

DOI: 10.12209/CAIM.202210310017

· 中西医结合临床案例 ·

循经铜砭刮痧对 1 例风寒湿痹证 腰椎间盘突出患者的护理经验

张 丽¹, 刘 姝², 岳 婷¹, 曹中萍³

(1. 河南中医药大学第一附属医院 I 期临床研究病房, 河南 郑州, 450000; 2. 河南中医药大学第一附属医院 护理部, 河南 郑州 450000; 3. 河南中医药大学第一附属医院 骨伤科, 河南 郑州, 450000)

摘要: 本文总结循经铜砭刮痧对 1 例风寒湿痹证腰椎间盘突出护理经验, 包括护理评估、刮痧取穴、刮痧操作方法、刮痧注意事项以及健康宣教等。根据中医辨证, 在相应部位采用刮痧技术, 患者的临床症状明显得到缓解。刮痧技术绿色、安全、无副作用、易为接受。

关键词: 腰椎间盘突出; 刮痧; 中医护理; 辨证施护; 穴位

Nursing experience of Xunjing Tongbian scraping for a case of lumbar disc herniation with wind cold and dampness arthralgia

ZHANG Li¹, LIU Shu², YUE Ting¹, CAO Zhongping³

(1. Phase I clinical Research Ward, The First Affiliated Hospital of Henan University of Traditional Chinese Medicine, Zhengzhou 450000, China; 2. Department of Nursing, The First Affiliated Hospital of Henan University of Traditional Chinese Medicine, Zhengzhou 450000, China; 3. Orthopedics Department, The First Affiliated Hospital of Henan University of Traditional Chinese Medicine, Zhengzhou 450000, China)

ABSTRACT: This paper summarized the nursing experience of a case of lumbar disc herniation with wind cold dampness syndrome treated with copper needle scraping along the meridian, including nursing evaluation, acupoint selection, scraping operation methods, scraping precautions and health education. According to the syndrome differentiation of traditional Chinese medicine, the clinical symptoms of the patients were obviously relieved by scraping at the corresponding parts. Scraping technology is green, safe, no side effects, and easy to accept.

KEY WORDS: Lumbar disc herniation; Scraping; Traditional Chinese medicine nursing; Syndrome differentiation and care; Acupuncture points

腰椎间盘突出症(LDH)是骨科最为常见的疾患,多见于中老年人群中,加之我国老龄化进程加剧,该病呈逐年上升趋势,已严重威胁我国国民健康。LDH多由劳损、外伤、退变等原因导致髓核突出刺激或压迫神经所致,临床以下腰痛、下肢疼痛麻木等为主要临床表现,病情缠绵,反复发作,对患者生活、工作造成极大的影响^[1]。中医学将LDH归为“腰痛病”、“痹症”等范畴。病性多属本虚标实,肾精不足为本,瘀血阻络为标,气滞血瘀型是最常见的证型^[2]。刮痧是指在中医经络穴位理论指导下,使用特殊材质及形状的刮痧器具,

在体表进行相应的刮拭,通过刺激穴位、体表经络,将体内邪气驱逐出体表,从而达到活血通络、调整阴阳平衡,增强脏腑功能^[3],以防治疾病的中医外治法^[4-5]。目前,刮痧在内、外、妇、儿各科疾病广泛应用,而且对治疗消化^[6]、呼吸、骨伤^[7-8]、皮肤、风湿免疫等学科疾病也具有十分良好的疗效^[9],刮痧作为传统中医外治法之一对LDH的治疗有着丰富的临床经验和简便易廉的独特优势,本研究总结 1 例采用循经铜砭刮痧治疗 1 例风寒湿痹证腰椎间盘突出患者的护理经验,现报告如下。

收稿日期:2022-10-31

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

1 临床资料

张某,男,56岁,2022年06月15日初诊;主诉:反复腰痛伴左下肢麻木1年余,再发5月。现病史:1年余前无明显诱因出现腰痛伴左下肢麻木感,近5月出现症状反复,起床、久行腰痛加重,伴左下肢麻木感,影响日常生活,遂来诊。食纳可,睡眠一般,二便调。腰椎MRI示:L3-S1椎间盘突出伴L4-S1椎间盘突出层面右侧椎间孔狭窄疼痛视觉模拟评分(VAS)9分,JOA评分10分。二诊日期:2022年6月22日,患者,治疗一次,患者感腰部及下肢疼痛缓解,感觉腰部肌肉轻松,疼痛视觉模拟评分(VAS)6分,JOA评分19分。

