

DOI: 10. 12209/CAIM202307290002

· 中西医结合临床案例 ·

1 例便秘伴腹胀高龄患者结肠镜检查的护理体会

王 爽¹, 郑红梅¹, 陈 宏², 高冬华¹

(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 外二乳腺科, 北京 100078)

摘要: 本文总结 1 例便秘伴腹胀高龄患者结肠镜检查的护理经验。在完善入院评估的基础上, 加强结肠镜检查围手术期护理, 运用中医穴位按摩配合腹部按摩方法缓解患者电子结肠镜检查前后便秘腹胀症状, 开展功能锻炼和延续护理指导, 为患者及家属提供系统全面的护理干预。

关键词: 便秘; 腹胀; 高龄; 结肠镜检查; 护理

Nursing experience of colonoscopy in an elderly patient with constipation and abdominal distension

WANG Shuang¹, ZHENG Hongmei¹, CHEN Hong², GAO Donghua¹

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

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

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of colonoscopy in an elderly patient with constipation and abdominal distension. On the basis of improving the admission assessment, the perioperative care of colonoscopy was strengthened, and the acupressure massage of Traditional Chinese Medicine combined with abdominal massage was used to alleviate the symptoms of constipation and bloating before and after electronic colonoscopy. The functional exercise was carried out and continuation of nursing guidance was applied. The systematic and comprehensive nursing intervention was provided for the patient and her family.

KEY WORDS: Constipation; Abdominal distension; advanced age; Colonoscopy; nursing

结肠镜是结直肠癌筛查的金标准^[1]。便秘系指排便结不通, 排便间隔延长, 或排便困难、排便次数减少、粪便干结坚硬。应在肠道准备前对病人的饮食结构、排便习惯、肠道功能状态等进行全面了解, 在肠道准备前给予病人有效的干预, 以取得更理想的肠道准备效果^[2]。电子结肠镜检查后由于在操作过程中需要大量注气、注水来充分扩张肠腔, 术后病人容易出现不同程度的腹胀, 给病人带来一定的痛苦, 尤其是老年病人生理功能低下, 体弱多病, 适应能力下降, 因而更容易出现并发症。从中医角度来看, 结肠镜进入肠道势必会给患者脏腑的气机和功能造成一定的损伤, 主要表现为肠腑气滞、寒凝, 尤其直接影响结肠表面络脉, 致气血失和, 从而造成腹胀、腹痛等不适症状的发生^[3]。通过穴位及腹部按摩能加强肠蠕动, 促进胃肠蠕动功能恢复, 在不影响病情的前提

下, 患者容易接受。本文总结 1 例便秘伴腹胀高龄患者结肠镜检查的护理体会, 现报告如下。

1 病例资料

患者女性, 86 岁, 于 2023 年 6 月 5 日由门诊收入院, 因排便困难伴腹胀等消化道不适症状就诊。中医诊断: 便秘(湿热蕴结证); 西医诊断: 便秘(功能性便秘? 消化道肿瘤?)。查体, 望: 神志清楚, 精神可, 面色正常, 形体适中, 活动自如; 闻: 言语正常, 语声适中, 无异常气体; 问: 体质量下降, 头晕乏力、腹胀、便秘; 切: 脉滑数。患者无大肠手术史、无凝血功能障碍及血小板减少; 2 周内未服用非甾体类抗炎药物及抗血小板聚集药物, 无其他系统恶性病变。入院后, 遵医嘱 6 月 8 日行电子结肠镜检查, 患者检查前后腹胀, 采取检查围手术期护理、穴位按摩及腹部按摩等中医治疗方法, 便

收稿日期: 2023-07-29

通信作者: 高冬华, E-mail: 172339663@qq.com

OPEN ACCESS

www. case. jcme. net. cn

秘、腹胀症状明显好转,于6月12日出院。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 诊断标准

中医诊断标准:便秘参照《便秘中医诊疗专家共识意见(2017)》^[4]进行诊断,即:大便干结,有便意但临厕排便困难,且便后乏力,体质虚弱,舌淡苔白,脉细数。①阴虚热郁证:口苦咽干,便干尿黄,舌红苔黄,脉弦。②肝郁脾虚证:食少纳呆,便溏不爽,口渴喜饮,倦怠乏力,苔白或腻,脉弦或细。西医诊断标准:便秘参考罗马 III^[5] 诊断标准。

2.1.2 便秘评估

便秘症状评分^[6]分为排便费力度、蹲厕时间、粪便性状、排便排空、排便次数5个维度,分四级,分别对应0、2、4、6分,评分越高表示排便越差。

2.1.3 中医证候积分

中医证候积分参照《中药新药临床研究指导原则(试行)》,包括8个维度(胸脘腹胀、头身困重、倦怠乏力、口渴少饮、大便不爽、体型肥胖、小便赤黄、心烦失眠),按照无(0)、轻度(2)、中度(4)、重度(6)进行评分,得分越高患者临床症状越严重^[7]。

