

DOI: 10.12209/CAIM202210240009

· 中西医结合临床案例 ·

一例以便秘推拿联合穴位按摩治疗冠心病便秘患者的 护理个案报告

陈彩玉

(北京市回民医院 心内科, 北京, 100054)

摘要: 本文报告一例冠心病合并便秘的患者现活动后耐力下降, 排便困难, 在加强常规护理的基础上, 通过实施便秘推拿联合穴位按摩, 经针对性中医治疗缓解患者便秘情况, 预防因便秘引起心脑血管事件意外发生, 改善患者便秘的护理治疗经验。

关键词: 便秘; 冠心病; 便秘推拿; 穴位按摩

A nursing case report of constipation patients with constipation massage and acupoint massage

CHEN Caiyu

(Department of Cardiology, Beijing Hui People Hospital 100054)

ABSTRACT: This paper report a case of coronary heart disease patients with constipation after activity endurance decline, defecation difficulties, on the basis of strengthening routine care, through the implementation of constipation massage combined acupoint massage, targeted Chinese medicine treatment to relieve constipation, prevent cardiovascular and cerebrovascular events caused by constipation, improve the nursing treatment experience of constipation patients.

KEY WORDS: constipation; coronary heart disease; constipation massage; acupoint massage

便秘可引起痔疮、肛裂、便血等病症, 据观察, 经常发生便秘的中、老年人, 结肠癌的发生率要高2倍^[1]。冠心病患者一旦出现排便不畅, 大便秘结, 极易增加其血压水平, 进而引起心脑血管并发症, 从而增加排便更加困难造成大便秘结。由于多种因素影响, 易增加其肛门疾病风险, 导致病情加重^[2]。故此, 冠心病合并便秘患者早期给予有效的干预措施, 从而达到预防因便秘引起心脑血管事件意外发生。本文报告了一例高龄冠心病合并便秘患者, 经针对性中医治疗缓解患者便秘情况后, 患者好转出院。现将护理体会报告如下。

1 临床资料

患者, 女性, 80岁, 主因“发作性胸闷气短10年, 加重伴头晕2天”于2022年8月19日入院。患者10年前因发作性胸闷、气短, 无胸痛、心悸、大汗分别就诊于安贞区院、阜外医院, 完善心电图等相关检查后诊断为“冠心病”, 间断服用冠心病二级预防药物治疗。患者上述症状间断发作, 多于

活动后发作, 休息数分钟可缓解, 活动耐量进行性减退。两天前患者一般日常活动中(更衣、排便)再次出现胸闷、气短, 伴头晕患者于2022年8月19日就诊于我院门诊, 为求进一步诊治收入我科。刻下症见: 胸闷、气短、咳嗽、咳痰, 纳眠可, 小便调, 大便质干, 2日一次。入院中医诊断: 胸痹心痛病。西医诊断: 慢性心功能不全急性加重、冠状动脉粥样硬化性心脏病、心功能Ⅲ级、高血压病3级(极高危)。入院检查: 血压150/80/mmHg, 双肺呼吸音粗, 未及明显干湿啰音, 心率63次/分, 腹软, 无压痛, 双下肢无水肿, 中医查体: 患者神清, 表情淡漠, 反应迟缓, 言语地位, 无异常体味, 舌质暗, 苔白腻, 脉沉细。急诊生化: 钾3.78mmol/L, 钠128.8mmol/L, 氯93.5mmol/L, 既往高血压病史40年2型糖尿病病史20年。跌倒风险评估评分: 9分, 压疮危险因素评分: 13分, 日常生活能力评估: 40分

收稿日期: 2022-10-24

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

2 护理

2.1 护理评估

胸闷:与心肌缺血缺氧有关。

便秘:与活动少、进食少,胃肠道淤血有关

营养低于机体需要量:与进食少有关

2.2 护理计划

2022-8-19 胸闷:1. 卧床休息,协助患者取舒适卧位,抬高床头,间断低流量吸氧,将患者常用物品放置患者随手可及的地方,注意患者安全。

2. 嘱患者保持情绪稳定,避免焦虑紧张及过度兴奋,引起心肌耗氧量增加。3. 遵医嘱给予耳穴压丸治疗,选用心、肾、神门、交感、内分泌,一周两次治疗便秘。

2022-8-20 便秘:1. 观察患者排便次数、性状、排便费力程度及伴随症状。知道患者保持适当运动,定时排便。2. 嘱患者适量适量饮水,饮食以粗纤维为主,多吃有利于通便食物,如黑芝麻、蔬菜、瓜果等。禁食产气多刺激性的食物如甜食,豆制品,圆葱等。3. 遵医嘱给予穴位贴敷神阙穴神阙穴、便秘推拿选取天枢穴、气海穴、下脘穴进行推拿。每日1次。

