

DOI:10.12209/CAIM202307250003

· 中西医结合临床案例 ·

耳穴压豆和耳穴按摩技术治疗 1例智齿牙痛患者的护理体会

赵佳璐¹, 唐玲², 王华新², 肖锐锐¹

(1. 北京中医药大学东方医院 核酸检测门诊, 北京, 100078;

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例智齿患者牙痛期间运用耳穴压豆和耳穴按摩治疗的护理经验,包括护理评估、耳穴压豆和耳穴按摩操作方法、注意事项以及心理护理、饮食护理等常规护理。基于中医辨证施护理论指导,采取耳穴压豆和按摩并辅以中西医护理措施,能有效缓解智齿患者牙痛症状,稳定情绪,从而缓解病情。

关键词: 耳穴压豆; 耳穴按摩; 智齿; 牙痛; 护理

Nursing experience of a patient with wisdom tooth toothache for epoint pressure bean and ear acupoint massage technology

ZHAO Jialu¹, TANG Ling², WANG Huaxin², XIAO Ruirui¹

(1. Nucleic Acid Test Clinic, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078;

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

ABSTRACT: This paper summarizes the nursing experience of a case of wisdom tooth patient with ear point pressure bean and ear point massage treatment, including nursing evaluation, ear point pressure bean and ear point massage operation methods, matters needing attention, psychological nursing, dietary nursing and other routine nursing. Based on the theoretical guidance of TCM syndrome differentiation and nursing, the ear acupuncture and massage and western medicine nursing measures can effectively relieve the toothache symptoms of wisdom tooth patients, stabilize the mood, so as to relieve the condition.

KEY WORDS: ear point pressure beans; ear point massage; wisdom teeth; toothache; nursing

牙痛是口腔临床疾病常见的症状之一,多由牙齿本身、牙周组织及牙齿邻近组织疾病所引起。与智牙冠周炎、龋齿、牙髓炎、根尖周围炎、牙周炎等疾病相关^[1]。其中智牙冠周炎疼痛是临床最常见的牙痛病之一,其多以急性炎性形式出现,临床症状主要表现为自觉患侧磨牙后区肿胀不适、张口受限、疼痛难忍、咀嚼吞咽困难,严重影响患者的日常生活。其临床治疗多以消炎止痛为主,但多易复发。本文应用耳穴压豆和耳穴按摩技术治疗1例智齿牙痛患者,能够快速有效地改善患者的疼痛症状,防止炎症复发,取得了较好的临床效果,现报告如下。

1 临床资料

患者女性,20岁,职员。病史摘要:既往史:7年前曾于外院行阑尾切除术,术后恢复良好。过敏史:否认其他药物及食物过敏史。患者于2021年10月26日以“智齿牙痛”就诊。患者主诉3天前无明显诱因于左侧上牙齿疼痛,未给予重视,自觉疼痛加重,下颌部、面部肿胀。刻下症见:患者牙龈红肿,吞咽及咀嚼时疼痛感强烈,牙齿周围的软组织有压痛感,在牙齿牙龈盲袋内有肿胀的脓性分泌物溢出,下颌部、面部肿胀,张口受限,纳谷不香,二便调,夜寐不安。舌象脉象:舌红,有裂纹,边尖无苔,舌中部及根部黄腻苔,脉弦滑数。

收稿日期:2023-07-25

通信作者:王华新, E-mail: wanghuaxin1972@126.com

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

就诊时测量生命体征:体温 36.5℃, 心率 70 次/分, 呼吸 20 次/分, 血压 108/68 mm Hg。中医特色护理予以耳穴压豆及耳穴按摩, 1 次/d, 3d 为一疗程, 并辅以相关护理措施。治疗前患者疼痛数字评分量表(NRS)评分为 9 分, 经过 3 d 治疗, 评分降为 1 分, 效果显著。1 周后随访牙痛症状消失, 未复发。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 智齿牙痛的辨证分型:胃火上炎、气血壅滞

