

DOI: 10.12209/CAIM202307180004

· 中西医结合临床案例 ·

1 例肺经伏热型变应性鼻炎患者的护理体会

王 帅¹, 高冬华¹, 唐 玲²

(1. 北京中医药大学东方医院西院区, 北京, 100072;

2. 北京中医药大学东方医院 护理部, 北京, 100078)

摘要: 本文总结 1 例肺经伏热型变应性鼻炎患者的护理经验。患者经西医治疗效果欠佳, 同时畏惧口服中药及针灸治疗, 在以中医情志护理及饮食调护为主的健康宣教的基础上, 辨证实施耳部刮痧及耳穴压豆护理技术, 能够有效改善患者症状。

关键词: 变应性鼻炎; 肺经伏热; 健康宣教; 耳部刮痧; 耳穴压丸

Nursing of a patient with allergic rhinitis of latent heat in lung meridian syndrome

WANG Shuai¹, GAO Donghua¹, TANG Ling²

(1. West Branch of Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100072;

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

ABSTRACT: This paper summarized the nursing management for a patient with allergic rhinitis of latent heat in lung meridian syndrome. Given the poor outcome of western medicine treatment and fear of Traditional Chinese Medicine oral administration and acupuncture, auricular scraping combined with auricular acupoint pressing therapy by syndrome differentiation and health education consisting of Traditional Chinese medicine emotion nursing and diet guidance were carried out to relieve the clinical symptoms of allergic rhinitis.

KEY WORDS: allergic rhinitis; latent heat in lung meridian syndrome; auricular scraping; auricular acupoint pressing

变应性鼻炎是人群中的易感群体接触到过敏原后, 人体免疫系统中免疫球蛋白 E 介导的炎性介质释放, 激活免疫活性细胞、促炎细胞及细胞因子等, 引起鼻黏膜慢性炎症反应, 临床症状以突然或反复发作的鼻痒、鼻塞、流涕、喷嚏等为主。作为全球性常见的过敏性疾病之一, 近年来, 我国发病率已接近 20%^[1], 儿童患病率也达 15.79%^[2]。西医认为该病的发生可能与即时型过敏反应、吸入刺激物、药物使用、荷尔蒙紊乱和神经系统功能障碍等触发因素相关^[3]。目前, 西医主要采用药物及手术治疗变应性鼻炎, 但药物治疗后易反复, 手术治疗存在一定风险, 费用高, 且长期疗效欠佳。中医治疗变应性鼻炎思路多样, 辨证全面, 相较于千篇一律地按照西医临床指南治疗而言, 中医疗法具备独特的优势, 包括不良反应小、复发率

低以及有效率高^[4]。本文总结 1 例肺经伏热型变应性鼻炎患者的护理经验。该患者经西医治疗效果欠佳, 同时畏惧口服中药及针灸治疗, 在以中医情志护理及饮食调护为主的健康宣教的基础上, 辨证施以耳部刮痧及耳穴压豆护理技术, 收到良好效果, 现报告如下。

1 临床资料

患者女性, 53 岁, 2022 年 5 月 23 日就诊于医院耳鼻喉科门诊。主诉: 鼻痒、喷嚏、流清涕, 入夏发作 3 年, 加重 1 周。患者 3 年前无明显诱因开始反复发作喷嚏、流清涕, 诊断为变应性鼻炎。3 年来更换各类口服抗过敏药及鼻喷激素, 开始用有效, 之后逐渐无效, 经西医鼻科诊治, 建议中医治疗。目前症状: 7 d 前无明显诱因出现连续喷嚏, 1 次连续 6~10 次; 流涕, 每日擤鼻次数 20~30 次;

收稿日期: 2023-07-18

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

鼻塞,全天均有;鼻痒难忍、眼红,易流泪、咽干。无头痛、无发热,偶有黄色鼻痂,纳眠可,大便干。体格检查:体温(T)36.9℃,脉搏(P)88次/min,呼吸(R)24次/min,血压(BP)120mmHg/70mmHg。患者鼻甲肿大,下鼻甲与鼻中隔之间尚有小缝隙,鼻黏膜色红。皮肤点刺试验:粉尘螨(++++)。舌红,苔黄腻,脉数。既往史:变应性鼻炎。否认食物药物过敏史。西医诊断:变应性鼻炎;中医诊断:鼻鼽,辨证属肺经伏热证。

