质决定个体的健康状态,决定个体对某些疾病的易感性,也决定患病之后的反应形式、治疗效果及预后转归。根据患者体质情况结合相应中医学疾病管理方法,针对患者体质类型辨明病因、分析病机和体质特点,对患者实行个性化、有针对性的辨证施护^[10],例如给予运动锻炼指导、饮食指导,强调“食养”“食节”“食忌”“食禁”等。食物的“性能”主要包含“性”、“味”、“归经”、“升降浮沉”等几个方面:“性”是食物具有寒、凉、温、热四种类型,如西瓜属寒凉,寒性体质尽量少吃或不吃,葱、姜、韭菜属于温热性食物,生姜、葱白可用于风寒感冒,畏寒腹痛可以喝姜汤,热性体质应尽量少吃;“味”是指酸、辛、甘、苦、咸5种“疾病滋味”,如糖属于甘味、蒜属于辛味、醋属于酸味、苦菜属于苦味,酸能涩能收、辛能发散行气、甘能补能缓、苦能泻能燥能坚、咸能下能软能坚;“归经”是食物对机体某部分有选择作用,如莲子和干贝同属于补益之品,莲子善补心,干贝则补肾,在应用食物调养时,应将其多种性能结合起来综合性考虑,有针对性地选择适宜的饮食。

2.4 日常生活护理

单侧声带息肉切除术后禁声1周内,患者可以进行放松训练,包括喉部的放松和全身肌肉的放松训练,练习腹式呼吸(用鼻缓慢深吸气,再缓慢均匀缩唇呼气)^[11];双侧声带息肉摘除术后1周内,除了练习腹式呼吸外,还应适量减少讲话,正常发音,说话时避免音量过高或过低,避免过度用声,练习发元音、数数等^[12];戒烟、戒酒,避免冷刺激、辛辣刺激食物,避免油煎、油炸食品;预防感冒,增强体质,增强免疫功能;饮食起居有规律、节制,规律膳食,避免过饱;脾胃功能失调的患者,避免进食偏寒凉食物如西瓜、牛奶、凉拌菜等,宜进食偏温热性食物如牛肉、羊肉、小米粥、馒头、面条等;定期跑步;积极治疗基础疾病。

3 讨论

声带息肉是耳鼻喉科的常见疾病,由于术后患者不注意改变用声习惯、不忌口,常导致恢复效果不理想,有的患者声音嘶哑症状比术前严重,且容易复发。《黄帝内经》中记载“治已病治未病”。本病例中,除了治疗患者机体自身的脾胃问题,改变不良的饮食习惯,避免过度用声、过度思虑、过度操劳,预防感冒以外,还可采取喉部和全身肌肉放松训练,练习腹式呼吸和发音功能锻炼,发元音或数数。此外,还可加强锻炼八段锦(“调理脾胃须单举”)或锻炼“六字诀”。“六字诀”功法基于《内经》“百病生于气”的理论基础,内伤七情、外感六淫以及劳逸失节等引起脏腑元气亏虚和气机升降失调,是脏腑病证的基本病机^[13]。六字诀”不仅包含腹式呼吸锻炼和发音功能锻炼,还具有调节脏腑功能的效果。总之,针对此类疾病患者,应基于整体评估和中医辨证论治理论,实施中医特色护理,根据患者体质情况结合中医学疾病管理方法实施辨证施护,以调理脏腑功能,增强机体免疫力,预防疾病复发。

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] 韩杰, 席淑新. 耳鼻咽喉头颈外科护理与操作指南[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2019.
HAN J, XI S X. Otorhinolaryngology head and neck surgery nursing Care and Practice Guide[M]. Beijing: People's Medical Publishing House, Co., Ltd, 2019. (in Chinese)
- [2] 刘太容, 秦尔奇, 刘小苹, 等. 穴位按摩联合六字诀呼吸操应用于慢性阻塞性肺疾病急性加重期患者中的疗效[J]. 医学信息, 2019, 32(16): 151-154.
LIU T R, QIN E Q, LIU X P, et al. Therapeutic effect of acupoint massage combined with six-character respiration in patients with acute exacerbation of chronic obstructive pulmonary disease[J]. Med Inf, 2019, 32(16): 151-154. (in Chinese)
- [3] 邓丽金, 陈锦秀, 陈焰南, 等. 六字诀对老年慢性阻塞性肺疾病肺气虚证患者影响研究[J]. 中国医学创新, 2020, 17(36): 112-117.
DENG L J, CHEN J X, CHEN Y N, et al. Influence of liuzijue on elderly patients with chronic ob-

