

基于微信平台的五行音乐疗法 结合耳针改善 1 例青盲患儿失眠的护理

齐雪阳

(河南省中医院 河南中医药大学第二附属医院 眼科, 河南 郑州, 450002)

摘要: 总结基于微信平台的五行音乐疗法结合耳针改善 1 例青盲患儿失眠的护理方案。利用微信平台调配 20 首角调音乐, 依据子午流注理论播放音乐, 结合耳针进行干预。五行音乐疗法结合耳针能有效改善青盲患儿失眠状况, 缓解焦虑、抑郁情绪, 提升睡眠质量与生活质量。

关键词: 微信平台; 五行音乐; 耳针; 青盲; 失眠; 中医护理

Five-element music therapy based on Wechat platform combined with auricular acupuncture in the treatment of insomnia in a child with optic atrophy

QI Xueyang

(Department of Ophthalmology, Henan Province Hospital of Traditional Chinese Medicine, Zhengzhou, Henan, 450002)

ABSTRACT: This paper summarized the nursing plan for relieving the insomnia in a child with optic atrophy treated by five-element music therapy based on Wechat platform combined with auricular acupuncture. Totally 20 pieces of music based on Jiao tune were selected and uploaded to Wechat platform, and were played according to the theory of midnight-midday ebb flow. Auricular acupuncture was carried out in combination with the five-element music therapy. This method could effectively relieve the insomnia of children with optic atrophy, relieve anxiety and depression, and improve sleep quality and quality of life of the patient.

KEY WORDS: Wechat platform; five-element music therapy; auricular acupuncture; optic atrophy, insomnia; Traditional Chinese Medicine nursing

青盲首见《神农本草经》,是以视盘色淡,视力渐降,甚至盲无所见为特征的内障眼病。小儿罹患者称小儿青盲^[1]。西医为视神经萎缩,根据视神经损害的部位分为原发性、继发性,临床主要表现为视力减退和视盘呈灰白色或苍白,是病因复杂、治疗棘手的疑难眼病,也是中医眼科临床常见的重要致盲眼病之一^[2]。此病造成的致盲率占 6%^[3],儿童多为脑炎、外伤、营养不良、球后视神经炎、视神经乳头水肿等多种病变的后遗症,单眼或双眼发病,视力逐渐减退,最后导致失明。由于儿童视力减退不易被察觉,故常有病情严重,甚至失明,才引起父母注意,而此时治疗已变得十分困难。本病对患儿生活自理能力和生活质量有较大

影响,出现焦虑、抑郁等负性情绪导致失眠。目前针对青盲患儿失眠症状尚无明确统一的治疗和护理措施^[4]。科室于 2021 年 7 月 6 日对 1 例青盲患儿采用五行音乐疗法结合耳针干预失眠症状,恢复良好,有效改善了睡眠质量,随访满意,现报告如下。

1 临床资料

患儿女性,12 岁,以:(代)发现右眼视力下降,伴眼前暗影遮挡 3 年余为主诉;“青盲(右),视神经萎缩(右)”为诊断,于 2021 年 7 月 6 日收住我科。视力:右眼 0.15,左眼 0.6,眼压:右 19 mmHg,左 18 mmHg;裂隙灯检查示:双眼睑结膜轻度充血,角膜清,前方(-),双侧瞳孔圆,右眼直

径约 3 mm;左眼直径约 2.5 mm,对光反应可,晶状体皮质清,玻璃体灰白色絮状混浊。眼底检查示:眼底见右眼视盘边界清,色苍白,左眼视盘色淡红,C/D 约 0.3,网膜静脉走行尚可,右眼黄斑中心凹反光欠亮,左眼黄斑中心凹反光可见。P-VEP(视觉电生理)示:右眼 p100 潜伏期延迟,幅制降低,左眼正常。视神经眼部光学相关断层扫描(OCT)示:右眼视盘上方偏颞侧、颞侧、颞侧下方视网膜神经纤维层(RNFL)变薄。鼻侧 RNFL 略增厚。

