

DOI: 10.12209/CAIM202308300017

· 中西医结合临床案例 ·

1例寒凝血瘀型原发性痛经患者的护理

周晓艳¹, 张园园¹, 沈娟¹, 李玉叶¹, 王星予¹, 李野², 唐玲²

(1. 北京中医药大学东方医院 心内科, 北京 100078;

2. 北京中医药大学东方医院 护理部, 北京 100078)

摘要: 本文总结中药塌渍联合火疗法治疗1例寒凝血瘀型原发性痛经患者的护理体会。在中医理论指导下, 基于辨证分型, 予寒凝血瘀型原发性痛经患者温经散寒、活血化瘀的中医护理技术, 有效改善了患者疼痛症状。

关键词: 原发性痛经; 寒凝血瘀型; 中药塌渍; 火疗法; 中医护理

Nursing of a patient with primary dysmenorrhea of cold coagulation and blood stasis type

ZHOU Xiaoyan¹, ZHANG Yuanyuan¹, SHEN Juan¹, LI Yuye¹, WANG Xingyu¹,
LI Ye², TANG Ling²

(1. Department of Cardiology, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100078;

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

ABSTRACT: This article summarized the nursing experience of a patient with primary dysmenorrhea of cold coagulation and blood stasis type treated by traditional Chinese medicine stain collapse combined with fire therapy. Under the guidance of traditional Chinese medicine theory, based on syndrome differentiation and classification, the traditional Chinese medicine nursing technology of warming meridians, dispersing cold, promoting blood circulation and removing stasis in patients with primary dysmenorrhea of cold coagulation and blood stasis can effectively improve the pain symptoms of patients.

KEY WORDS: primary dysmenorrhea; cold coagulation and blood stasis type; Chinese medicine collapse stains; fire therapy; Traditional Chinese Medicine nursing

原发性痛经(Primary Dysmenorrhea, PD)是妇科常见的疾病,是指无生殖器官器质性病变的患者在月经期前后或者行经期下腹发生痉挛性疼痛^[1]。我国妇女痛经发病率为33.19%,其中50%以上为原发性痛经,重度者占13.55%^[2]。由于痛经相关临床表现可能掩盖及延误其他病情或恶性妇科疾病的治疗,从而影响女性生育功能和生命安全。当前西医在原发性痛经方面多选择非甾体类抗炎药物以及避孕药等开展治疗,但是上述药物会出现多种不良反应,患者满意度不高且依从性差^[3]。中医对于痛经的治疗采用辨证论治,根据患者辨证分型给予适宜的中医护理技术。中医护理技术不良反应少,有效率高,能降低复发风

险,改善生活质量,患者易接受^[4]。中药塌渍及火疗法能充分发挥经络和药物的共同作用,共奏温经散寒、化瘀止痛之效,在治疗寒凝血瘀型痛经方面效果显著。本文总结了1例中药塌渍联合火疗法治疗寒凝血瘀型原发性痛经患者的护理体会,现报告如下。

1 临床资料

患者女性,40岁,主因经期小腹疼痛加重于2022年12月26日至我院治疗。刻下症:经前及经期小腹冷痛,得热痛减,经期短且量少,经色暗黑有块,肢冷畏寒,偶恶心呕吐。舌苔白有瘀点,脉弦涩。中医诊断:痛经;辨证分型:寒凝血瘀证;

收稿日期:2023-08-30

通信作者:张园园, E-mail: 823134361@qq.com

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

西医诊断:原发性痛经。患者既往体健,否认食物及药物过敏史。专科查体:影像学检查、盆腔检查无明显器质相关性病变。于2022年12月26日开始,给予患者中药塌渍联合火龙灸治疗,每隔3日1次,1个月为1个周期,共治疗3个周期。未服用任何止痛药物。经过3个周期的治疗,患者COX痛经症状评分量表(CMSS)得分由6分下降至1分,疼痛视觉模拟评分量表(VAS)得分由7分下降至1分,无明显疼痛。患者主诉疼痛及其他症状明显改善。