三诊日期:2022年6月30日,腰痛明显缓解,偶有腰部酸胀感,睡眠得到改善。归,疼痛视觉模拟评分(VAS)2分,JOA评分25分。2022年7月10日电话回访,患者诉腰痛诸症消失,至今未再复发。中医诊断:痹症(风寒湿痹证);西医诊断:腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄。符合腰椎间盘突出诊断标准:经腰椎X、CT或MRI检查证实,直腿抬高及加强试验阳性。②中医诊断标准参照《中医内科学》辨证为风寒湿痹证:腰部冷痛,活动不利、转侧不灵,手足麻木,恶风畏寒,身体发凉,受寒加重,得温痛减。舌质淡,苔白腻,脉濡弱。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 临床症状评分标准评估 (1)日本骨科学会下腰痛评估表评分(Japanese orthopaedic association, JOA)^[10]。总分29分,分值越低提示功能障碍越显著。干预前、干预后评价患者的日常活动受限情况、主观症状、临床体征和膀胱功能。JOA总评分最高为29分,最低0分。评估结果标准:<10分:差;10—15分:中度;16—24分:良好;25—29分:优。(2)视觉模拟疼痛评分(visual analogue scale, VAS)^[11]。总分0~10分,0分表示无痛,10分表示剧痛。干预前、干预后评价患者的主观腰腿痛程度。

2.2 铜砭刮痧技术

刮痧时:患者取坐位,充分暴露刮痧部位皮肤,虎符铜砭及刮痧处皮肤涂抹刮痧油。根据医师辨证诊断和患者的临床症状制定刮痧方案:①首开四穴(大椎、大杼、膏肓、神堂穴);刮左心包、右尺泽,引气血下行;老人、儿童、体弱者在开四穴

前要先刮心经、心包经、肺经稳定上焦。②从督脉位于背部后正中线的风府穴开始,至上而下刮拭到长强穴,疏通气血通道,帮助气血下行直至腰部;重点刮拭大椎、命门、腰阳关等穴,以振奋督脉。③刮拭两条足太阳膀胱经自上而下,重点刮拭肾俞、大肠俞、关元俞、承扶、委中、秩边以平衡膀胱经经气。④刮拭背部华佗夹脊穴、后溪穴、阿是穴以缓急镇痛。⑤刮拭手少阴心经、手厥阴心包经、手太阴肺经稳定上焦。⑥刮拭足少阳胆经腰以下部位,重点刮拭环跳、风市、阳陵泉。⑦刮拭双侧膝部以下足少阳胆经、足阳明胃经,重点刮拭足三里、上下巨虚。⑧四井排毒^[12]。

患部重点处理,反复刮拭,力求出痧,催气导气,候气得气,气行血行,让气血去滋养病灶部位。第一次刮痧,背部不留白,全部刮到,均以刮出“痧”为度。根据患者退痧间隔时间,每5天刮1次,2次为1个疗程。3个疗程后评价疗效。

注意事项:刮痧时,保护隐私,保暖,密切观察患者反应,防止晕刮;刮痧后,让患者饮一杯温红糖水,休息20 min再离开;刮痧后3 h内避风,避免洗头、沐浴。

2.3 健康宣教

由于LDH不仅给患者身体上带来了很大的痛苦,也给患者心理上带来了不小的影响,使患者产生压抑、焦虑等心理,这对患者的治疗及康复有很大影响。护士应该向患者耐心、细心地讲解该病的发生、发展、治疗方案、预后及预防等方面的知识,使患者对疾病及治疗有比较深入的了解,为患者树立战胜疾病的信心,并时常鼓励患者保持愉悦的心情和乐观的心态,积极地配合治疗^[13]。嘱患者在治疗期间避免弯腰、负重等活动,尽量卧床休息,起床时必须佩戴腰围以减轻腰椎负荷;不宜睡软床,休息以硬板床为主;注意保暖,避免腰部受凉。嘱患者出院后在日常生活中纠正不正确的工作、学习姿势;加强腰部锻炼,可适当地进行倒走、腰部旋转、五点支撑、三点支撑、飞燕等腰背肌锻炼,倒走时要注意安全,以防跌倒;注意休息。饮食上,治疗期间进食辛辣刺激性食物,加强钙质的补充^[14]。

3 讨论

腰椎间盘突出症(LDH)以疼痛、肢体麻木、下肢活动受限为主要表现,对日常生活造成了严重的影响。西医认为,腰椎间盘突出症(LDH)是

较为常见的疾患之一,主要是因为腰椎间盘突出各部分(髓核、纤维环及软骨板),尤其是髓核,有不同程度的退行性改变后,在外力因素的作用下,椎间盘的纤维环破裂,髓核组织从破裂之处突出(或脱出)于后方或椎管内,导致相邻脊神经根遭受刺激或压迫,从而产生腰部疼痛,一侧下肢或双下肢麻木、疼痛等一系列临床症状^[12]。腰椎间盘突出症可归属于中医学“腰痛”“痹证”的范畴,中医学认为腰痛与正气不足、肝肾亏虚有关,是因寒、湿、风等侵入人体,或因为外伤,导致气血运行不畅,气血凝滞,而使经、筋、肌、骨、脏腑受到损害的一种疾病。