患儿既往有头部外伤史 4 年,当时右侧面部皮肤擦伤,右眼肿胀,2~3 d 消退,未检查及治疗。3 年前患儿无明显诱因出现视力下降,伴眼前上方暗影遮挡,于外院就诊,查核磁共振(MR)示:右侧视神经眶内段较对侧细小,截面横径约 2 mm,蛛网膜下腔增宽,鞘膜间距 5 mm,左侧无异常。考虑右眼视神经萎缩。后于外院就诊,建议激素冲击治疗后进一步查因,患儿家长拒绝激素治疗,遂来本院寻求中医方案。入院时测体温 36.2℃,脉搏 102 次/min,呼吸 18 次/min,血压 96/60 mm Hg。患儿神志清,精神可,不寐,二便正常,舌质暗红,苔薄白,脉弦。患儿年幼,右眼视力下降为主症,病久目络血脉瘀滞,气机不畅,目失濡养,故视物渐昏,日久则目系枯萎,玄府闭塞,神光熄灭而视力下降;舌脉均为气滞血瘀之征。故本病诊断为小儿青盲,证属气滞血瘀,病位在目。

入院给予眼科常规二级护理,低盐低脂饮食,忌辛辣刺激食物,陪护 1 人,中药辨证给予疏肝理气,化瘀通络明目方药日 1 剂口服。西医以营养神经、改善眼部循环为主。中医特色疗法:穴位注射、针刺、耳针。分别于治疗前、入院第 14 天、第 25 天应用焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)、失眠严重程度指数量表(ISI)评估焦虑、抑郁程度及睡眠质量,分值越高表示焦虑、抑郁、失眠程度越重;于治疗前、入院第 25 天应用健康状况问卷(SF-36)评估生活质量,分值越高,说明生活质量水平越高^[5]。经过 25 天的治疗与护理,患儿失眠症状明显改善,右眼视力 0.2,左眼 1.0,恢复良好,顺利出院。

2 护理

2.1 基于微信平台五行音乐疗法

2.1.1 五行音乐疗法乐曲调配依据:向患儿及家属解释五行音乐疗法的目的、方法及意义,取

得同意与配合。

我国使用音乐治疗疾病由来已久,《黄帝内经》提出“五音疗疾”的观点,认为根据角、徵、宫、商、羽五音的特性与五脏五行的关系可以治疗疾病。在心理学中,音乐可以感染、调理情绪,进而影响身体。聆听中让曲调、情志、脏器共鸣互动,达到动荡血脉、通畅精神。在生理学上,当音乐振动与人体内的生理振动(如心率、心律、呼吸、血压、脉搏)等相吻合时,就会产生生理共振、共鸣。这就是“五音疗疾”的身心基础。

音乐有归经。肝属木,对应五音为角,五窍为目,因此治疗目窍疾病以疏肝、养肝为首,该患儿久病,肝气郁结,肝阴亏虚,阴血内伤,心阴不足,神无所藏,故使阴津充沛必须先调理肝气,目窍才能得以休养,精明柔滑,夜寐得安。在中医理论指导下,运用天人相应、五行养生的音乐辅助治疗方式,调配 20 首以《胡笳十八拍》《江南丝竹乐》《春风得意》^[6]等为代表的角调音乐供患儿体验。达到身心放松、舒畅情志的作用。

2.1.2 微信平台的优势:随着《全国护理事业发展规划(2021-2025 年)》贯彻坚持“以人民健康为中心,以群众需求为导向”的服务理念,力求改革创新。微信作为我国特有的智能终端即时通讯应用程序,已成为最受大众欢迎的社交平台。因其可实现音频、视频、图文实时传输,具有方便快捷、简单实用等特点,受到医护人员青睐^[7]。住院患者及家属对于健康教育形式多样化、个性化、连续化的需求与日俱增,微信服务平台视听模式的出现为眼科护理工作提供了一种新的思路。眼科患者视力均存在不同程度障碍,特别是本例青盲患儿患病日久、目失濡养、夜寐不安;护理以畅情志,慎起居,避免久视、房间光线宜暗为主,医护人员将制作好的微信音乐二维码附于床头,患儿无需目视,仅通过手机扫描聆听即可达到治疗目的,出院后亦可延续使用。

