

火龙罐综合灸治疗1例痛经患者的护理

徐博洋, 陈 宏

(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例痛经患者行火龙罐综合灸治疗的效果观察及护理经验。基于中医辨证施护理论,采取火龙罐综合灸治疗配合饮食指导、情志护理、生活起居护理、健康知识宣教等常规护理措施,患者疼痛、焦虑症状明显缓解。

关键词: 痛经; 火龙罐综合灸; 情志护理; 中医护理

Nursing of a patient with dysmenorrhea treated with fire dragon pot comprehensive moxibustion

XU Boyang, CHEN Hong

(Second Department of Breast Surgery, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100078)

ABSTRACT: This article summarizes the effect observation and nursing experience of a patient with dysmenorrhea treated with fire dragon pot comprehensive moxibustion. Based on the syndrome differentiation and nursing theory of traditional Chinese medicine, the fire dragon pot comprehensive moxibustion treatment combined with diet guidance, emotional nursing, daily life nursing, health knowledge education and other routine nursing measures were adopted, and the pain and anxiety symptoms of the patients were significantly relieved.

KEY WORDS: dysmenorrhea; fire dragon pot comprehensive moxibustion; emotional nursing; Traditional Chinese Medicine nursing

痛经是临床上常见的妇科疾病,以月经期或月经期前后腰部及下腹部疼痛为主要临床症状,同时还会出现恶心、腹泻、头晕、乏力、面色发白、出冷汗等症状^[1]。痛经会严重影响女性生活质量、日常学习与工作,还可能诱发心理健康问题^[2]。早在东汉时期,张仲景的《金匮要略》中便已有相应描述,曰:“带下,经水不利,少腹满痛。”中医认为,痛经病变关键在于冲任二脉失常,分为“不通则痛”的实证,以及“不容则痛”的虚证^[3]。中医将女性痛经分为5种不同的症型:气滞血瘀型、寒凝胞脉型、气虚血弱型、湿热下注型及肝肾虚损型^[4]。相关研究表明火龙罐综合灸疗法作为一种无毒副作用的中医疗法,行气活血,通经活络,可调理脏腑气机,肝气得以抒发,不仅可以提高患者的机体功能,还可以缓解疼痛^[5]。本文总结了1例火龙罐综合灸治疗痛经患者的护理体

会,现报告如下。

1 临床资料

患者女性,28岁,已婚。主因“经前、经期小腹胀痛,半年余”,于2023年8月16日14:26至我院门诊就诊。主诉:每次来月经腹痛不适,已半年余,经期不规律,行经量少,淋漓不畅,血色紫暗有血块;性情急躁,易怒;睡眠不佳,多梦;焦虑,平素生活压力较大,自觉与家人关系紧张,经常暗自生气;舌质紫暗,脉沉弦。上次经期在7月25日至27日。中医诊断:痛经;西医诊断:原发性痛经;辨证分型:气滞血瘀型。既往史:既往体健。否认食物药物过敏史;否认高血压、糖尿病、冠心病等慢性病史;否认肝炎、结核等传染病史。专科检查:无明显器质相关性病变。中医治疗:口服中药汤剂,2次/d,行气止痛,活血化瘀。护理技术:火

龙罐综合灸治疗,1次/d,祛瘀止痛,活血通脉。患者痛经症状评分量表(CMSS)评分为6分,经过火龙罐综合灸治疗后,患者痛经及焦虑症状好转。患者已于8月16日16:30离院。

2 护理

2.1 护理评估

采用痛经症状评分量表(CMSS)对患者进行症状评估。CMSS量表从患者痛经症状总频率和严重程度两个方面进行评价,CMSS量表包括17项常见症状,包括小腹部疼痛、背/腰骶部痛、抑郁、恶心、呕吐、乏力、腿痛、眩晕、胃痛、食欲不振、头痛、失眠、易激惹、全身疼痛、面色变化、腹泻、神经质^[6]。该量表包括CMSS-严重程度(CMSS-S)和CMSS-持续时间(CMSS-T)两部分。其中,CMSS-S:无(0分),轻度(1分),中度(2分),重度(3分),非常严重(4分);CMSS-T:无(0分),持续<3 h(1分),持续3 h~7 h(2分),持续>7 h~24 h(3分),持续>24 h(4分)^[7]。所有项目都采用5级计分法,根据症状的严重程度及持续时间分别计算,得分越高,病情越严重^[8]。本案例中患者痛经评分为6分。