本研究采用的虎符铜砭刮痧护理技术,是在中医经络腧穴理论的指导下,用专门特制的铜砭作为刮痧的工具,蘸取特制的介质在穴位、经络上进行反复刮动的一种现代中医护理技术,其作用机理是利用铜砭的刮动、摩擦作用产生对穴位、经络的良性刺激,使皮下组织及脏腑的邪气向外通达,从而出“痧”,“痧”有利于祛除邪气,使经络疏通,从而起到活血化瘀、调动卫气的作用^[15-16]。西医学认为,“痧”仅是由于毛细血管破裂出血后产生的瘀血。而中医学认为,“痧”是带有身体病气的离经之血^[17],”痧”出病气出,病气出则气机畅达^[18]。李氏砭法刮痧讲求得气,在临床中,当需要用手法给病患入脉之气导热时,刮拭部位温度上升快,黄铜用时短,能与人体达到非常好的共振频率,有利于化解瘀结。且虎符铜砭由黄铜所制,使用特制的刮痧油,刮痧时较传统刮痧更易与人体产生共振频率,使刮拭部位温度升高快,能量更强,有利于深透体内化解脉里瘀结^[19],可有效调节脏腑的气血^[20]。

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] 王冰,冯润,宁江兰. 中医针刺结合骨伤护理对腰椎间盘突出症患者预后的影响[J]. 海南医学, 2019, 30(8): 1082-1085.
WANG B, FENG R, NING J L. Effect of Chinese medicine acupuncture combined with bone injury nursing on prognosis of patients with lumbar disc herniation [J]. Hainan Med J, 2019, 30(8): 1082-1085. (in Chinese)
- [2] 杨文斌,陈海云,林玲. 2724例腰椎间盘突出症住院患者的中医证候特征分析[J]. 广州中医药大学学报, 2012, 29(2): 117-119.
YANG W B, CHEN H Y, LIN L. Characteristics of traditional Chinese medical syndrome patterns of hospitalized patients with lumbar disc herniation: an analysis of 2 724 cases [J]. J Guangzhou Univ Tradit Chin Med, 2012, 29(2): 117-119. (in Chinese)
- [3] 李宇峰,郭新荣,韩洛川. 刮痧疗法作用机制研究[J]. 现代中医药, 2018, 38(3): 102-105, 108.
LI Y F, GUO X R, HAN L C. Study on the mechanism of scraping therapy [J]. Mod Tradit Chin Med, 2018, 38(3): 102-105, 108. (in Chinese)
- [4] 王莹莹,杨金生. 刮痧疗法临床治疗病种研究与展望[J]. 中国针灸, 2009, 29(2): 167-171.
WANG Y Y, YANG J S. Study and prospects for clinical diseases treated with scraping therapy [J]. Chin Acupunct & Moxibustion, 2009, 29(2): 167-171. (in Chinese)
- [5] 卢春霞,赵冬,崔瑾. 刮痧与痧诊探讨[J]. 中国民族民间医药, 2016, 25(14): 54-55, 57.
LU C X, ZHAO D, CUI J. Discussion on scraping and diagnosis [J]. Chin J Ethnomedicine Ethnopharmacology, 2016, 25(14): 54-55, 57. (in Chinese)
- [6] 陶军民. 刮痧配合薏苡仁粥治疗湿热滞胃型功能性消化不良疗效观察[J]. 上海针灸杂志, 2016, 35(10): 1203-1205.
TAO J M. Therapeutic observation of scraping therapy plus yi yi Ren (*Semen coicis*) congee for functional dyspepsia due to dampness-heat blocking the stomach [J]. Shanghai J Acupunct Moxibustion, 2016, 35(10): 1203-1205. (in Chinese)
- [7] WEI J R, ZHANG H P, XU S Y, et al. Clinical effect of scraping therapy in treatment of knee osteoarthritis [J]. Nurs Integr Tradit Chin West Med, 2018, 4(10): 55-59.
- [8] 刘智斌,何玲. 刮痧治疗肩周炎探析:附150例临床报告[J]. 现代中医药, 2003, 23(4): 61-62.
LIU Z B, HE L. Analysis of scraping therapy for periarthritis of shoulder—a clinical report of 150 cases [J]. Mod Tradit Chin Med, 2003, 23(4): 61-62. (in Chinese)
- [9] 吴智聪,刘诗雅,李良慧,等. 中医刮痧渗出物中免疫成分及含量的研究[J]. 广州中医药大学学报, 2017, 34(2): 209-212.
WU Z C, LIU S Y, LI L H, et al. Study on immunological components and their contents in subcutaneous exudate induced by cutaneous scraping method

