

DOI: 10. 12209/CAIM202309110007

· 中西医结合临床案例 ·

中药热罨包治疗 1 例气滞血瘀型腰痛病患者的护理体会

姜 洋

(北京市平谷区中医医院, 北京, 101200)

摘要: 本文总结中药热罨包治疗 1 例气滞血瘀型腰痛病的治疗效果及相关护理经验。运用中医辨证施护, 实施中药热罨包技术, 加强患者运动指导、情志护理、饮食指导, 有效改善气滞血瘀型腰痛病症状, 减轻患者痛苦, 提高生活质量。

关键词: 腰椎间盘突出症; 腰痛病; 中药热罨包; 气滞血瘀证

Experience in nursing a patient with lumbago due to Qi stagnation and blood stasis treated with Chinese Medicine Reyanbao

Jiang Yang

(Pinggu District Hospital of Traditional Chinese Medicine, Beijing, 101200)

ABSTRACT: This paper summarized the therapeutic effect and nursing experience of one case of lumbago of Qi stagnation and blood stasis type treated by Chinese Medicine Reyanbao. With the application of TCM syndrome differentiation nursing, implementation of Chinese Medicine Reyanbao, as well as the strengthening of the patient exercise guidance, emotional nursing and diet guidance, the patient's lumbar pain was effectively reduced and the patient's life quality was improved.

KEY WORDS: Lumbar intervertebral protrusion; lumbago; Chinese Medicine Reyanbao; Qi stagnation and blood stasis syndrome

腰椎间盘突出症因腰椎间盘发生蜕变或损伤, 导致纤维环破裂、髓核突出, 刺激或压迫脊神经及神经根表现出的一系列临床症状^[1]。中医归属于“腰痛”、“痹证”等范畴,《内经》中就有腰腿痛的记载,根据经络循行,形象描述了足三阴、足三阳以及奇经八脉为病所出现的腰痛症状^[2]。西医临床上主要通过手术、药物等方式对腰椎间盘突出症进行治疗,然而手术治疗创伤较大,药物治疗效果不够理想,且相关副作用较多^[3]。中药热罨包是一种中医药外治法,对治疗腰痛病具有直达病所、毒副作用小等特点,利用中药合理配伍,可达到有效解除血瘀痹阻、经脉不通等症状,可加快血液循环,促进局部血肿吸收,有效缓解疼痛。本文总结 1 例中药热罨包治疗气滞血瘀型腰痛病患者的护理经验,现报告如下。

1 临床资料

患者男性,66 岁,因腰痛伴双下肢疼痛 3 月余于 2023 年 6 月 24 日到我科中医护理门诊就诊。查体:腰部伴双下肢疼痛,NRS 评分 6 分,腰部功能活动受限,L4-S1 棘间压痛(+),L4-S1 椎旁压痛(+),双侧梨状肌压痛(+),双“4”字试验(-),双下肢直腿抬高试验(+),皮肤浅感觉正常,膝跟腱反射正常。饮食可,二便调,眠差,舌质暗红,苔薄白,脉多弦。腰椎 MRI:L2-4、L5-S1 椎间盘膨出、L4-5 椎间盘突出,患者既往高血压史 10 年,无药物食物过敏史。中医诊断:腰痛病;气滞血瘀证。西医诊断:腰椎间盘突出伴神经根病。遵医嘱给予患者腰部(命门穴、腰阳关穴、肾俞穴)中药热罨包治疗。

收稿日期:2023-09-11

OPEN ACCESS

www. case. jcme. net. cn

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 腰部及双下肢疼痛程度

采用数字分级法(NRS),用0~10代表不同程度的疼痛,0为无痛,10为剧痛。疼痛程度分级标准:0为无痛;1~3为轻度疼痛;4~6为中度疼痛;7~10重度疼痛。患者腰背部及双下肢疼痛评分6分,属中度疼痛。

2.1.2 生活自理能力水平

Barthel 指数评估量表,评定标准:0~20分为极严重功能缺陷;25~45分为极严重功能缺陷;50~70分为中度功能缺陷;75~95分为轻度功能缺陷;100分为能自理。患者生活自理能力评估70分,生活能力中度功能缺陷。

2.1.3 腰椎功能活动状况

采用腰椎 Oswestry 功能障碍指数(ODI 评分)进行评价,每个条目最低得分0分,最高5分,为10个条目,共50分,评分越高说明腰椎功能活动状况越严重。患者腰椎功能活动评分40分。