2.2 护理诊断

根据患者身体评估及主诉,患者存在以下问题:经期时病情持续反复发作,患者的生活质量和身心都受到严重影响。护理诊断如下:①小腹疼痛剧烈与月经期子宫痉挛性收缩有关;②焦虑与经期持续剧烈痛经有关;③睡眠形态紊乱与小腹持续剧烈疼痛有关;④患者缺乏痛经相关知识有关。

2.3 护理计划

针对患者存在的相关因素,制定如下护理计划。①将中医特色技术全面运用在患者身上,减轻患者疼痛感。②加强情志护理,增加与患者的沟通频率,做好心理疏导,改善患者的焦虑症状。③加强痛经健康宣教,向患者宣教痛经相关知识,提高患者预防痛经的意识。

2.4 中医护理与辨证施护

2.4.1 中医护理

火龙罐综合灸可以借助罐内灸火的温、热力及药物作用温通经络、调和气血、促进脏腑阴阳平衡,具体操作如下。①选穴:命门穴、肾俞、八髎穴、神阙、关元、气海、归来、中极。②具体方法:患者选择舒适体位,充分暴露操作部位,皮肤无破

溃、红肿可操作;选取无裂痕、无缺损的中号火龙罐,点燃罐内艾柱,待艾柱燃烧均匀后,在腰骶部涂抹适量精油,用单手运罐,施罐时手掌的小鱼际先接触皮肤然后再落罐,结合揉、碾、推、按、点、摇、闪、震、熨烫等不同手法正旋、反旋、摇拨、摇振罐体作用于腰骶部皮肤肌肉组织,重点摇拨命门穴、肾俞、八髎穴等穴位;然后将火龙罐放置在腹部,重点摇拨神阙、关元、气海、归来、中极等穴位,并用罐底以熨熨手法对局部皮肤进行热熨。③注意事项:操作过程中,不断运罐,不能在同一个部位停留时间过长,时刻用小鱼际感受患者皮肤温度,及时做出温度的调整,把控火龙罐温度,避免过度和不正规运罐,防止艾灰脱落,烫伤患者皮肤。每次治疗在40 min左右,力度上以患者皮肤红润、感受到有热度为宜。1次/d,连续治疗7 d。

2.4.2 辨证施护

患者由于痛经疼痛且病情反复,久治不愈,导致身体和心理都受到了严重的伤害,会加重焦虑症状的发生。因此以患者为中心的优质服务,包括生活、情志、饮食、用药等护理会让患者更加信任我们,加速患者疾病恢复,也便于开展未来的工作。针对患者具体情况,予如下护理措施:①生活护理:指导患者养成良好的生活习惯,提高睡眠质量,不熬夜,早睡早起,提高身体代谢能力,多进行户外运动,如慢跑、跳绳等;注意防寒保暖,遵行四季变化更换衣物,注重个人卫生,保持干净。②用药护理:嘱患者采用温服法,每日早晚各服1次中药,每次服药前将药物从冰箱内取出后加温方可服用;告知患者不可随意更改药物及剂量,如更改需遵循医嘱。③健康宣教:通过宣传手册、讲座、线上直播、书籍等方式对患者进行痛经的知识宣教;宣教过程中选择让患者感兴趣的方式,将痛经的缓解方式及预防进行详细讲解,对患者提出的疑问进行解答,让患者正确认识并能正确预防痛经。④饮食护理:嘱患者养成良好的饮食习惯,及时补充营养;饮食尽量清淡温和,易于消化的,不可过吃过凉的食物,避免辛辣香燥,以减少子宫充血;多喝温开水,少引用浓茶、咖啡等,多吃水果、蔬菜,保持大便通畅。⑤睡眠护理:嘱患者在睡前不要喝水,避免摄入过多水分而去卫生间,睡前排空小便;可以在睡前播放助睡眠的音乐,放松心情,尽量在睡眠前将大小事务都妥当处理,减少苏醒次数;睡眠时,尽量将周围灯光关闭,避免强光刺激眼部。⑥情志护理:对患者进行充分了解

和有效的沟通,指导患者有效控制不良情绪发生的频率,通过听音乐、看书、看电影、唱歌等方式缓解;给患者做好心理建设,鼓励患者多和别人沟通,可以让患者将我们当成她的倾诉对象,但在和患者沟通过程中,注意语气和态度,避免紧张,让患者感受到关心和爱护,给予患者信心。