在以中医情志护理及饮食调护为主的健康宣教的基础上,辨证施以耳部刮痧及耳穴压豆护理技术。5月30日二诊,患者较之前用西药喷鼻、口服明显好转,喷嚏、流涕消失,偶有鼻痒,鼻塞不明显。眼红,易流泪、咽干症状消失,纳眠可。6月6日三诊,患者鼻痒、鼻塞、流涕、喷嚏症状消失。

2 护理

2.1 护理评估

该患者鼻痒,喷嚏频作,流清涕,鼻塞,眼红,咽干,且在暑热天气发作,证属肺经伏热,治当清宣肺气,通利鼻窍。

2.2 护理诊断

护理诊断包括:①舒适改变:鼻痒、喷嚏、流清涕、与过敏反应有关。②知识缺乏:自我护理知识及预防知识。③潜在并发症:变应性鼻窦炎、支气管哮喘、分泌性中耳炎。

2.3 护理计划

根据护理诊断制定护理计划:①帮助患者树立信心,做好健康宣教,告知患者增强体质,回避过敏原,坚持洗鼻,合理饮食。②发挥中医特色护理技术,清宣肺气,利通鼻窍。

2.4 护理措施

2.4.1 健康宣教

2.4.1.1 日常生活护理:告知患者平素生活规律,按时作息,注意随天气变化而增减衣物,避免受凉。加强体育锻炼,提高心肺功能。保持良好的生活习惯、充足的睡眠、均衡的饮食、适度的休息,以及保持心情愉快、戒烟限酒等。外出佩戴口罩,尽量避免去空气污染严重的地方。常做鼻周穴位按摩,如用两手中指指腹搓热后按揉迎香穴5~8 min,有助于鼻通气功能的改善。为了避免药物性鼻炎的发生,应避免过度使用血管收缩性滴鼻剂。采用正确的擤鼻方法,先后轮流用一手指堵住一侧鼻孔,轻轻地擤出对侧鼻腔内的分泌物,则

有助于鼻腔和鼻咽部炎症的消失。指导患者正确使用鼻腔冲洗器:将冲洗器喷头轻缓地放入一侧鼻孔内,身体前倾,头部微垂,用双手大拇指和其余四指相对挤压瓶体,将冲洗液连续不断地挤入鼻腔,冲洗过程中不要停顿,防止倒吸污染。清洗时从鼻通气相对不畅的一边鼻孔进液。每日冲洗2次。鼻腔冲洗是一种有效的方法,可以清除鼻黏膜上的病菌、过敏原和污染物。通过冲洗,鼻腔可以保持湿润,同时也能有效改善鼻腔内物质的流动特性。通过对细菌体蛋白进行脱水来有效灭杀细菌,有助于患者机体免疫能力的提高^[5]。

2.4.1.2 情志护理:中医理论认为人的疾病与其自身的情志紧密相关,情志护理在患者身心康复中发挥重要作用,通过情志干预,能够有效促进患者疾病的康复^[6-7]。变应性鼻炎常反复发作,缠绵难愈,多数患者经多种疗法治疗无效,从而丧失了治愈的信心而悲观失望。对患者做好耐心的解释,讲清本病的发病机制和采取的中西医结合治法,尤其是中医综合护理方法,不仅可以改善临床症状,且能有效防止复发。患者情绪的的稳定对于战胜疾病的信心和决心的树立非常重要,同时积极配合医护人员也能促进疾病的早日康复。

2.4.1.3 饮食护理:合理进行饮食搭配,摄入充足营养,保持清淡饮食,避免进食荤腥、辛辣、生冷等食物,同时避免进食蒜、葱、香菜、韭菜等“发物”^[8]。可以在日常饮食中添加一些对肺、脾和肾有益的食物,例如胡萝卜、莲藕、山药、土豆、百合等。这些食物富含营养,可以提供身体所需的能量,同时还有助于改善肺部功能,增强脾脏功能和滋养肾脏,提高机体免疫力,促进机体对外环境的适应性,减少过敏性鼻炎的发作次数。该患者属肺经伏热证,适宜食用绿豆荷叶粥,向其介绍制作方法:选用绿豆60 g、粳米100 g、荷叶15 g、银耳两朵,洗净后将绿豆温水浸泡2 h,然后加入冷水中旺火煮沸,再加入粳米、银耳、荷叶共煮成粥,每日晨起食用,全方清热生津,健脾益气,有利疾病康复。