2022-8-20 营养低于机体需要量:1. 指导患者少食多餐,避免油腻辛辣刺激、不易消化饮食。2. 鼓励患者进食高蛋白、易消化饮食。

2.3 中医特色护理

穴位按摩是运用特殊的手法对人体特定部位施术,通过刺激人体经络穴位,调和气血,维持阴阳平衡,可达到与针刺类似的效果,更方便、安全、经济,且按摩手法简单易学,患者或家属学会后自己在家也能坚持按摩,因此适宜临床应用^[3]。

便秘推拿、穴位按摩:穴位选择天枢穴、气海穴、下脘穴。操作方法:患者取仰卧位,放松身体,操作者站其右侧,采用指压按摩的方法先为患者按摩腹部的三个穴位神阙穴、大横穴、天枢穴,每个按穴位按摩时间为5min,以患者产生酸胀感为宜^[4];然后护士取适量甘油涂抹于手掌,按结肠走向从右下腹沿升结肠、横结肠、降结肠走向按步骤施以鱼际按揉法再按降结肠的解剖位置做自上而下的鱼际按揉法多次反复,肌肤下陷1cm为宜,按摩约3-5分钟^[5]。

2.4 常规护理

2.4.1 生活指导 指导患者制定适宜的作息时间表,在保证夜间睡眠时间的基础上,尽量安排有

规律的起床和入睡时间。根据心功能情况,进行适当活动和锻炼。活动中若出现明显胸闷、气促、眩晕、面色苍白、紫绀、汗出、极度疲乏时,应停止活动,就地休息。

2.4.2 饮食指导 低盐、低脂、清淡、易消化、富含维生素和微量元素的食物。心气虚血瘀证患者饮食宜甘温,忌生冷肥腻之品。宜食补益心肺、活血化瘀之品,如莲子、大枣、蜂蜜、花生等。可选食红糖银耳羹等。晨起空腹饮250 ml淡盐水,100 ml蜂蜜水,早餐粗细搭配,中餐进食粗纤维食物,晚餐粗细搭配,以极低热量为主。纤维素可吸收水分增加大便体积,脂肪可使大便柔滑脂肪酸和大便可刺激肠道平滑肌时肠蠕动加快,促进排便^[6]。

2.4.3 情志指导 指导患者注意宜平淡静志,避免七情过激和外界不良刺激,不宜用脑过度,避免情绪波动。劝慰患者正确对待因病程较长造成的体虚、易急躁的情绪变化,帮助患者保持心情愉快,消除因此产生的紧张心理,树立战胜疾病的信心和勇气,以利于疾病的好转或康复。

2.5 结果

患者经治疗后活动耐力增加,胸闷、气短发作较前减少,可以配合便秘推拿和穴位按摩这项操作,经过一段时间治疗和护理后便秘情况好转,患者每日可排出黄色成型软便,患者住院期间未因大用力引起不良心血管事件等发生,患者自诉学会便秘推拿的方法于2022年9月30日出院。

3 讨论

冠心病是临床上的常见病和多发病,冠心病患者容易发生便秘,这主要与排便环境、排便习惯、饮食、运动功能减退、用药等因素有关。冠心病患者发生便秘会增加腹腔和心脏的压力,导致患者的心率加快,心肌缺氧,容易引发心绞痛、心肌梗死等严重疾病^[7],威胁患者的生存质量。临床通常借助口服药物的方式治疗便秘,长时间药物治疗会使患者出现一定的依赖性,使肠道对粪便的顺应性明显下降,致使肠道丧失原有压力,甚至会导致自主排便反射功能丧失^[8],如莫沙必利会引起腹痛、口干、头晕等不良反应,少数患者会因过量使用乳果糖导致出现恶心、呕吐的症状^[9]。而腹部按摩属于机械性刺激,可改善患者的胃肠道血液循环,对肠蠕动产生刺激性影响,促进结肠内容物向下移动,促进患者排便,可有效改善