2 护理

2.1 护理评估

护理评估主要包括以下两点:①痛经评估:痛经的症状及严重程度评估是基于修订后的中文版COX量表^[5],该表涵盖了痛经常伴随的消化系统、神经系统、精神和躯体4方面的症状,共计18个条目,每个条目均采用5级计分法。根据症状的严重程度及持续时间分别计分,得分越高说明病情越严重。②疼痛评估:采用VAS评分法^[6]用于评估病人的主观疼痛程度,量表分为0~10分,分数越高表示疼痛越强烈。

2.2 护理诊断

护理诊断如下:①疼痛与气血运行不畅,痹阻经络有关;②恐惧与痛经症状造成的精神紧张有关。

2.3 护理计划

通过中药塌渍、火疗法、情志护理、饮食护理等措施缓解患者疼痛,转移患者对疼痛的注意力,进而降低CMSS及VAS评分。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理:中药塌渍及火疗法是在督脉、膀胱经及八髎穴进行的中医疗法,治疗部位主要以督脉及八髎穴为中心,辐射夹脊穴及背俞穴,膀胱经第一侧线,起于“大椎”而止于“长强”及八髎穴。操作方法:患者取俯卧位,先用纱布浸润在熬制好的温热中药中(辨证配药),将患者背部充分暴露。将浸润好中药的纱布逐条循经络走向平铺在督脉、八髎穴及膀胱经上,将两条湿毛巾依次轻盖在摆好的纱布条上。用注射器将95%酒精均匀的洒在毛巾上,打火机点燃酒精,点燃20s左右或患者感到背部灼热时,用1块湿毛巾扑灭火焰后,大约停留30s左右。热感退后再重复以上操作,每次重复3~4次。注意事项:操作过程中

避免烫伤患者并注意保护其隐私,做好保暖措施。操作结束后嘱患者适量饮用温开水,避免背部受凉。每隔3日治疗1次,治疗1个月为1个周期。进行3个周期中药塌渍联合火疗法治疗后进行疗效评定。

2.4.2 生活护理

嘱患者平素注意腹部保暖,加强体育锻炼,增强抵抗力;饮食宜清淡,多食富含维生素及蛋白、温热易消化的食物,可选食生姜、山楂等温经散寒活血化瘀之品;避免进食生冷刺激的食物;保持心情舒畅,听舒缓音乐,放松心态,保持情绪稳定,避免紧张及焦虑情绪的刺激。

2.5 护理评价

治疗前患者CMSS得分6分,VAS得分7分。根据患者自身主观感受,经过3个周期的持续治疗后,CMSS评分降为1分,VAS评分下降至1分,患者自诉症状明显缓解。(详见表1)

表1 疗效观察

评估项目	治疗前	1个周期	2个周期	3个周期
CMSS/分	6	4	2	1
VAS/分	7	6	2	1
月经颜色	暗红	暗红	暗红	红
月经量	少	少	一般	正常
血块	有	有	减少	减少
疗效评定	/	有效	显效	显效

3 结果与随访

与治疗前比较,患者治疗后的CMSS及VAS评分均显著降低。3个周期治疗后的1个月、2个月进行电话随访。患者自诉经期无明显小腹痛,经期延长,经量增加,色红,血块减少,未诉恶心呕吐。

4 讨论

现代医学认为原发性痛经的主要病因病理是前列腺素合成与释放及机体代谢通道异常相关^[7]。中医认为,经期前后血海由气血充盈转空虚,机体尤易受到外邪侵袭,从而引起寒凝经脉,督脉阻塞,胞宫气血不通,故而疼痛,经期结束后胞宫气血渐趋恢复,疼痛渐止,但病因尚未祛除^[8]。寒冷导致的寒凝血瘀型痛经,可能是由于寒气侵袭督脉,与血相搏,导致气血失和。因此,在临床治疗寒凝血瘀引起的痛经时,主要的治疗原则是温经散寒、活血祛瘀止痛^[9]。中医对痛经