2.2 护理实施

2.2.1 心理护理

患者及家属对出现的便秘腹胀感,影响正常排便以及结肠镜检查时可能出现的不适情况,表现出紧张的情绪。护士向患者及家属讲解结肠镜检查的方法及注意事项,给予患者心理疏导,指导患者勿紧张,给予患者听轻音乐,如钢琴曲、催眠曲等。柔润清纯、悠扬沉静等不同风格的乐曲可分散注意力。中医五行音乐疗法作为情志护理手段,是一种非药物的绿色疗法,尤其对缓解精神紧张有显著效果^[8]。

2.2.2 结肠镜检查饮食护理

检查前1~2天无渣半流质饮食(如:粥、面条),勿食肉、蔬菜、带籽水果(如:火龙果、猕猴桃等),检查当天禁食。

2.2.3 肠道准备护理指导

为了提高病变检出率,高质量的肠道准备至关重要^[9]。对患者予检查前3日每日2~3次口服番泻叶的方法,提高清肠效果。在服用聚乙二醇电解质散的整个过程中,配合饮用90~120 ml的橙汁,该方法改善了病人服药的口感。发放一次性量杯,指导患者正确服用肠道清洁药物。患者

术前1天进流食,晚餐后禁食,晚餐后口服3盒复方聚乙二醇电解质散,手术当日08:00左右口服2盒复方聚乙二醇电解质散进行肠道准备。分次均衡饮水对老年患者胃肠及心肺功能影响减轻,也易于被老年患者接受;而水温过凉过热容易发生胃部不适及腹痛,水温过热容易通过汗液发散,影响其在胃肠道的积聚;老年患者喜欢喝热水,故水温在37~40℃为宜。

如有严重腹胀或不适,可放慢服用速度或暂停服用,待症状消除后再继续服用,直至排出清水样便,可以不再继续服用。指导患者口服泻药后,可根据身体耐受情况,进行适当地走动。运动是肠道准备的保护因素,可影响药物的吸收。

2.2.4 结肠镜检查中护理

帮助患者采用左侧屈膝卧位,松解衣服,注意保护患者隐私,尽量减少暴露。给予患者氧气吸入,心电监护。协助操作医生进行插镜,动作轻柔,检查过程注意观察患者生命体征。可以运用舒适护理技巧,帮助患者建立积极的信念,从而形成强烈的、积极的心理暗示,指导其重构内心世界,消除不良情绪,提高治疗依从性^[10]。

2.2.5 结肠镜检查后护理

采用穴位按摩配合腹部按摩的护理方法缓解患者腹胀。具体方法:①选穴:选取足三里穴、合谷穴。②定位:以病人的手指为标准来定取穴位即“手指同身寸取穴法”。足三里位于屈膝外膝眼下3寸胫骨前缘旁开一横指处;合谷位于手背第一掌骨、第二掌骨之间,第二掌骨桡侧中点稍偏食指处。③按摩手法:用手指的螺纹面吸定于足三里穴位上以肘部为支点,前臂带动腕和指作轻柔缓和回旋运动,用力由轻到重,按压到达机体组织的深层停留片刻,再由重到轻旋回,按摩50次。再用手掌心放于病人手背侧,大拇指着力于合谷穴位上来回环摩,左右手各50次,按摩合谷穴时朝小指方向用力。按摩足三里和合谷穴后,再顺时针方向按摩腹部,取仰卧位,双手掌重叠以肚脐为圆心在中腹下腹部沿着顺时针方向摩动2分钟,以腹内产生热感为宜。

2.2.6 功能锻炼与延续性护理

2.2.6.1 养成良好习惯:告知患者运动对预防术后便秘的重要性,鼓励患者尽可能自主完成日常生活^[11]。维持大便通畅是非常重要的。督促患者培养周期性排便习惯、加强肠肌力量与协调性。饮食上注意少食多餐,避免进食过多食物而使肠

道负担加重;多吃富含纤维和碳水化合物的食品,防止便秘。同时,还要适当增加运动次数和时间,保证充足睡眠。教会患者简单取穴和按摩手法,以更好的提高预后疗效^[12]。

2.2.6.2 运动指导:引导患者适当地进行有氧运动如做操、散步、太极拳和气功。每天练习肛周舒缩动作,即将肛门及会阴故意缩紧5 s,然后舒张5 s,重复10次后每天练3次来提高肛门外括约肌、耻骨直肠肌及肛提肌任意收缩的能力,促使大便畅通。嘱患者出院后养成并坚持良好的生活习惯^[13]。