患者胃肠道的血液循环能力,有利于胃肠道平滑肌蠕动,从而达到预防便秘的效果。

本次病例所选取的关元穴是小肠之募穴,具有培元固本、补益下焦之功;中脘属奇经八脉之任脉,有调胃理气、化湿降逆之用;天枢穴是大肠之募穴,主疏调肠腑、理气行滞、消食。刺激上述穴位可通调腑气,兴奋胃肠道平滑肌,促进胃肠运动^[10]。

本案例仅针对冠心病患者便秘的一次护理总结,关于便秘推拿在冠心病治疗便秘的应用规范、评估标准等,还有待进一步开展研究。

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] 林想红,黄丽珊,刘芳,张本菊. 腹部穴位按摩结合行为干预在老年便秘患者中的临床效果研究[J]. 黑龙江医学,2021,45(18):1967-1968.
- [2] 刘艳菊. 腹部按摩预防冠心病患者便秘的效果[J]. 光明中医,2020,35(5):762-764.
LIU Y J. Effect of abdominal massage on preventing constipation in patients with coronary heart disease [J]. Guangming J Chin Med, 2020, 35(5): 762-764. (in Chinese)
- [3] 钱光琴,陈春艳,陈祖琨,等. 中医护理技术在慢性心衰患者中的应用研究[J]. 光明中医,2022,37(15):2828-2831.
QIAN G Q, CHEN C Y, CHEN Z K, et al. Study on the application of traditional Chinese medicine nursing technology in patients with chronic heart failure [J]. Guangming J Chin Med, 2022, 37(15): 2828-2831. (in Chinese)
- [4] 李晓华,李军,李洁. 便秘推拿联合穴位按摩对老年气虚血瘀证胸痹合并便秘患者护理观察[J]. 四川中医,2022,40(4):208-211.
LI X H, LI J, LI J. Nursing observation of constipation massage combined with acupoint massage for elderly patients with qi-deficiency and blood-stasis syndrome of thoracic obstruction and constipation [J]. J Sichuan Tradit Chin Med, 2022, 40(4): 208-211. (in Chinese)
- [5] 章开发. 胃肠按摩保健法在老年便秘患者中的应用分析与探究[J]. 医学食疗与健康,2020,18(16):15,17.
ZHANG K F. Analysis and exploration on the application of gastrointestinal massage in elderly patients with constipation [J]. Med Diet Health, 2020, 18(16): 15, 17. (in Chinese)
- [6] 裴周侠. 腹部按摩结合行为疗法对老年便秘患者的影响[J]. 当代护士(中旬刊),2018,25(3):87-89.
PEI Z X. Effect of abdominal massage combined with behavioral therapy on elderly patients with constipation [J]. Today Nurse, 2018, 25(3): 87-89. (in Chinese)
- [7] 陈亚亚,杨晶,丁劲,等. 国内近十年冠心病患者便秘护理研究热点的共词聚类分析[J]. 中国疗养医学,2022,31(11):1125-1129.
CHEN Y Y, YANG J, DING J, et al. Co-word clustering analysis of research hotspots of constipation nursing in patients with coronary heart disease in China in recent 10 years [J]. Chin J Conval Med, 2022, 31(11): 1125-1129. (in Chinese)
- [8] 鄢虹,胡晓燕. 穴位按摩护理在老年便秘中的应用[J]. 中国中医药现代远程教育,2021,19(17):151-153.
YAN H, HU X Y. The application of acupoint massage nursing in elderly patients with constipation [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2021, 19(17): 151-153. (in Chinese)
- [9] 李影,李冬,时慧,等. 不同类型通便药物治疗老年功能性便秘的效果观察[J]. 中国民康医学,2020,32(2):20-22.
LI Y, LI D, SHI H, et al. Effect of different types of laxative drugs on elderly patients with functional constipation [J]. Med J Chin People's Health, 2020, 32(2): 20-22. (in Chinese)
- [10] 刘雯霞,刘占举. 腹部穴位按摩治疗老年人功能性便秘疗效观察[J]. 胃肠病学,2017,22(6):367-369.
LIU W X, LIU Z J. Clinical efficacy of abdominal acupoint massage for treatment of functional constipation in elderly patients [J]. Chin J Gastroenterol, 2017, 22(6): 367-369. (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。