- structive pulmonary disease with lung-qi deficiency syndrome[J]. Med Innov China, 2020, 17(36): 112-117. (in Chinese)
- [4] 朱震, 张世勤. 健身气功·六字诀早期干预对慢性肺源性心脏病患者心功能影响的临床研究[J]. 江苏中医药, 2010, 42(12): 18-19.
ZHU Z, ZHANG S Q. Clinical study on the effect of early intervention of Qigong and Six-character Formula on cardiac function of patients with chronic pulmonary heart disease[J]. Jiangsu J Tradit Chin Med, 2010, 42(12): 18-19. (in Chinese)
- [5] 郑亮, 张驰, 武先奎, 等. 健身气功六字诀对慢性心力衰竭患者心功能的影响[J]. 中国循证心血管医学杂志, 2017, 9(6): 659-662.
ZHENG L, ZHANG C, WU X K, et al. Influence of healthcare Qigong-6-character formulas (Liuzijue) on heart function in patients with chronic heart failure[J]. Chin J Evid Based Cardiovasc Med, 2017, 9(6): 659-662. (in Chinese)
- [6] 王鼎. 六字诀健身气功锻炼对女大学生焦虑心理的影响实验研究[J]. 科教导刊, 2016(26): 178-179.
WANG D. Experimental study on the effect of six words of Qigong exercise on female college students' psychological anxiety[J]. Guide Sci & Educ, 2016(26): 178-179. (in Chinese)
- [7] 宋丽波, 董国菊, 杨丽丽, 等. 健身气功六字诀对冠心病合并抑郁状态患者的影响[J]. 环球中医药, 2017, 10(8): 969-971.
SONG L B, DONG G J, YANG L L, et al. Effect of Qigong six-character formula on patients with coronary heart disease and depression[J]. Glob Tradit Chin Med, 2017, 10(8): 969-971. (in Chinese)
- [8] 周国庆, 姚新苗, 李华, 等. 六字诀与腰椎核心稳定性训练的内在联系[J]. 康复学报, 2016, 26(4): 47-51.
ZHOU G Q, YAO X M, LI H, et al. Discussion on internal relations between liuzijue and core stability training of lumbar spine[J]. Rehabil Med, 2016, 26(4): 47-51. (in Chinese)
- [9] 涂人顺, 陈仁波, 黄林英, 等. 传统健身方法(六字诀)对绝经期后女性内分泌水平的影响[J]. 世界中西医结合杂志, 2010, 5(10): 866-867.
TU R S, CHEN R B, HUANG L Y, et al. Impact of traditional fitness method(Liu zi Jue) on the endocrinal level in the females after menopause[J]. World J Integr Tradit West Med, 2010, 5(10): 866-867. (in Chinese)

- [10] 周素丹, 孙珠珠, 谢灵敏. 中医体质调护的专科管理优势分析[J]. 中医药管理杂志, 2021, 29(23): 360-361.
ZHOU S D, SUN Z Z, XIE L M. Analysis on the advantages of specialty management of TCM physical care [J]. J Tradit Chin Med Manag, 2021, 29 (23): 360-361. (in Chinese)
- [11] 郭文俊, 王斌全, 曹常乐, 等. 动态喉镜声带息肉术后嗓音康复训练时间研究[J]. 护理学杂志, 2017, 32(12): 85-87, 90.
GUO W J, WANG B Q, CAO C L, et al. The timing of voice exercise after phonomicrosurgery for vocal fold polyps[J]. J Nurs Sci, 2017, 32(12): 85-87, 90. (in Chinese)
- [12] 汤苏成, 王跃建, 陈伟雄, 等. 声带息肉和小结术后发声障碍患者嗓音训练疗效观察[J]. 听力学及言语疾病杂志, 2017(2): 200-202.
TANG S C, WANG Y J, CHEN W X, et al. Observation on the effect of voice training for vocal cord polyp and nodule patients with dysphonia after operation [J]. J Audiol Speech Pathol, 2017 (2): 200-202. (in Chinese)
- [13] 张敏, 张玉辉, 刘理想, 等. 基于“百病生于气”理论的六字诀功用探讨[J]. 世界中西医结合杂志, 2021, 16(11): 2140-2143.
ZHANG M, ZHANG Y H, LIU L X, et al. Discussion on the function of six-character formula based on the theory of “all diseases from qi” [J]. World J Integr Tradit West Med, 2021, 16(11): 2140-2143. (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。