的治疗可以追溯到汉代,在《金匱要略·妇人杂病脉证并治》中有所描述:“带下经水不利,少腹满痛,经一月再见者,土瓜根散主之。”^[10]外邪侵袭、情志失调、饮食不节等因素都会导致经行腹痛的发生。目前,现代医学治疗原发性痛经无特效的疗法,常采用药物口服,虽然即时疗效较明显,但副作用大,停药后易复发,不能完全根治^[11]。而中医治疗疗效好、毒副作用小,显示出很大的优势。中药塌渍是一种传统的中医护理技术,以中医理论为基础,整体观念及辨证论治为原则。通过药物经肌肤毛窍而入脏腑,通经贯络,以作用全身,起到疏通气血的作用^[12]。火疗法有温、通、调、补四大功效。温:以火攻邪,祛寒、散滞,推动血液循环系统;通:舒筋活血,连通经脉,改善供血;调:均衡脏腑气机,调整神经机能,暖宫调经,改善和消除痛经和月经不调等妇科问题;补:扶正祛邪,补益强身,激活人体免疫系统作用^[13]。中药塌渍联合火疗法技术可增强温经通络、活血化瘀的疗效,有效缓解患者疼痛症状。

对于痛经患者中药塌渍联合火疗法操作穴位不仅包括了督脉、八髎穴还涵盖了脊柱两侧的夹脊穴及背俞穴。督脉为诸阳之会,总督一身阳气,通过对督脉进行火疗法可激发人体阳气,更充分发挥温煦、推动等功能,从而协调全身多种生理活动^[14]。八髎穴最早出自于《黄帝内经》,分上髎、次髎、中髎、下髎,骶椎两侧各4个,共计8个,故称八髎穴,具有调经、行血散瘀等功效,因所处位置对应盆腔,故在妇科疾病中应用广泛^[15]。背俞穴为五脏六腑之气输注于背部的腧穴,通过火疗法可激发五脏六腑之经气,调动全身脏腑的功能,配合活血化瘀、温经散寒药物进行中药塌渍,使药力更好的渗透到相应经穴,达到温经通络、活血化瘀的作用。综上所述,中药塌渍及火疗法能充分发挥经络和药物的共同作用,共奏温经散寒、化瘀止痛之功,在治疗寒凝血瘀型痛经方面效果显著。临床可深入研究,增加样本量,进一步验证其临床效果,明确其使用规范。

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] 李柱,吕麟亚,吕壮,等. 逆灸法治疗女兵原发性痛经疗效观察及对PGE、 β -EP水平的调节作用

[J]. 空军医学杂志, 2018, 34(6): 378-380.

- LI Z, LV L Y, LV Z, et al. Reverse-moxibustion treatment of primary dysmenorrhea in female soldiers and its effect on β -endorphin levels [J]. Med J Air Force, 2018, 34(6): 378-380. (in Chinese)
- [2] 朱澄漪,王彩红. 丹七软胶囊联合布洛芬治疗原发性痛经的疗效观察[J]. 现代药物与临床, 2023, 38(4): 884-888.
- ZHU C Y, WANG C H. Clinical study of Danqi Soft Capsules combined with ibuprofen in treatment of primary dysmenorrhea [J]. Drugs Clin, 2023, 38(4): 884-888. (in Chinese)
- [3] 石美婷,朱明慧,吴迪,等. 疏肝温经汤联合艾灸辅助以地屈孕酮片治疗寒湿凝滞型原发性痛经的临床研究[J]. 河北中医, 2023, 45(1): 94-97.
- SHI M T, ZHU M H, WU D, et al. Combined Shugan Wenjing Decoction with moxibustion and dydrogesterone tablets for primary dysmenorrhea of cold-damp coagulation type [J]. Hebei J Tradit Chin Med, 2023, 45(1): 94-97. (in Chinese)
- [4] 舒瑶,范德兰. 中医护理技术在寒凝血瘀型原发性痛经中的应用进展[J]. 系统医学, 2019, 4(2): 184-186, 189.
- SHU Y, FAN D L. Progress in the application of traditional Chinese medicine nursing techniques in primary dysmenorrhea due to cold coagulation type [J]. Syst Med, 2019, 4(2): 184-186, 189. (in Chinese)
- [5] 崔柳,李玉叶,窦金杰,等. 耳穴按摩联合耳穴贴压治疗原发性痛经1例的护理体会[J]. 中西医结合护理, 2023(4): 127-130.
- CUI L, LI Y Y, DOU J J, et al. Nursing of a patient with primary dysmenorrhea treated by auricular acupressure combined with auricular pressure [J]. Chin J Integr Nurs, 2023(4): 127-130. (in Chinese)
- [6] 窦金杰,李玉叶,沈娟,等. 耳穴贴压联合手指操治疗经桡动脉行冠状动脉造影术后疼痛1例的护理体会[J]. 中西医结合护理, 2021(9): 103-106.
- DOU J J, LI Y Y, SHEN J, et al. Auricular acupressure combined with finger exercise in the treatment of pain after transradial coronary angiography and related nursing measures: a case report [J]. Chin J Integr Nurs, 2021(9): 103-106. (in Chinese)
- [7] 武柳君,陈艳,林紫薇等. 益母草水煎液对原发性痛经大鼠的治疗作用及其代谢组学分析[J/OL]. 中国中药杂志: 1-15 [2023-08-11]. DOI: 10.19540/j.cnki.cjcm.20230803.401.
- [8] 梁人鳳. 气交灸治疗原发性痛经的临床观察[D]. 广州: 广州中医药大学, 2021.