2.2.6.3 药物干预:护士及时对患者及家属进行可能引起便秘的药物及风险的健康教育。常用药物:容量型泻药(纤维素),能加速结肠或全胃肠道的运输,吸附水分,使大便容易排出;生理盐水泻盐(硫酸镁)在肠道内不易吸收,形成肠腔高渗状态,具有强而快速的泻药作用;刺激性泻剂(番泻叶、蓖麻油)口服后,在肠内形成可溶性钠盐,刺激肠膜,促进肠蠕动,并阻止肠液被肠壁吸收而起通便作用。

3 结果和随访

该患者成功完成结肠镜检查,结肠镜报告提示大肠黑变病。治疗前患者胸脘腹胀、头身困重、倦怠乏力、大便不爽、体型肥胖、小便赤黄、心烦失眠得分分别为4分、4分、4分、6分、4分、4分、2分,中医证候积分总分28分;治疗后分别降为2分、2分、0分、2分、2分、0分、0分,总分8分,症状明显缓解。治疗前患者排便费力度、蹲厕时间、粪便性状、排便排空、排便次数得分分别为6分、4分、4分、4分、6分,便秘症状评分总分24分,治疗后分别降至2分、2分、0分、2分、2分,总分8分。

患者出院后1周,进行电话随访,询问患者有无腹痛腹胀,大便情况。患者遵从护理指导,无腹痛腹胀,大便1次/日。提醒患者定期进行结肠镜复查。

4 讨论

结肠镜检查很重要,很普遍。因操作时间较长,术中为了充分暴露肠腔而注入较多空气,术后易引起腹部胀气,且老年病人随着年龄的增加,整体机能减退,多数病人多种疾病,胃肠功能差,检查后更易出现腹胀,因此要采取有效措施来缓解病人的腹胀,以减轻病人痛苦。

经络学说认为,穴位与经络密切相关,穴位归于经络,经络属于脏腑,穴位与脏腑脉气相通。在

穴位中足三里穴是足阳明胃经的主要穴位之一,亦是治疗胃肠道疾病的常用穴位,合谷穴是手阳明大肠经的原穴,为大肠经元气所输注之处,故可调节胃肠功能。《难经》所论,元气代表原穴,元穴是脏腑元气留止之处,脏腑发生疾病时,就会相应地反映到原穴上来,《灵枢·九针十二原》说:“五脏有疾也,当取之十二原”。足三里穴和合谷穴均有治疗腹胀的作用,刺激两穴位能够使胃肠蠕动有力而规律,促进胃肠功能恢复。

足三里穴和合谷穴还具有和胃降气之功效。随着肠管蠕动的恢复,出现肛门排气,是胃肠功能恢复的表现。采用按摩刺激穴位的方法通过气血经络的运行,增加了经络循行路线所至之处的器官功能,故可增强肠蠕动,使肠内积存的气体尽快排出,促进胃肠功能的恢复。患者通过对足三里穴和合谷穴按摩刺激激发胃阳明经及大肠经的元气,可以使机体血气通畅,调动体内正气,发挥其维护正气抗御病邪的作用,配合适当的腹部按摩帮助病人清除肠内积存的气体,作用于整个大肠达到增强肠蠕动,尽快恢复胃肠功能。运用新技术、新手段深化优质护理,丰富和拓展护理服务的广度和内涵^[14]。

综上所述,加强结肠镜检查围手术期护理,运用中医穴位按摩配合腹部按摩方法,对改善患者电子结肠镜检查前后便秘腹胀症状效果显著,能有效缓解病人的便秘、腹胀症状,操作简便,护士易于掌握,病人容易接受,尤为适用于老年病人,值得推广使用。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 陈万青,李霓,兰平,等.中国结直肠癌筛查与早诊早治指南(2020,北京)[J].中国肿瘤,2021,30(1):1-28.
CHEN W Q, LI M, LAN P, et al. Guideline for the screening, early detection and early treatment of colorectal cancer in China (2020, Beijing) [J]. China Cancer, 2021, 30(1): 1-28. (in Chinese)
- [2] 宋鸿寅,王震华,李艳,等.胃肠康复治疗对脑卒中后便秘患者生活质量以及P物质、5-羟色胺的影响[J].胃肠病学,2022,27(4):239-244.
SONG H Y, WANG Z H, LI Y, et al. Effect of gastrointestinal rehabilitation on quality of life, substance P and 5-hydroxytryptamine in constipation patients after stroke [J]. Chin J Gastroenterol, 2022,