2.2 护理诊断

疼痛:与腰椎间盘突出压迫神经根有关。躯体移动障碍:与腰部疼痛、双下肢疼痛有关。

2.3 护理计划

发挥中医技术特色优势,运用中药热奄包技术,通过加强情志护理、饮食及生活起居护理,起到疏通气血、通筋活络的作用,从而缓解患者腰部疼痛,改善腰部功能活动。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理

中药热奄包。中药热奄包处方:伸筋草150 g、红花50 g、花椒50 g、冬瓜皮150 g、木瓜75 g、铁线透骨草150 g。操作方法:患者取俯卧位,腰部充分暴露,将蒸锅开至100℃水温持续1小时后,将蒸好的热奄包取出,晾至38~43℃后,用保温袋对热奄包进行保温,放置患者腰部命门穴、腰阳关穴、肾俞穴,每个穴位热敷30分钟。每天热敷一次,一周为一疗程,连续治疗三周。注意事项:在治疗期间应注意局部保暖,屏风遮挡,热奄包加热时温度不宜过高,以免烫伤。热敷过程中观察、记录患者症状改善情况,如出现局部皮肤反应,如水泡、痒痛或破溃等症状,立即停止操作并报告医生。

2.4.2 健康指导

运动指导:硬板床平卧休息,腰部不可过度负重,取物时应避免大幅度地弯腰和旋转,避免久站、久坐等单一姿势。注意腰背部保暖,避免因受风寒湿冷的刺激而诱发。日常坚持腰部肌肉的功能锻炼,五点支撑、卧位飞燕法等。

饮食指导:患者需要增加钙的摄入,如奶制品、豆类、鱼虾等。适当食用活血化瘀之品,如:山楂、核桃、木耳等。

情志护理:多与患者沟通,给予心理疏导,树立信心,以减轻患者焦虑、不安的心理,指导患者多听舒缓的音乐。

2.4.3 心理调适

认知行为疗法是一种常用的心理治疗方法,可帮助缓解疼痛症状。指导患者可以通过思考更积极的想法来改变负面思维模式,并将注意力集中在其他事物上,从而减轻疼痛的感觉。

注意力转移是通过将注意力从疼痛上转移到其他事物上,可以通过听音乐、和家人朋友聊天来分散注意力,从而减轻疼痛的感觉。

2.5 效果评价

中药热奄包能有效地缓解气滞血瘀型腰痛病患者的疼痛,提高生活自理能力,提升中医护理效果,结果详见表1。

表1 干预前后评分比较

	NRS(疼痛)	Barthel(生活自理能力)	ODI(腰椎功能障碍)
干预前	5	70	40
1疗程	5	80	26
2疗程	3	90	20
3疗程	1	95	12

2.6 随访

患者治疗结束后两周,进行电话回访,患者遵从护理指导,腰部伴双下肢疼痛症状得到明显改善,生活自理能力水平提高,腰部活动功能好转。

3 讨论

《素问·刺腰痛论》曰:“足太阳脉令人腰痛,引项脊尻痛如重状……”“少阳令人腰痛,如以针刺其皮中,循然不可以俯仰,不可一顾”“厥阴之脉令人腰痛,腰中如张弓弩弦”“解脉令人腰痛如引带,常如折腰状……”^[4]。腰痛病患者一般有腰部或下肢放射性酸胀、麻木、疼痛等临床表现,症状较重者可见下肢肿胀、痿软无力、大小便障碍^[5]。

中药热奄包技术是中医传统外治法之一,其利用特定药物的药性,配合热奄包的温热之性,促使药物透皮吸收,直达病灶,从而达到治疗疾病的目的^[6]。现代医学认为,使用中药热奄包热敷能够扩张毛细血管,加速血液循环和局部代谢,在放松肌肉、肌腱和韧带的同时,增强其伸展性,促进局部炎症消退,消肿止痛^[7]。该患者热奄包外敷药由伸筋草、红花、花椒、冬瓜皮、木瓜、铁线透骨草组成,其中伸筋草、透骨草具有舒筋活络、消肿止痛、祛风除温功效;红花起到活血通经作用;花椒有散寒止痛功效;木瓜具有镇痛、抗炎功效。热敷选穴腰阳关、命门、肾俞穴,腰阳关穴,属督脉,可治腰骶疼痛;命门穴,有“生命健康大门”之称,是人体生命活动的动力源泉所在,湿热敷本穴可以温补元阳,补肾益气,培元固本,治疗腰部疾病有很好效果;肾俞穴,起补益肝肾、活血通经作用,主治腰骶部疼痛,湿热敷肾俞穴可以改善腰椎间盘突出、腰肌劳损、坐骨神经痛等症状^[8]。通过药物贴敷于经络腧穴,而后热气散入血脉,进入卫气,并随卫气而行,最终内入脏腑,以药气与经气相合,通过腧穴、经络的调节,共同发挥疗效^[9]。

