

DOI: 10.12209/CAIM202309110006

· 中西医结合临床案例 ·

平衡火罐治疗1例腰背肌筋膜炎患者的护理

赵燕舞

(北京市平谷区中医医院 护理部, 北京 101200)

摘要: 本文总结平衡火罐治疗1例腰背肌筋膜炎患者的护理体会。通过辨证施术,采用中医特色平衡火罐技术,结合功能锻炼、饮食指导,达到舒筋活血、通络止痛的效果,有效缓解腰背肌筋膜炎患者疼痛症状。

关键词: 平衡火罐; 腰背肌筋膜炎; 中医护理; 腰痛

Nursing of a patient with lumbar myofasciitis treated by balance cupping

ZHAO Yanwu

(Department of Nursing, Pinggu Traditional Chinese Medicine Hospital, Beijing 101200)

ABSTRACT: This article summarized the nursing experience of a patient with lumbar myofasciitis treated by balance cupping. Through syndrome differentiation, using traditional Chinese medicine characteristic balance cupping technology, combined with functional exercise and diet guidance, the effect of relaxing muscles and activating blood circulation, dredging collaterals and relieving pain can be achieved, and the pain symptoms of patients with low back myofasciitis can be effectively relieved.

KEY WORDS: balance cupping; lumbar and back myofasciitis; Traditional Chinese medicine nursing; lumbago

腰背肌筋膜炎,是由于长期积累性劳损、风寒、潮湿等多种原因导致的腰背部肌肉和筋膜的无菌性炎症反应^[1]。近年来,随着生活经济水平的提高,人们生活、工作方式的改变,腰背肌筋膜炎的发病率呈逐年增高趋势,主要表现为背部、双侧髂腰肌及髂嵴上方疼痛,反复发作,严重影响人们的正常生活^[2]。中医特色拔罐法在治疗疼痛方面历史悠久,其通过对经络穴位的吸拔作用,引导经络气血输布,促进器官和组织功能恢复^[3]。平衡火罐是拔罐治疗的一种,以阴阳学说为基础,以神经传导学说为途径,以自身平衡为核心,运用不同的拔罐手法作用于人体的一种将刮痧、按摩、火罐结合于一体的自然平衡疗法^[4]。本文总结1例平衡火罐治疗腰背肌筋膜炎患者的护理体会,现报告如下。

1 临床资料

患者男性,54岁,主因腰痛10余年,加重伴双下肢无力半年,于2023年6月22日门诊就诊。患者主诉6月17日晚间吹空调后,次日晨起时腰背

部疼痛加重。查体:腰背部疼痛、活动受限,NRS评分6分,双侧腰背部肌肉明显紧张,直腿抬高试验右侧阳性50°,左侧阴性70°,可触摸肌肉条索状紧张,饮食可,二便调,舌暗紫,苔薄白。患者既往史高血压病史10余年,血压控制良好。中医诊断:腰痛,气滞血瘀证;西医诊断:腰椎管狭窄,腰背肌筋膜炎。遵医嘱给予患者腰背部平衡火罐治疗,每3d治疗1次,5次为1疗程。

2 护理

2.1 护理评估

疼痛评估采用数字分级法(NRS),用0~10代表不同程度的疼痛。0为无痛,10为剧痛。疼痛程度分级标准为:0分表无痛,1~3分表轻度疼痛,4~6分表中度疼痛,7~10分表重度疼痛。患者腰背部疼痛NRS评分6分,属中度疼痛。生活自理能力评估采用Barthel评定量表。评定标准:100分表能自理,75~95分表轻度功能缺陷,50~70分表中度功能缺陷,25~45分表严重功能缺

收稿日期:2023-09-11

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

陷,0~20分表极严重功能缺陷。患者在洗澡过程中需要他人进行帮助,移动床椅等物体或上下楼梯时,需要在他人的帮助下才能完成,自己不能独立完成,Barthel评分65分,属中度功能缺陷。