2.1.2 疼痛症状评估:疼痛评分采用 NRS 量表评估, 量表由 0~10 共 11 个数字组成, 量化患者的主观疼痛程度, NRS 指数 0 代表无痛, 1~3 为轻度疼痛, 4~6 为中度疼痛, 7~10 为重度疼痛, 评分越高, 疼痛程度越重。本病例患者治疗前 NRS 评分为 9 分。

2.2 护理措施

2.2.1 中医特色护理:在智齿牙痛患者的临床护理中, 应用中医护理进行干预和指导, 能够提高临床护理效果。

2.2.1.1 中医情志调护:护士多与患者沟通, 积极与患者沟通交流, 向患者讲解牙疼原因及治疗的必要性和重要性, 明确依从性对治疗效果的影响, 以期提高患者治疗依从性^[2]。音乐疗法作为非药物干预措施已经被广泛应用于疼痛控制。根据患者疾病辨证分型, 播放不同的类型的五行音乐, 能够更有效地改善患者机体内环境, 维护正常生理功能和健康心理状态, 减轻疼痛程度及不适感^[3]。五音疗法是基于五行相生相克的理论, 五音入五脏^[4], 结合不同病因病机以及对音乐的偏好辨证治疗。角音可疏肝; 徵音可养心; 宫音可健脾; 商音可清肺; 羽音可补肾。在每日上午、下午、睡觉前分别播放相应的音乐, 每次播放 15~20 min。

2.2.1.2 耳穴压豆:用胶布将王不留行籽贴压于耳廓上的相应穴位, 通过按揉等方法, 刺激穴位, 使耳廓产生酸麻胀痛的感觉^[5], 进而起到疏通经络, 调和气血, 平衡阴阳等作用。方法:①选穴, 用探棒在耳廓上找阳性反应点。主穴:神门、胃、心。配穴:牙痛点、肾、枕、交感、皮质下等穴。②方法:选取心、胃、肾、交感、皮质下、神门等穴位, 采用 75% 的酒精消毒, 使用王不留行籽贴在耳穴处, 同时按压穴位, 3~4 次/d, 3~5 分钟/次。③嘱

患者观察贴压部位皮肤情况, 保持清洁干燥, 如有红肿破溃及时取下。现代医学认为, 中枢神经系统和人体分布于耳廓区域的神经关联密切, 采用耳穴疗法对痛觉感受器施加刺激, 增强冲动传导, 可有效提升镇痛效应。当耳穴受到刺激后可使机体内啡肽的生成能力得到明显的提升, 并且内啡肽的增多会直接作用于脑啡肽受体从而发挥辅助自体镇痛的效果, 并且刺激耳穴在一定程度上能够调动体液的抑痛、抗痛因素, 从而提升机体自身疼痛阈值, 对改善机体多器官功能具有一定作用。

2.2.1.3 耳穴按摩:研究表明, 耳穴按摩可有效缓解患者的焦虑、紧张不安等情绪, 促进患者的康复。护士指导患者取平卧位, 操作者站在其头侧, 由经过培训的专业护士对患者实施耳穴按摩, 并进行耳穴按摩知识的讲解。操作前评估患者的耳廓皮肤情况、对疼痛的耐受程度以及配合程度, 告知患者操作的方法及注意事项。护士先用 75% 酒精进行耳廓清洁, 手部涂抹按摩油后对耳廓按摩调动耳廓气血。按摩耳廓时分别用按、摩、揉、搓、捏、点、掐等手法对耳廓正面、背面及耳廓部穴位按摩, 以激发精气, 通经活络, 调理脏腑^[6]。耳穴按摩具体方法包括^[7]:①按揉耳门、听宫、听会、下耳根、耳迷根、上耳根, 用食指按顺序按压 7~8 次, 按压 5 个循环。②双手掌心搓热, 用掌根从耳背与头颅交界线向前把耳廓压倒, 掌心向前滑动按摩 4 个 8 拍。双手掌心搓热, 耳廓向前折掌心盖住耳廓背面打圈按摩 4 个 8 拍。③按揉神门穴, 用拇指、食指分别在神门穴对应位置按摩 4 个 8 拍。④按揉胃穴, 用拇指、食指前后对应区按摩 4 个 8 拍。⑤按揉心穴, 用拇指食指前后对应区按摩 4 个 8 拍。⑥按摩耳垂与颜面部交界线, 用拇指、食指前后对应从上到下按摩 4 个 8 拍。注意:在按摩过程中, 要配合轻柔的语言疏导, 让患者放松; 操作的手法要轻柔, 按压力度适中, 以患者自感耳廓微感发热为宜; 密切观察患者的面部表情, 询问主诉; 操作前还应注意, 要修剪好指甲, 避免伤及患者^[8]。