- 27(4): 239–244. (in Chinese)
- [3] 陈一秀, 曹艳霞, 罗晓颖, 等. 芍药甘草汤化裁热敷对患者结肠镜检查相关不适症状的影响: 随机对照单盲临床试验[J]. 中医杂志, 2023, 64(10): 1017–1021.
- CHEN Y X, CAO Y X, LUO X Y, et al. Effect of hot compress of Shaoyao Gancao Decoction modification on the discomfort symptoms related to colonoscopy [J]. *J Tradit Chin Med*, 2023, 64(10): 1017–1021. (in Chinese)
- [4] 张声生, 沈洪, 张露, 等. 便秘中医诊疗专家共识意见(2017)[J]. 中医杂志, 2017, 58(15): 1345–1350.
- ZHANG S S, SHEN H, ZHANG L, et al. Consensus opinion of TCM diagnosis and treatment experts on constipation (2017) [J]. *J Tradit Chin Med*, 2017, 58(15): 1345–1350. (in Chinese)
- [5] 陈婷, 唐旭东, 王凤云, 等. 功能性消化不良中西医临床诊断分型的思考[J]. 中医杂志, 2016, 57(7): 563–566.
- CHEN T, TANG X D, WANG F Y, et al. Thoughts on functional diagnostic classification of dyspepsia in Chinese medicine and western medicine [J]. *J Tradit Chin Med*, 2016, 57(7): 563–566. (in Chinese)
- [6] 吕建琴, 王成伟, 刘梦阅, 等. 电针深刺对功能性便秘患者排便次数及大便性状的影响[J]. 针刺研究, 2017, 42(3): 254–258.
- LV J Q, WANG C W, LIU M Y, et al. Observation on the efficacy of electroacupuncture for functional constipation[J]. *Acupunct Res*, 2017, 42(3): 254–258. (in Chinese)
- [7] 姚微, 王春红, 徐卫红, 等. 中药膏摩联合穴位贴敷治疗1例糖尿病患者便秘的护理体会[J]. 中西医结合护理, 2023(2): 165–169.
- YAO W, WANG C H, XU W H, et al. Nursing of a diabetic patient with constipation treated with Traditional Chinese Medicine ointment rubbing therapy combined with acupoint application[J]. *Chin J Integr Nurs*, 2023(2): 165–169. (in Chinese)
- [8] 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]. *Chin J Integr Nurs*, 2022(8): 111–114. (in Chinese)
- [9] 程佳琪, 游云, 李丹, 等. 复方聚乙二醇电解质散联合利那洛肽在肠道准备中的效果: 一项临床随机对照研究[J]. 胃肠病学, 2022, 27(5): 284–288.
- CHENG J Q, YOU Y, LI D, et al. Efficacy of compound polyethylene glycol electrolyte powder combined with linaclotide in bowel preparation: a clinical randomized controlled study[J]. *Chin J Gastroenterol*, 2022, 27(5): 284–288. (in Chinese)
- [10] 李艳林, 唐玲, 祁欢, 等. 心理护理干预联合五音疗法在结肠镜检查患者中的应用[J]. 中西医结合护理, 2023(2): 60–63.
- LI YANLIN TANG L, QI H, et al. Application of psychological intervention combined with five-tone music therapy for patients undergoing colonoscopy [J]. *Chin J Integr Nurs*, 2023(2): 60–63. (in Chinese)
- [11] 习嘉宁, 岳辰, 李红军, 等. 麻子仁丸对单侧全髋关节置换术患者术后便秘发生的影响[J]. 中医杂志, 2021, 62(2): 143–146.
- XI J N, YUE C, LI H J, et al. Maziren pill (麻子仁丸) for preventing constipation after unilateral total hip arthroplasty [J]. *J Tradit Chin Med*, 2021, 62(2): 143–146. (in Chinese)
- [12] 冯爽, 孙明丽, 孙磊, 等. 五行音乐联合穴位按摩治疗带状疱疹后遗神经痛1例的护理体会[J]. 中西医结合护理, 2023(4): 118–121.
- FENG S, SUN M L, SUN L, et al. Five-element music therapy combined with acupoint massage and nursing management for a patient with postherpetic neuralgia [J]. *Chin J Integr Nurs*, 2023(4): 118–121. (in Chinese)
- [13] 刘云超, 郭连, 王楠楠, 等. 揶针联合耳穴压丸治疗1例急性阑尾炎患者术后疼痛的护理体会[J]. 中西医结合护理, 2023(4): 110–113.
- LIU Y C, GUO L, WANG N N, et al. Nursing of a patient with postoperative pain of appendicitis treated with thumbtack needling combined with auricular acupoint pressing therapy [J]. *Chin J Integr Nurs*, 2023(4): 110–113. (in Chinese)
- [14] 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]. *Chin J Integr Nurs*, 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。