2.4.2 中医护理技术

2.4.2.1 耳部刮痧:患者取坐位,将刮痧油涂抹在耳部皮肤上。然后,使用刮痧板从下往上、由外向内地刮拭患者的耳朵。刮痧的具体顺序是按照耳垂、耳轮、耳舟、对耳轮、耳甲腔、耳甲艇、耳甲、三角窝、耳前的顺序进行的;在进行耳部刮痧时,需要按照特定的顺序进行刮痧。具体的刮痧方向:

首先是耳垂的背面,然后是耳轮尾的背面,接着是耳轮的背面,再是对耳轮后沟,对耳屏后沟,耳甲腔后隆起,耳轮脚后沟,耳甲艇后隆起,对耳轮下脚后沟,三角窝后隆起,最后是从耳后到胸锁乳突肌^[9]。以患者耐受且耳部发热为宜。重点刮拭内鼻、外鼻、肺、外耳、肾上腺、内分泌、风溪、眼、咽喉等穴位。两耳轮流刮拭,时间20 min,隔日1次。

2.4.2.2 耳穴压丸:患者取坐位,选穴内鼻、外鼻、肺、外耳、肾上腺、内分泌、风溪、眼、咽喉,每次选取6个穴位。操作时先按摩患者耳郭,使其局部充血,使用探棒探查,确定耳穴位置,在进行消毒

后,将带有王不留行籽的胶布贴在耳穴上,并持续按压一分钟。嘱患者每日按揉3~5次,每次每穴1~2 min,按压力度以出现明显痛感为宜。每隔1 d进行1次,左右耳交替进行。

2.5 护理评价和随访

变应性鼻炎的主要症状严重程度包括4个鼻部症状评价(鼻痒、鼻塞、喷嚏、流涕),采用“四分法”(表1),评价治疗前后的鼻部症状,各项评分相加即得出总鼻炎症状评分,评分越高,症状越严重。

表1 变应性鼻炎症状评分表

分级评价	喷嚏/个 ^a	流涕/次 ^b	鼻塞	鼻痒
1分	3~5	≤5	有意识吸气时感觉	间断
2分	6~10	6~9	间歇或交互性	蚁行感,但可忍受
3分	≥11	≥10	几乎全天用口呼吸	蚁行感,难忍

注: a 1次连续喷嚏的个数; b 每日擤鼻次数。

患者依从性良好,疗效满意。5月23日初次就诊,变应性鼻炎症状评分11分;5月30日二诊,变应性鼻炎症状评分2分;6月6日三诊,变应性鼻炎症状消失,评分0分。患者于14日内,经7次门诊治疗,变应性鼻炎及伴随症状消失。治疗期间依从性好,满意度高,无不良事件。6月21日和7月21日两次电话随访,患者症状未见复发。

3 讨论

变应性鼻炎的病位在鼻,与肺直接相连,肺经伏热证是一种常见证型。在急性发作期,多因患者复感风热之邪,内外合邪引动肺经伏热,肺失肃降,邪热循经上犯鼻窍,故鼻痒、喷嚏频作、流清涕、鼻塞,发为鼻鼽。《奇效良方·卷五十九》中记载“鼻鼽者,热客太阴肺之经也”,故中医以清宣肺气、通利鼻窍为其主要治则^[10-11]。

耳穴刮痧疗法是用刮痧板刮拭耳朵上下、内外,并在相应耳穴上加强刮拭直至出痧,能够起到疏通经络、活血行气、扶正祛邪的效果。耳部刮痧可以让耳郭组织高度充血,刺激耳郭的血管扩张,改善耳郭经络、血液及淋巴循环,还能借助神经末梢的传导来强化人体的防御机能。研究^[12-13]表明,耳穴刮痧联合护理干预对过敏性鼻炎患者的远期疗效理想,能减轻鼻塞、分泌鼻涕、喷嚏等症状,减少发作次数,增强机体免疫,对患者生活、工作产生有利的影响。