2.2.2 辨证施膳:护理人员根据医生辨证论治分型给予饮食指导。患者属于胃火上炎、气血壅滞证。因此临床治疗也当以清胃泻火凉血止痛为主。

护理人员指导患者宜饮食以清淡易消化为主, 多食新鲜蔬菜、水果, 如西瓜、黄瓜、绿豆、冬瓜、苦瓜等清肝胆之火之品^[9]。嘱咐患者近几日

禁食辛辣及饮酒,以防加重病情;可吃流质或半流质,不吃过硬、过热的食物,可食温凉、稀软的面条、稀饭等^[1]。鼓励智齿患者尽可能的多引用白开水,这可以最大限度的稀释患者体内的毒素。疾病的治疗与调养有着密不可分的关系,“民以食为天”,正确合理的膳食,不仅是维持人体生命活动的物质基础,它对疾病的康复也有着促进作用^[10]。

2.2.3 基础护理:护理人员嘱患者定期修剪指甲,保持皮肤完整性,告知并指导患者正确服用消炎止痛的药物,指导患者顺应天气变化避风寒,慎起居,保持居住环境安静,空气清新,温湿度适宜,体位舒适,日常生活用品合理放置,定期更换床单位和病号服,戒烟戒酒。

2.2.4 专科护理:指导患者注意口腔卫生,每餐过后及时清洗并漱口,每日3次用0.2%洗必泰漱口液含漱,或用黄连、金银花、菊花各15g,甘草3g,煎汤过滤后含漱,每日5~7次。避免食物残渣附着在牙齿的表面,刺激口腔黏膜,影响口腔软组织健康。不要吸吮或用舌头去舔拔牙窝,患者面部肿胀疼痛以及张嘴受到限制,指导患者减少口腔的局部活动,尽可能做到少说话,不要挤压到智齿疼痛的患处,以免炎症扩散,为患者准备冰袋冰敷患处,减少疼痛和肿胀程度。

3 讨论

智牙冠周炎是指智牙萌出不全或阻生时,牙冠周围软组织发生的炎症。智牙冠周炎属中医“齿痛”“牙痛”“胃火牙痛”的范畴^[11]。在中医学理论中,“齿为骨之余”,“肾主骨”,“足阳明胃经之经络于龈中”。《寿世保元》曰“论一切牙齿肿痛,皆属胃经火盛。多辛热厚味及服温暖之药过多,以致胃热,上下牙痛,牵引头脑而热,甚齿喜冷恶热者”。祖国医学认为牙痛实证居多,多因胃火上炎所致。风热之邪袭于肌表、侵犯胃经,加之长期滋食肥甘厚味、胃部郁热,胃火郁积内蕴,循经上炎口齿,熏蒸牙龈,气血淤滞或龈肉腐化成脓,脓血壅滞则形成齿痛。该患者智牙冠周炎疼痛系因风热邪毒引动胃火上炎而致气血壅滞不通,聚而作肿,胀热疼痛。