综上所述,运用中药热奄包治疗气滞血瘀型腰痛病疗效显著、价格低廉且安全,能有效缓解患者痛苦,提高患者的依从性,值得临床推广运用。

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] 黄桂晨,王义飞,任婷婷,等. 中药熏蒸方治疗腰椎间盘突出症的用药规律探析[J]. 按摩与康复医学, 2023, 14(9): 85-88, 94.
HUANG G C, WANG Y F, REN T T, et al. Analysis of the medication rules of traditional Chinese medicine fumigation formula for the treatment of lumbar disc herniation[J]. Chin Manip Rehabil Med, 2023, 14(9): 85-88, 94. (in Chinese)
- [2] 林丹,暨菲菲,罗菊清. 中药热奄包对妇科腹腔镜术后患者的临床干预效果分析[J]. 中国现代药物应用, 2023, 17(11): 14-17.
LIN D, JI F F, LUO J Q. Analysis of the clinical intervention effect of Chinese herbal medicine Reyanbao therapy on patients undergoing gynecological laparoscopic surgery [J]. Chin J Mod Drug Appl, 2023, 17(11): 14-17. (in Chinese)
- [3] 王玥,王玮,李超,等. 中药热奄包联合皮内针治疗腰椎间盘突出症的效果观察[J]. 实用医院临床杂志, 2022, 19(2): 73-75.
WANG Y, WANG W, LI C, et al. Observation on the effect of traditional Chinese medicine hot package combined with intradermal acupuncture in the treatment of lumbar intervertebral disc herniation [J]. Pract J Clin Med, 2022, 19(2): 73-75. (in Chinese)
- [4] 夏晓萍,夏秋钰,郭涵敏,等. 中药热奄包配合康复训练在腰椎间盘突出症患者中的应用[J]. 护理实践与研究, 2023, 20(9): 1347-1351.
XIA X P, XIA Q Y, GUO H M, et al. Application of Chinese herbal hot amniotic pack with rehabilitation training in patients with lumbar disc herniation [J]. Nurs Pract Res, 2023, 20(9): 1347-1351. (in Chinese)
- [5] 马美玉. 自拟中药热奄包外敷联合温针灸治疗腰椎间盘突出症的临床研究[J]. 中国医学创新, 2023, 20(4): 85-88.
MA M Y. Clinical study of self-made traditional Chinese medicine reyanbao external application combined with warm acupuncture in the treatment of lumbar disc herniation[J]. Med Innov China, 2023, 20(4): 85-88. (in Chinese)
- [6] 彭娟文,杨小芳,黄金华,等. 中药热奄包对胫骨平台骨折术后肢体肿胀患者膝关节功能的影响[J]. 上海护理, 2023, 23(7): 11-14.
PENG J W, YANG X F, HUANG J H, et al. Effect of TCM hot pack on knee joint function of patients with extremity swelling after tibial plateau fracture surgery[J]. Shanghai Nurs, 2023, 23(7): 11-14. (in Chinese)
- [7] 胡卫辰. 中药热奄包配合手法推拿治疗冻结期肩周炎患者36例临床研究[J]. 中国医药指南, 2015, 13(2): 210-211.
HU W C. Clinical study on 36 cases of frozen scapulothoracic periarthritis treated by traditional Chinese medicine Reyanbao combined with manual massage [J]. Guide China Med, 2015, 13(2): 210-211. (in Chinese)
- [8] 吴志彪,王志鹏,洪海斌. 探讨艾灸联合中药热奄包在腰椎间盘突出症患者中的应用效果[J]. 北方药学, 2023, 20(4): 10-12.
WU Z B, WANG Z P, HONG H B. To explore the application effect of moxibustion combined with traditional Chinese medicine hot bag in patients with lumbar disc herniation [J]. J N Pharm, 2023, 20(4): 10-12. (in Chinese)

- [9] 何婷. 中药湿敷在治疗骨外伤创面不愈护理中的效果观察[J]. 新疆中医药, 2022, 40(3): 76-77.
HE T. Observation on the effect of wet compress of traditional Chinese medicine in nursing care of bone trauma wounds [J]. Xinjiang J Tradit Chin Med, 2022, 40(3): 76-77. (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。