2.2 子午流注择时收听

子午流注理论历史悠久,广泛运用于临床,其蕴含着丰富的护理学方法^[8]。“子午”和“流注”,首见《灵枢经》;子午指时间,为十二时辰统称;流注,流指流动,注指输注。子午流注是将机体的气血循行,周流出入,比拟水流,随着时间先后的不同,阴阳各经气血的盛衰,气血迎时而至为盛,气血过时而去为衰,与自然界时间具有同样节律性变化^[9]。

子午流注择时五行音乐疗法是按照患者脏腑经络的当令时对应为角调,故选择的《胡笳十八拍》乐曲是重金的商音元素,刚好可以克制体内过多的木气,且附有属水的婉转羽音,有助于滋补机体木气,均衡体内五行,使之柔软,顺畅。选择在晚 19:00 至 23:00,1 次/d,30 min/次^[10],该时间段阴气最盛,选则此时段播放音乐,可以克制旺盛的肝气,以免过多的肝气演变成火,另外可以利用这个时间旺盛的阴气来滋养肝,使之平衡。

2.3 中医特色疗法耳针的干预

耳针治疗作为一种无不良反应、易于操作且被广泛接受的外治法^[11],应用普遍。本例患儿采用直径约 2 mm 的王不留行籽耳穴贴,隔日 1 次粘于相应耳部穴位上。具体方法:取穴眼、目 1、目 2、肝、肾、神门。用探棒在上述穴位及周围进行按压,测得穴位敏感点后,使用浓度为 75% 的酒精清洁,3~5 s 待干,左手固定耳廓,右手用镊子从侧面将王不留行籽胶布从塑料板上取下,将其贴在所取穴位上,每次选择单侧,两耳穴交替进行,隔日 1 次。而后用食指、拇指按压所贴穴位,所用力度应使患者感受到麻、酸、痛、胀、热,但未达到忍受不了的程度。1 天 3~5 次,3 min/次,每个穴位按压 5~10 下,睡前加按 1 次。在干预前先向患儿及家属说明此疗法的效果以及注意事项,取得配合,了解是否有胶布过敏史,传授患儿及家属正确按压方法,治疗期间保持局部干燥,避免发生感染^[12],保证治疗有效性。

2.4 干预效果

经治疗与护理,患儿失眠症状明显改善,焦虑、抑郁和失眠程度减轻,生活质量提高。见表 1。

表 1 干预前后患儿焦虑、抑郁、失眠程度、健康状况评分比较分

时间	SAS	SDS	ISI	SF-36
治疗前	60	65	15	76
治疗 14 天	50	60	11	
治疗 25 天	45	50	7	98

3 讨论

本例患儿年幼视力进行性下降,病久难愈,经多家医院辗转未能寻求有效治疗方案,中医证属气滞血瘀。生活自理能力、生活质量受到影响,负性情绪产生故失眠,受到年龄因素限制,镇静安眠药物使用受限。目前资料显示可采用行为疗法及心理干预治疗,对于儿童尚无明确且统一的治疗

和护理措施。中医五行音乐疗法结合耳针治疗失眠是一种新的护理方法。患儿经过 25 天治疗与护理,右眼视力 0.2,左眼 1.0,焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)、失眠严重程度指数量表(ISI)评分均较治疗前下降、健康状况问卷(SF-36)评分较治疗前升高,患儿失眠症状明显改善,干预过程患儿依从性及耐受性良好,未发生不良事件,目前恢复良好。

综上所述,中医五行音乐疗法结合耳针能有效改善青盲患儿失眠状况,缓解焦虑、抑郁提升睡眠质量与生活质量。此疗法为中医传统理论与现代科技手段有机结合的创新护理模式,具有无创伤、无不良反应、简便易行等优点,值得推广应用。