2.2 护理诊断

根据患者症状得出以下护理诊断:①疼痛与腰背部经络瘀滞、肌肉痉挛有关;②躯体活动障碍与腰背部疼痛、下肢无力有关。

2.3 护理计划

发挥中医技术特色优势,运用平衡火罐技术,通过加强腰背肌功能锻炼及饮食指导,达到刺激经络穴位,缓解腰背肌肉痉挛,化瘀通络、减轻疼痛的作用。

2.4 护理措施

2.4.1 平衡火罐治疗

平衡火罐是综合运用闪罐、揉罐、走罐、抖罐、留罐等手法,熨刮、牵拉、挤压、弹拨等良性刺激背部督脉和膀胱经,特色在于补泄结合,通过火罐产生的吸附力及摩擦力可刺激经络穴位、化瘀通络,缓解局部组织痉挛,达到解除疼痛等作用^[5]。实施操作前,先向患者讲解操作的目的及注意事项。评估患者对轻中度疼痛能耐受,腰背部皮肤完好。操作实施:①患者取舒适俯卧位,充分暴露拔罐部位,从上至下按揉背部,观察背部皮肤和肌肉情况,以及局部有无酸痛、压痛的情况。②闪罐选取大罐,一手持玻璃罐,另一手持钳夹取干湿适中的酒精纱布,点燃明火后在罐内中下端环绕1~2周后迅速抽出(勿烧到罐口),在选定的穴位处行闪罐,重点是沿着督脉和膀胱经进行闪罐3个来回,一个从上而下,一个从下而上,闪罐达到背部皮肤微微泛红为止。③揉罐,闪罐至火罐温热时,将火罐沿督脉及膀胱经走向揉背部3次。④走罐,部位涂刮痧油,将刮痧油倒入玻璃罐中,然后将玻璃罐紧贴在患者皮肤上均匀的将刮痧油涂抹在皮肤上。选取中号罐,一手持玻璃罐,另一手持钳夹取干湿适中的酒精纱布,点燃明火后在罐内中下端环绕1~2周后迅速抽出,将罐吸拔于皮肤上,再以手握住罐底,稍倾斜罐体,沿督脉及膀胱经走向推罐3个来回,推罐吸力适中,顺序是先中间后两边,以皮肤起红晕为度。⑤抖罐,沿背部两侧膀胱经分别抖罐3个来回,起到刺激局部经络穴位的作用。⑥留罐,选择肾俞、脾俞、胃俞、命门等重点穴位进行留罐5 min。随时观察罐体吸附情况和皮肤颜色,询问患者有无不适。⑦起罐,一手握住

罐体腰骶部稍倾斜,另一手持清洁敷料按压罐口边缘的皮肤,起罐,纱布清洁罐印。注意事项:①闪罐要充分,形成背部气血优势方可开展接下来的操作。②走罐时注意询问患者感受,根据患者耐受及时调整走罐的力度。③拔罐后饮一杯温开水,拔罐部位忌风扇或空调直吹。

2.4.2 健康指导

予患者健康指导,具体如下:①功能锻炼:指导患者平时注意卧床休息,注意起势和缓与保暖。同时配合腰背肌力锻炼,五点支撑式、三点支撑式、俯卧飞燕式,早中晚各行1次,每次10~20 min,以不感到疲劳为度。②饮食指导:嘱患者合理饮食,低盐低脂富含营养饮食。进食活血化瘀、强筋健骨的食品,如木耳、山楂、骨头汤、牛奶、瘦肉等。

2.5 护理评价

2023年7月4日实施5次平衡火罐治疗后,患者腰背部疼痛NRS评分由6分降至1分,疼痛明显减轻,Barthel评分由65分升至90分,生活自理能力明显提升。患者腰部活动恢复正常,直腿抬高试验右侧阴性70°,左侧阴性70°,治疗效果显著,详见表1。

表1 疗效观察

评估项目	治疗前	2次治疗后	5次治疗后
NRS/分	6	4	1
Barthel/分	65	75	90

2.6 随访

2023年7月18日患者治疗结束后两周,进行电话随访,患者主诉腰背部疼痛不适症状缓解,下肢无力症状较前好转,腰部活动正常。指导患者日常进行功能锻炼及注意事项,提醒患者注意劳逸结合。

3 讨论

腰背肌筋膜炎属中医学“腰痹”范畴,《素问·痿论篇》中“宗筋主束骨而利机关也”“利机关”指的是骨骼关节内收外展等活动由筋经所主,故全身之筋的主要功能为束缚骨骼以有利于关节灵活运动^[6]。清代医家叶天士在其《临证指南医案》中记载:“大凡经主气,络主血,久病血淤……初为气结在经,久则血伤入络……百日久恙,血络必伤”^[7]。平衡火罐是以阴阳学说为基础,以神经传导为治疗途径,以自身平衡、修复和调节为核心,运用不同拔罐手法作用于人体的自然平衡疗法^[8]。平衡火罐操作部位主要在背部,背部是足太阳膀胱经、督脉、带脉、手太阳小肠经的循行部

位,夹脊穴亦分布于脊柱两侧,脏腑的俞穴均位于背部的膀胱经上。在背部及俞穴行平衡火罐治疗既可调节脏腑气机,又可通过经络传导调理全身脏腑,疏通经络。现代研究表明,平衡火罐可利用多种操作罐的手法,对背俞穴施以良性刺激,刺激神经连续向大脑进行反馈,让大脑发挥对交感神经、副交感神经的兴奋与抑制过程,进而使机体恢复到平衡状态^[9]。