3 结果与随访

经过7 d治疗,患者痛经CMSS评分由6分降为1分,未诉腹痛,睡眠较前好转,焦虑、易怒症状明显缓解,疗效显著。治疗结束7 d后,对患者进行电话随访,患者诉月经期未出现腹痛,嘱患者进行适当运动,合理饮食,保证睡眠。患者依从性较高,未发生不良事件。治疗结束30 d后,对患者再次进行电话随访,患者诉经期在9月18日至22日,腹部无胀痛感,行经量正常,无血块,性情较前平缓,焦虑、易怒症状消失,睡眠可。

4 讨论

痛经的发生率较高,大部分患者经过药物治疗后疼痛可缓解,但仍有20%~25%患者症状不能得到缓解^[9]。中医治疗法在治疗痛经上取得了确切的疗效,在一定程度上缓解了患者的疼痛症状,减少药物所带来的刺激,改善了患者的生活质量,简便安全,易于患者接受^[10]。痛经在中医中属于“经行腹痛”范畴,多因肝气郁结、情志不畅致气血不畅引发;或因胞脉瘀阻,气滞血瘀,瘀热内阻,冲任不畅而诱发^[11]。《诸病源候论》首立“月水来腹痛候”,为痛经的病因病机鉴定理论基础。《素问·调经论》中指出“血气者喜温而恶寒,寒则泣而不能流”,说明寒邪是痛经的主要原因^[12]。火龙罐综合灸法是一项集艾灸、刮痧、按摩、推拿、熨烫、点穴的传统中医治疗手段为一体的综合疗法,它不同于传统的火罐,是一种治疗性和舒适性并存,且无副作用的新技术。操作者运用点、扣、震、推、按、摩、揉、拨、碾、熨十种专用手法,平衡阴阳,在罐体内点燃高纯度艾绒制成的艾柱,燃烧时利用艾的纯阳之性,将艾灸的热力及药力通过皮肤腠理导入体内。同时在运罐过程中,操作者以大小鱼际在施治部位进行推拿按摩,以调节气血、消除炎症、调理脏腑、疏经通络、行气活血、温补阳气、健脾胃^[13]。

痛经患者操作穴位包括了督脉、八髎穴、至阳穴、命门穴、背俞穴等。督脉为诸阳之会,可激发

人体阳气,发挥温煦,协调全身多种生理活动。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^[14]。综上所述,火龙罐综合灸能够调节气血、调理脏腑、疏经通络、行气活血。中医护理离不开护理人员,人才是中医护理发展的第一资源。因此培养和树立中医护理人员高尚的思想品德、良好的职业道德,要激发广大中医护理工作者的职业自豪感和荣誉感,激励广大护理人员争当爱岗敬业、技术精湛、勇于创新、贡献突出的榜样,成为服务、技能、学术、创新、素养、教学的“六全型”中医护理人才,促进行业发展^[15]。

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] 马春花,刘海永,张瑾,等. 中医特色护理在痛经治疗中的应用效果[J]. 中国医药导报, 2020, 17(17): 181-184.
MA C H, LIU H Y, ZHANG J, et al. Application effect of traditional Chinese medicine characteristic nursing in dysmenorrhea treatment [J]. China Med Her, 2020, 17(17): 181-184. (in Chinese)
- [2] 严淑英,顾凤仙,陈翠红,等. 原发性痛经患者心理社会因素调查与临床护理干预[J]. 护理实践与研究, 2020, 17(14): 77-79.
YAN S Y, GU F X, CHEN C H, et al. Investigation of psychosocial factors in patients with primary dysmenorrhea and its clinical nursing intervention [J]. Nurs Pract Res, 2020, 17(14): 77-79. (in Chinese)
- [3] 李定宣,王富春. 中医外治法治疗气滞血瘀型痛经研究概况[J]. 湖北中医杂志, 2022, 44(11): 63-66.
LI D X, WANG F C. General situation of TCM external treatment for dysmenorrhea of qi stagnation and blood stasis type [J]. Hubei J Tradit Chin Med, 2022, 44(11): 63-66. (in Chinese)
- [4] 王歌,王瑞琼,魏兴民,等. 甘肃中医药大学女大学生原发性痛经人群中医证型分布情况及自我护理研究[J]. 中医药导报, 2021, 27(1): 175-177, 181.
WANG G, WANG R Q, WEI X M, et al. Study on