- [J]. J Guangzhou Univ Tradit Chin Med, 2017, 34(2): 209-212. (in Chinese)
- [10] 孙兵, 车晓明. 日本骨科协会评估治疗(JOA 评分)[J]. 中华神经外科杂志, 2013(9): 969.
- SUN B, CHE X M. Evaluation and treatment by Japan Orthopaedic Association (JOA score)[J]. Chin J Neurosurg, 2013(9): 969. (in Chinese)
- [11] WOODFORDE J M, MERSKEY H. Some relationships between subjective measures of pain[J]. J Psychosom Res, 1972, 16(3): 173-178.
- [12] 吕雪英. 虎符铜砭刮痧配合子午流注时辰护理治疗腰椎间盘突出症腰腿疼痛的疗效观察[J]. 黑龙江中医药, 2021, 50(4): 336-337.
- LÜ/LV/LU/LYU) X Y. Observation on therapeutic effect of Tiger Copper Scraping and Curettage combined with midnight-noon ebb-flow nursing in treating lumbar and leg pain caused by lumbar disc herniation[J]. Heilongjiang J Tradit Chin Med, 2021, 50(4): 336-337. (in Chinese)
- [13] 杨庆红. 腰椎间盘突出症的中医护理体会[J]. 光明中医, 2017, 32(5): 749-751.
- YANG Q H. Experience of traditional Chinese medicine nursing on prolapse of lumbar intervertebral disc[J]. Guangming J Chin Med, 2017, 32(5): 749-751. (in Chinese)
- [14] 黎美玲. 中药封包治疗腰椎间盘突出症的护理体会[J]. 现代中西医结合杂志, 2010, 19(15): 1923-1924.
- LI M L. Nursing experience of treating lumbar intervertebral disc herniation with packed traditional Chinese medicine[J]. Mod J Integr Tradit Chin West Med, 2010, 19(15): 1923-1924. (in Chinese)
- [15] 李荣, 林惠京. 虎符铜砭刮痧治疗糖尿病周围神经病变疗效观察[J]. 海南医学, 2019, 30(12): 1516-1518.
- LI R, LIN H J. Clinical effect of Hufu Copper Gua Sha(scraping therapy) in the treatment of diabetic peripheral neuropathy[J]. Hainan Med J, 2019, 30(12): 1516-1518. (in Chinese)
- [16] 刘娜, 温凯甜, 粟顺美, 等. 李氏虎符铜砭刮痧治疗慢阻肺的护理体会[J]. 中医外治杂志, 2018, 27(6): 47-48.
- LIU N, WEN K T, SU S M, et al. Nursing experience of treating COPD with Li's tiger's tiger's amulet scraping[J]. J Extern Ther Tradit Chin Med, 2018, 27(6): 47-48. (in Chinese)
- [17] 黄瑞迎, 李万瑶, 黎志光. 蜂毒液与不同介质刮痧治疗颈源性头痛临床对照研究[J]. 吉林中医药, 2019, 39(1): 111-114.
- HUANG R Y, LI W Y, LI Z G. Clinical study of bee venoms and different scraping medias on cervical headache[J]. Jilin J Chin Med, 2019, 39(1): 111-114. (in Chinese)
- [18] 李磊, 李炳桥, 黄卫东. 循经刮痧联合颈部按摩对改善冰雪项目运动员睡眠质量的影响[J]. 长春中医药大学学报, 2020, 36(1): 136-139.
- LI L, LI B Q, HUANG W D. Effect of scraping therapy along meridian combined with neck massage on improving sleep quality of ice and snow athletes[J]. J Chang Univ Chin Med, 2020, 36(1): 136-139. (in Chinese)
- [19] 刘姝, 秦元梅, 钟远, 等. 虎符铜砭刮痧联合健康教育对初诊肝火亢盛型高血压患者干预效果评价[J]. 北京中医药, 2019, 38(10): 995-998.
- LIU S, QIN Y M, ZHONG Y, et al. Evaluation of intervention effect of copper-plate scraping therapy in combination with health education on hypertension in patients with liver Yang hyperactivity type[J]. Beijing J Tradit Chin Med, 2019, 38(10): 995-998. (in Chinese)
- [20] 刘凤选, 梅御寒, 刘芝修. 耳部全息铜砭刮痧方法的临床应用[J]. 中国护理管理, 2019, 19(10): 1445-1448.
- LIU F X, MEI Y H, LIU Z X. Clinical application of ear holographic Tongbian scraping[J]. Chin Nurs Manag, 2019, 19(10): 1445-1448. (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。