该患者出现持续性腰背疼痛与患者长期血瘀气滞导致的脉络瘀滞有关,通过充分闪罐直到患者背部皮肤微红,达到了通过对经络穴位的吸拔作用,引导经络中的气血重新分布,从而形成背部的气血优势。揉罐能更好地促进背部肌肉放松,提高患者的舒适度,紧接着通过督脉、膀胱经走罐可以活血通络、祛风散寒,从而使经脉畅通,气血津液得以运行。最后肾俞、脾俞、胃俞、命门穴留罐,肾俞穴有调补肾气、通利腰脊、温补肾阳的功效,脾俞、胃俞有健脾和胃、温阳化湿、消痰化滞的作用,命门有培元固本,强健腰膝的作用,既可以最大程度祛除经络中的各种致病因子及邪气,又可以有效减少体内正气的消耗,使营卫调和,促进血液循环、提振全身阳性祛邪外出、调节五脏六腑功能,进而恢复人体的阴阳动态平衡。综上所述,平衡火罐可以有效缓解腰背肌筋膜炎患者腰背疼痛症状,具有明显优势,安全有效,易被患者接受。

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] 沈飞飞,贡君,胡安丽,等.从“筋”论刺治疗腰背肌筋膜炎的思路探析[J].中国中医急症,2022,31(8):1191-1193.
SHEN F F, GONG J, HU A L, et al. Exploration and analysis of lumbar back myofascitis treated by acupuncture based on meridian tendons theory[J]. J Emerg Tradit Chin Med, 2022, 31(8): 1191-1193. (in Chinese)
- [2] 崔雪娇,曹艳霞,许慧荣,等.循筋解结走罐技术应用1例腰背肌筋膜炎患者的护理体会[DB/OL].中西医结合临床案例库,2023. DOI: 10.12209/CAIM202210280066.
CUI X J, CAO Y X, XU H R, et al. Moving cupping therapy along the aponeurotic system and related nursing management for a patient with myofascitis of the back [DB/OL]. Clinical Archives of Integrative Medicine, 2023. DOI: 10.12209/CAIM202210280066.
- [3] 王麟鹏,黄毅,刘明军.社区中医适宜技术[M].北京:人民卫生出版社,2018.
- [4] 汪小冬,徐莺,吴美凤.平衡火罐联合中药封包治疗1例慢性肾衰患者腰酸腰痛的护理体会[DB/OL].中西医结合临床案例库,2022. DOI: 10.12209/CAIM202210310045.
WANG X D, XU Y, WU M F. Study on the effect of balanced cupping and Traditional Chinese Medicine package on low back pain in a patient with chronic renal failure [DB/OL]. Clinical Archives of Integrative Medicine, 2022. DOI: 10.12209/CAIM202210310045.
- [5] 盛海燕.平衡火罐联合电子艾灸在慢性阻塞性肺疾病病人康复中的应用[J].循证护理,2021,7(1):76-79.
SHENG H Y. Application of balance cupping combined with electronic moxibustion in rehabilitation of patients with COPD [J]. Chin Evid Based Nurs, 2021, 7(1): 76-79. (in Chinese)
- [6] 张森,聂文婷,郭颖,等.循经远取动法结合背部阳经透刺治疗轻中度腰背肌筋膜炎疗效观察[J].中国针灸,2019,39(8):817-820.
ZHANG M, NIE W T, GUO Y, et al. Clinical observation of mild to moderate lumbodorsal fascitis treated with distal acupoints along meridian plus exercising combined with penetration needling on Yang meridians of back [J]. Chin Acupunct Moxibustion, 2019, 39(8): 817-820. (in Chinese)
- [7] 郑洪新.中医基础理论[M].4版.北京:中国中医药出版社,2016.
- [8] 袁宇红,赵敏,李涛,等.平衡火罐技术操作规范探析[J].新中医,2023,55(3):204-207.
YUAN Y H, ZHAO M, LI T, et al. Discussion and analysis on operation standards of balance cupping techniques [J]. N Chin Med, 2023, 55(3): 204-207. (in Chinese)
- [9] 张维维.平衡火罐治疗慢性疲劳综合征临床研究[J].辽宁中医杂志,2022,49(12):186-188.
ZHANG W W. Clinical study on treatment of chronic fatigue syndrome by balanced cupping [J]. Liaoning J Tradit Chin Med, 2022, 49(12): 186-188. (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。