耳穴压丸治疗是一种基于中医经络理论的方

法,通过持续的手法按压刺激耳穴,特别是肺、鼻、肾上腺、内分泌等相关的耳穴,以达到通利鼻窍的效果。同时患者眼红易流泪、咽干,故增加眼及咽喉耳穴。曹吉等^[14]研究表明,耳穴压丸治疗过敏性鼻炎能够取得良好的近远期效果,并减少疾病的复发。同时,该方法的安全性高,经济实惠且操作简便,易于患者接受。本文中内鼻、外鼻、眼、咽喉为相应部位取穴,能利通鼻窍、清热明目、通络利咽;肺经伏热证加肺,可宣肺理气,增强肺之卫外功能;外耳为经验用穴,是通鼻要穴;风溪、肾上腺抗过敏、消炎,对毛细血管有收缩作用;内分泌抗过敏,并有增加吸收代偿功能。变应性鼻炎是耳穴压豆的优势病种,通过按压耳部穴位调整机体脏腑功能,在改善患者鼻塞、流涕、喷嚏、鼻痒的症状时,取得了满意的临床疗效^[15]。

“十四五”时期全面推进健康中国战略对中医护理事业发展提出了新要求,护理事业高质量发展为中医护理事业发展带来了新机遇,快速发展的信息化技术为中医护理事业发展创造了新条件^[16]。本文中,患者经西医治疗效果欠佳,同时畏惧口服中药及针灸治疗,在以中医情志护理及饮食调护为主的健康宣教的基础上,辨证施以耳部刮痧及耳穴压豆护理技术,能够有效改善肺经伏热型变应性鼻炎患者的症状。中医护理的优势和价值体现在无需服药或注射的情况下,患者可以享受到舒适和满意的治疗过程。这种治疗方式不仅减少了患者的痛苦,还提高满意度。但本文仅