- the distribution of traditional Chinese medicine syndrome types and self-nursing of primary dysmenorrhea in female students in Gansu university of Chinese medicine[J]. *Guid J Tradit Chin Med Pharm*, 2021, 27(1): 175-177, 181. (in Chinese)
- [5] 吕少华, 陈宏. 火龙罐综合灸治疗 1 例偏头痛患者的护理[DB/OL]. 中西医结合临床案例库, 2023. DOI: 10.12209/CAIM202309050003.
- LV S H, CHEN H. Nursing of a patient with migraine treated with fire dragon pot comprehensive moxibustion[DB/OL]. *Clinical Archives of Integrative Medicine*, 2023. DOI: 10.12209/CAIM202309050003.
- [6] 王谦, 陈璐, 左常波. 针刺董氏奇穴火主穴治疗原发性痛经的临床观察[J]. *广州中医药大学学报*, 2021, 38(1): 58-61.
- WANG Q, CHEN L, ZUO C B. Clinical observation on the treatment of primary dysmenorrhea by acupuncture at Huozhu point of DONG's extra acupoints[J]. *J Guangzhou Univ Tradit Chin Med*, 2021, 38(1): 58-61. (in Chinese)
- [7] 陈玲, 郭小丽, 余思奕, 等. 针刺治疗对原发性痛经患者脑功能连接强度的影响[J]. *中国针灸*, 2022, 42(8): 863-870.
- CHEN L, GUO X L, YU S Y, et al. Effect of acupuncture on brain functional connectivity strength in patients with primary dysmenorrhea[J]. *Chin Acupunct Moxibustion*, 2022, 42(8): 863-870. (in Chinese)
- [8] 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)
- [9] 张妮, 周娟, 李俐历. 督脉隔姜灸联合行气化痰通经方治疗气滞血瘀型原发性痛经患者的临床效果[J]. *广西医学*, 2022, 44(19): 2245-2249, 2263.
- ZHANG N, ZHOU J, LI L L. Clinical effect of moxibustion upon ginger on governor vessel combined with Xingqi Huayu Tongjing Prescription in the treatment of patients with primary dysmenorrhea in qi stagnation and blood stasis type[J]. *Guangxi Med J*, 2022, 44(19): 2245-2249, 2263. (in Chinese)
- [10] 袁杰. 宣郁通经汤加减联合布洛芬治疗子宫腺肌症痛经临床研究[J]. *新中医*, 2022, 54(4): 10-12.
- YUAN J. Clinical study on modified Xuanyu tongjing Tang combined with ibuprofen for adenomyosis dysmenorrhea[J]. *N Chin Med*, 2022, 54(4): 10-12. (in Chinese)
- [11] 刘斯祺, 王昕. 基于古书名方探讨原发性痛经中医治疗优势[J]. *辽宁中医药大学学报*, 2022, 24(4): 155-159.
- LIU S Q, WANG X. Discussion on treatment advantages of primary dysmenorrhea based on ancient books and famous prescribes[J]. *J Liaoning Univ Tradit Chin Med*, 2022, 24(4): 155-159. (in Chinese)
- [12] 陈立爱, 钟莹, 潘善雷, 等. 中医外治法治疗原发性痛经的研究概况[J]. *广西中医药大学学报*, 2018, 21(2): 109-111.
- CHEN L A, ZHONG Y, PAN S L, et al. General situation of research on primary dysmenorrhea treated by external treatment of traditional Chinese medicine[J]. *J Guangxi Univ Chin Med*, 2018, 21(2): 109-111. (in Chinese)
- [13] 巫柳萍, 王智伟, 赵琨, 等. 火龙罐综合灸治疗寒湿痹阻型腰椎间盘突出症 80 例临床观察[J]. *中医临床研究*, 2021, 13(1): 109-111.
- WU L P, WANG Z W, ZHAO K, et al. Clinical observation on treating 80 cases of lumbar intervertebral disc protrusion of the Hanshi Bizu type by the Huolong pot comprehensive moxibustion[J]. *Clin J Chin Med*, 2021, 13(1): 109-111. (in Chinese)
- [14] 周晓艳, 张园园, 沈娟, 等. 1 例寒凝血瘀型原发性痛经患者的护理[DB/OL]. 中西医结合临床案例库, 2023. DOI: 10.12209/CAIM202308300017.
- ZHOU X Y, ZHANG Y Y, SHEN J, et al. Nursing of a patient with primary dysmenorrhea of cold coagulation and blood stasis type[DB/OL]. *Clinical Archives of Integrative Medicine*, 2023. DOI: 10.12209/CAIM202308300017.
- [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]. *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。