- [9] 许丽清. 艾附暖宫丸联合温经汤对虚寒型原发性痛经患者中医证候及疼痛控制情况的影响[J]. 医学理论与实践, 2023, 36(14): 2421-2423.
- XU L Q. Effect of Aifu Nuangong Pill combined with Wenjing Decoction on TCM syndromes and pain control of patients with primary dysmenorrhea of deficiency-cold type [J]. J Med Theory Pract, 2023, 36(14): 2421-2423. (in Chinese) 14. 029.
- [10] 许栋涵, 罗业浩, 方刚, 等. 痛经病因病机古文献研究进展[J]. 辽宁中医药大学学报, 2023, 25(4): 77-80.
- XU D H, LUO Y H, FANG G, et al. A summary of the progress in understanding the etiology and pathogenesis of dysmenorrhea in ancient literature [J]. J Liaoning Univ Tradit Chin Med, 2023, 25(4): 77-80. (in Chinese)
- [11] 范强芳, 王凤英, 李灿华, 等. 中药隔姜八髎灸治疗中重度原发性痛经临床研究[J]. 针灸临床杂志, 2020, 36(6): 51-55.
- FAN Q F, WANG F Y, LI C H, et al. Clinical study of ginger-padded moxibustion on bialiao acupoints in treating moderate and severe PD [J]. J Clin Acupunct Moxibustion, 2020, 36(6): 51-55. (in Chinese)
- [12] 王元红, 李宁, 李月茹. 中药塌渍治疗脑卒中后肩痛效果观察[J]. 中西医结合护理, 2022(7): 28-32.
- WANG Y H, LI N, LI Y R. The effective observation of Traditional Chinese Medicine collapse stains on treating post-stroke shoulder pain [J]. Chin J Integr Nurs, 2022(7): 28-32. (in Chinese)
- [13] 王璞, 吴巧媚, 刘宇, 等. 火龙灸临床应用的研究进展[J]. 中西医结合护理, 2021(5): 46-49.
- WANG P, WU Q M, LIU Y, et al. Research progress on clinical application of fire dragon moxibustion [J]. Chin J Integr Nurs, 2021(5): 46-49. (in Chinese)
- [14] 罗运环, 魏森, 高学清. 督脉灸联合温经汤治疗原发性痛经寒凝血瘀证临床研究[J]. 现代中医药, 2021, 41(3): 101-105.
- LUO Y H, WEI S, GAO X Q. Clinical study on the treatment of primary dysmenorrhea with cold coagulation and blood stasis syndrome by Du meridian moxibustion combined with Wenjing Decoction [J]. Mod Tradit Chin Med, 2021, 41(3): 101-105. (in Chinese)
- [15] 许佳玲. 隔姜灸八髎穴联合中药治疗寒凝血瘀型痛经的临床研究[D]. 广州中医药大学, 2020.

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。