中医认为,人体是一个有机整体,耳为十二经脉汇聚之所,内在脏腑与四肢躯干均在耳廓上有相对应点,当人体患病时,耳郭上的对应点就会出现相应反应,选择这些对应点对其进行按压,可调节内在脏腑以及气血。刺激牙痛点可以使局部气

血运行得到改善;神门穴可以安神、镇痛;交感穴可活血止痛、疏经理气、养血安神;皮质下穴可调节大脑皮层兴奋与抑制功能,改善机体组织的功能状态,从而缓解牙齿的疼痛和肿胀;心主神明,取心穴可益气宁神。王不留行籽具有活血通经、消肿止痛的功效,用其作为耳穴压豆的介质来刺激穴位,能够达到镇痛的目的,诸穴相合,实现缓急止痛、疏通经络的效果。

中医学认为“十二经通于耳”,“耳为宗脉之聚”,人体各脏腑器官,四肢躯干在耳廓表面皆呈规律分布,并相互沟通^[12]。中医耳穴按摩可疏肝解郁、镇静安神,调节大脑皮质的兴奋以及抑制,对平衡机体阴阳,改善气血运行有较好效果;还能通过对耳廓附近神经的刺激,改善微循环状态以及自主神经功能,进而减轻患者的负性情绪,维持其体征稳定^[13]。现代医学研究也证实,耳穴按摩对调节内啡肽、神经递质、去甲肾上腺素、5-羟色胺等的释放也有一定作用,能够缓解患者的焦虑、抑郁等情绪^[14]。

综上所述,在临床实践中,对智齿疼痛患者运用中医护理特色技术耳穴压豆、耳穴按摩结合西医护理的方法,简单易行,干预效果理想,使患者尽快恢复,能满足“以患者为中心”的整体护理要求,增强了患者对护理工作的满意度和信任感,有利于护理工作的顺利进行,坚持和发扬中医药特色优势,坚持中医药原创思维,充分利用现代科学技术和方法,推动中医药理论与实践不断发展^[15],值得推广。

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] 都紫微,吕冠华.从“火郁发之”论治牙痛[J].中医临床杂志,2017,29(3):360-361.
DU Z W, LU G H. Application of the dissipate excessive stagnation of fire principle in the treatment of toothache [J]. Clin J Tradit Chin Med, 2017, 29 (3): 360-361. (in Chinese)
- [2] 汤容.心理护理和指导措施在牙疼临床治疗中的作用分析[J].实用临床护理学电子杂志,2018,3(43):117,119.
TANG R. Analysis of the role of psychological nursing and guidance measures in the clinical treatment of toothache [J]. J Clin Nursing's Pract, 2018, 3