涉及1例患者,存在一定的局限性,望今后能开展多中心、大样本的跟踪研究,以进一步验证其科学性与可靠性。

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] 陈旭青, 马华安, 周龙云, 等. 黄芪甲苷对变应性鼻炎模型小鼠改善作用的机制初探[J]. 中国药房, 2021, 32(10): 1187-1195.
CHEN X Q, MA H A, ZHOU L Y, et al. Preliminary study on the improvement effects of astragaloside IV on allergic rhinitis model mice [J]. China Pharm, 2021, 32(10): 1187-1195. (in Chinese)
- [2] 中国医师协会儿科医师分会儿童耳鼻咽喉专业委员会. 儿童过敏性鼻炎诊疗: 临床实践指南[J]. 中国实用儿科杂志, 2019, 34(3): 169-175.
OTOLARYNGOLOGY PROFESSIONAL COMMITTEE, PEDIATRICIAN BRANCH CHINESE MEDICAL DOCTOR ASSOCIATION. Clinical practice guideline: diagnosis and treatment in children with allergic rhinitis [J]. Chin J Pract Pediatr, 2019, 34(3): 169-175. (in Chinese)
- [3] LIVA G A, KARATZANIS A D, PROKOPAKIS E P. Review of rhinitis: classification, types, pathophysiology [J]. J Clin Med, 2021, 10(14): 3183.
- [4] 尚云冰, 于宜平. 50例变应性鼻炎中医辨治经验 [J]. 中国医学文摘(耳鼻咽喉科学), 2022, 37(3): 10, 1-2.
SHANG Y B, YU Y P. Experience in traditional Chinese medicine differentiation and treatment of 50 cases of allergic rhinitis [J]. Chin Med Dig Otorhinolaryngol, 2022, 37(3): 10, 1-2. (in Chinese)
- [5] 杨桃. 采用生理盐水鼻腔冲洗对过敏性鼻炎患儿症状的改善作用 [J]. 中国医学文摘(耳鼻咽喉科学), 2022, 37(2): 148-149, 152.
YANG T. Effect of nasal irrigation with normal saline on symptoms of children with allergic rhinitis [J]. Chin Med Dig Otorhinolaryngol, 2022, 37(2): 148-149, 152. (in Chinese)
- [6] 陈颖, 曹红京, 李宁, 等. 中医情志护理在手术室中的应用 [J]. 中西医结合护理, 2022, 8(7): 93-95.
CHEN Y, CAO H J, LI N, et al. Traditional Chinese Medicine emotional nursing in the surgical care [J]. Chin J Integr Nurs, 2022, 8(7): 93-95. (in Chinese)
- [7] 孙凌云, 彭蓉晏, 刘稼玺, 等. 中医情志护理在结直肠癌根治术后患者心身康复中应用现状及 Meta 分析 [J]. 中西医结合护理, 2023, 9(5): 8-16.
SUN L Y, PENG R Y, LIU J X, et al. Current Application and Meta-analysis of Traditional Chinese Medicine emotional nursing for colorectal cancer patients' psycho-somatic rehabilitation after radical surgery [J]. Chin J Integr Nurs, 2023, 9(5): 8-16. (in Chinese)
- [8] 王采, 常明思. 局部通窍刮痧技术治疗1例肺脾气虚型变应性鼻炎患儿的护理体会 [J]. 中西医结合护理, 2022, 8(6): 115-119.
WANG C, CHANG M S. Unblocking stuffy orifice and scraping technique for a child with allergic rhinitis of Qi deficiency of lung and spleen and related nursing measures [J]. Chin J Integr Nurs, 2022(6): 115-119. (in Chinese)
- [9] 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)
- [10] 郭晓庆, 朱任良, 罗秋兰. 283例变应性鼻炎患者中医体质与证型相关性研究 [J]. 世界中医药, 2020, 15(15): 2331-2335.
GUO X Q, ZHU R L, LUO Q L. Study on the correlation between Chinese medicine constitution and Chinese medicine syndromes in 283 patients with allergic rhinitis [J]. World Chin Med, 2020, 15(15): 2331-2335. (in Chinese)
- [11] 王平川, 侯薇, 马戈, 等. 辛夷清肺饮加味联合氯雷他定片治疗急性发作期变应性鼻炎(肺经伏热证)的疗效观察 [J]. 中国中医急诊, 2022, 31(5): 881-883.
WANG P C, HOU W, MA G, et al. Clinical observation on modified XinyiQingfei Decoction combined with loratadine tablets in treating acute exacerbation allergic rhinitis (stagnation of heat in lung meridian) [J]. J Emerg Tradit Chin Med, 2022, 31(5): 881-883. (in Chinese)
- [12] 赵玲玲, 谢薇, 刘青, 等. 耳穴“三序”疗法治疗慢性失眠30例 [J]. 中西医结合护理, 2022, 8(6): 27-30.
ZHAO L L, XIE W, LIU Q, et al. Treatment of 30 cases of chronic insomnia by a three-step auricular acupoint therapy [J]. Chin J Integr Nurs, 2022, 8

- (6): 27-30. (in Chinese)
- [13] 刘文燕, 朱海燕, 熊丹. 耳穴刮痧联合常规治疗及护理干预过敏性鼻炎的疗效[J]. 实用临床医学, 2022, 23(2): 107-108, 111.
- LIU W Y, ZHU H Y, XIONG D. Effect of auricular point scraping combined with routine treatment and nursing intervention on allergic rhinitis[J]. Pract Clin Med, 2022, 23(2): 107-108, 111. (in Chinese)
- [14] 曹吉, 严啸天. 加用王不留行籽贴压耳穴治疗过敏性鼻炎疗效观察[J]. 广西中医药, 2021, 44(2): 21-23.
- CAO J, YAN X T. Observation on the adding Wangbuliuxing seed on the acupoints in the treatment of allergic rhinitis[J]. Guangxi J Tradit Chin Med, 2021, 44(2): 21-23. (in Chinese)
- [15] 李蕾, 张路, 杨怀中. 耳穴贴压治疗变应性鼻炎脾肺气虚证的临床观察[J]. 中国中医基础医学杂志, 2018, 24(6): 815-817.
- LI L, ZHANG L, YANG H Z. Clinical observation on auricular point sticking therapy for allergic rhinitis with deficiency of lung and spleen[J]. Chin J Basic Med Tradit Chin Med, 2018, 24(6): 815-817. (in Chinese)
- [16] 唐玲, 郭红, 祝静, 等. 《北京市“十四五”中医护理发展规划》解读[J]. 中西医结合护理, 2022, 8(7): 157-162.
- TANG L, GUO H, ZHU J, et al. Interpretation of the 14th five-year plan for the development of traditional Chinese medicine nursing in Beijing[J]. Chin J Integr Nurs, 2022, 8(7): 157-162. (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。