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] 彭清华. 中医眼科学[M]. 4 版. 北京: 中国中医药出版社, 2016.
PENG Q H. Ophthalmology in Traditional Chinese Medicine[M]. 4th ed. Beijing: China Press of Traditional Chinese Medicine Co., Ltd, 2016. (in Chinese)
- [2] 汤丹月, 柳成刚. 青盲源流考[J]. 中国中医眼科杂志, 2020, 30(2): 128-131.
TANG D Y, LIU C G. Investigation on origin and development of Qingmang [J]. China J Chin Ophthalmol, 2020, 30(2): 128-131. (in Chinese)
- [3] 王菲. 中药离子导入治疗视神经萎缩疗效观察[J]. 中国医学文摘(耳鼻咽喉科学), 2021, 36(1): 84-85, 88.
WANG F. Observation on curative effect of Chinese medicine montophoresis on optic nerve atrophy [J]. Chin Med Dig Otorhinolaryngol, 2021, 36(1): 84-85, 88. (in Chinese)
- [4] 傅燕虹, 秦岭, 石娟, 等. 儿童和青少年失眠诊治现状及研究进展[J]. 中华实用儿科临床杂志, 2017, 32(8): 637-640.
FU Y H, QIN L, SHI J, et al. Current diagnosis and treatment of insomnia in children and adolescents and study progress [J]. Chin J Appl Clin Pediatr, 2017, 32(8): 637-640. (in Chinese)
- [5] 吴欣娟. 护理管理工具与方法实用手册[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2015.
WU X J. Practical Handbook of nursing manage-

- ment Tools and methods [M]. Beijing: People's Medical Publishing House Co., Ltd, 2015. (in Chinese)
- [6] 蒋雁玲. 基于微信平台的知信行干预结合音乐疗法在白血病患者护理中的应用价值分析[J]. 心理月刊, 2021, 16(5): 111-112.
- JIANG Y L. Application value analysis of knowledge attitude practice intervention combined with music therapy in the nursing of children with leukemia based on Wechat platform[J]. PSY, 2021, 16(5): 111-112. (in Chinese)
- [7] 王丽征. 微信平台在住院病人健康教育中的应用现状[J]. 全科护理, 2021, 19(3): 346-348.
- WANG L Z. Status quo of Wechat platform in health education for hospitalized patients [J]. Chin Gen Pract Nurs, 2021, 19(3): 346-348. (in Chinese)
- [8] 焦文波, 盖凤春, 盖国忠. 子午流注理论在现代临床护理中的研究进展[J]. 长春中医药大学学报, 2020, 36(2): 406-408.
- JIAO W B, GAI F C, GAI G Z. Research progress on midday-midnight flowing of qi-bloodpoint theory in modern clinical nursing[J]. J Chang Univ Chin Med, 2020, 36(2): 406-408. (in Chinese)
- [9] 王芬, 谢红丹, 何创, 等. 子午流注择时五行音乐疗法联合中医药膳加餐对肝硬化失代偿期患者焦虑抑郁和营养状况的影响[J]. 长春中医药大学学报, 2020, 36(5): 1048-1051.
- WANG F, XIE H D, HE C, et al. Effects of meridian flow time-selective five elements music therapy combined with traditional Chinese medicine diet plus meal on nutritional status and anxiety depression in patients with decompensation period of liver cirrhosis [J]. J Chang Univ Chin Med, 2020, 36(5): 1048-1051. (in Chinese)
- [10] 郑洪新. 中医基础理论[M]. 4版. 北京: 中国中医药出版社, 2016.
- ZHENG H X. Basic Theory of Traditional Chinese Medicine[M]. 4th ed. Beijing: China Press of Traditional Chinese Medicine Co., Ltd, 2016.
- [11] 郭家燕, 刘振寰. 儿科疾病中的耳针治疗研究进展[C]//. 2013 中国针灸学会学术年会——第四届中医药现代化国际科技大会针灸研究与国际化分会论文集, 2013.
- [12] 于晶. 规范化护理配合耳穴压豆对失眠疗效的观察与护理要点分析[J]. 中国医药指南, 2020, 18(7): 260-261.
- YU J. Observation on effect of standardized nursing combined with auricular acupoint pressing therapy in the treatment of insomnia and key issues of nursing [J]. Guide China Med, 2020, 18(7): 260-261. (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。