- (43): 117, 119. (in Chinese)
- [3] 李苏茜, 芦琳, 唐玲, 等. 中医五行音乐疗法的研究进展[J]. 中西医结合护理, 2022(8): 111-114.
LI S Q, LU L, TANG L, et al. Research progress of Traditional Chinese Medicine five-element music therapy[J]. Chinese Journal of Integrative Nursing, 2022(8): 111-114. (in Chinese)
- [4] 廖娟, 赵楠, 胥微, 等. 中医五行音乐疗法在肿瘤治疗中的应用及护理培训师工作室建设[J]. 中西医结合护理(中英文), 2019, 5(12): 17-19.
LIAO J, ZHAO N XU W, et al. Application of Traditional Chinese Medicine five-elements music therapy in the treatment of cancer and related construction of nursing-trainer workshop[J]. Nurs Integr Tradit Chin West Med, 2019, 5(12): 17-19. (in Chinese)
- [5] 李健, 张乐乐, 周玲玲, 等. 耳穴压丸结合益气养阴方治疗老年带状疱疹后遗神经痛的临床观察[J]. 现代诊断与治疗, 2020, 31(13): 2026-2028.
LI J, ZHANG L L, ZHOU L L, et al. Clinical observation on auricular point pressing pill combined with Yiqi Yangyin recipe in the treatment of senile postherpetic neuralgia[J]. Mod Diagn Treat, 2020, 31(13): 2026-2028. (in Chinese)
- [6] 李玉叶, 张园园, 窦金杰, 等. 耳穴“三部曲”治疗高血压头痛 1 例的护理体会[J]. 中西医结合护理, 2021(11): 126-129.
LI Y Y, ZHANG Y Y, DOU J J, et al. Nursing care of a patient with hypertensive headache treated with a trilogy of auricular therapy[J]. Chinese Journal of Integrative Nursing, 2021(11): 126-129. (in Chinese)
- [7] 贾静, 张颖, 李亚东, 等. 术中心理护理结合耳穴按摩对局部麻醉下椎间孔镜手术患者配合程度的影响[J]. 基层医学论坛, 2021, 25(24): 3470-3471.
JIA J, ZHANG Y, LI Y D, et al. Effect of intraoperative psychological nursing combined with auricular massage on cooperation degree of patients undergoing transforaminal endoscopic surgery under local anesthesia[J]. Med Forum, 2021, 25(24): 3470-3471. (in Chinese)
- [8] 谢彩霞, 唐玲, 陈宏, 等. 耳穴按摩联合术中心理护理在 1 例局部麻醉下乳腺肿物切除患者中的应用[J]. 中西医结合护理, 2022(7): 145-148.
XIE C X, TANG L, CHEN H, et al. Application of auricular acupoint massage combined with psychological nursing for a patient undergoing breast mass resection under local anesthesia[J]. Chinese Journal of Integrative Nursing, 2022(7): 145-148. (in Chinese)
- [9] 阮娜, 陈璐, 郭新一, 等. 中西医结合治疗 1 例带状疱疹患者的护理体会[J]. 中西医结合护理, 2022(7): 135-137.
RUAN N, CHEN L, GUO X Y, et al. Nursing of a patient with herpes zoster treated by integrated traditional Chinese and western medicine[J]. Chinese Journal of Integrative Nursing, 2022(7): 135-137. (in Chinese)
- [10] 王丽, 雷海英. 探讨中医护理干预对牙痛的调养[J]. 新疆中医药, 2019, 37(1): 78-79.
WANG L, LEI H Y. To explore the nursing intervention of traditional Chinese medicine on toothache[J]. Xinjiang J Tradit Chin Med, 2019, 37(1): 78-79. (in Chinese)
- [11] 卢海阔. 清胃散联合针刺治疗智牙冠周炎疼痛临床研究[J]. 中医药临床杂志, 2019, 31(2): 375-377.
LU H K. Clinical research of Qingwei Powder combined with acupuncture in treating toothache[J]. Clin J Tradit Chin Med, 2019, 31(2): 375-377. (in Chinese)
- [12] 马孟婕, 张留巧, 王晴, 等. 耳穴贴压在围手术期护理中的应用现状研究[J]. 中国中医药现代远程教育, 2020, 18(13): 162-164.
MA M J, ZHANG L Q, WANG Q, et al. Research on the application of auricular point pressure in perioperative nursing[J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2020, 18(13): 162-164. (in Chinese)
- [13] 邓雪琴. 术前中医情志护理对局部麻醉择期手术患者不良心理应激反应的影响[J]. 新中医, 2019, 51(6): 278-280.
DENG X Q. Effect of preoperative emotional nursing in Chinese medicine on adverse psychological stress response in patients undergoing elective surgery for local anesthesia[J]. J N Chin Med, 2019, 51(6): 278-280. (in Chinese)
- [14] 周丽端. 术中舒适护理在经皮后外侧椎间孔镜下髓核摘除术中的实施效果[J]. 基层医学论坛, 2020, 24(3): 422-423.
ZHOU L D. Effect of intraoperative comfortable nursing in percutaneous retrolateral intervertebral foramen endoscopic nucleotomy[J]. Med Forum, 2020, 24(3): 422-423. (in Chinese)
- [15] 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(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]. Chi-

nese Journal of Integrative Nursing, 2022(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。