

温中行气推拿法干预 1 例夜啼患儿的护理体会

张秋彦, 刘茂娟

(三亚市中医院, 海南 三亚, 572000)

摘要: 本文总结 1 例温中行气推拿法干预患儿夜啼的护理经验。通过中医辨证, 采用温中行气推拿法对患儿进行治疗, 同时给予患儿及家属中医情志护理及饮食调护为主的健康宣教, 有效地改善了患儿的夜啼症状。

关键词: 夜啼; 温中行气推拿法; 护理

Nursing experience on treating an infant with night cry by warm and running Qi massage

ZHANG Qiuyan, LIU Maojuan

(Sanya Traditional Chinese Medicine Hospital, Sanya, Hainan, 572000)

ABSTRACT: This article summarized the nursing experience on treating an infant with night cry by warm and running Qi massage. According to Traditional Chinese Medicine dialectics, the treatment of warm and running Qi massage was adopted. At the same time, the health education based on traditional Chinese emotional nursing and diet adjustment was provided to the infant and her family. The infant's night crying symptoms were effectively improved.

KEY WORDS: Night cry; warm and running Qi massage; nursing

小儿夜啼是中医病名,指患儿在夜间哭闹不安,啼哭不止,或每夜定时啼哭甚则通宵达旦的疾病,而患儿白天通常可以安静入睡,中医将其归纳于“目不瞑”^[1-2]。虽然现代医学中没有夜啼这一病名,但夜啼的临床表现与现代医学中的儿童夜惊症基本一致,属于精神心理科病症。儿童夜惊症又叫睡惊症,指患儿从慢波睡眠中突然惊醒,伴哭闹或喊叫,同时可有异常行为和交感神经功能亢进表现的儿童常见睡眠障碍^[3]。相关研究证明,近几年儿童睡眠障碍的发生率在不断上升^[4]。睡眠是人体重要的生理调节环节,是儿童生长发育及完善免疫不可或缺的重要条件之一,儿童睡眠障碍与反复呼吸道感染、胃肠道功能紊乱、情志障碍等疾病密切相关^[5]。因此,如果不能及时解决患儿夜啼,会直接影响儿童的体格生长发育、认知功能、心理发育;往往还会影响父母及其他监护人的睡眠质量,诱发更多群体的睡眠障碍,形成恶性循环。

本病发病机制尚不清楚,现代医学认为可能与中枢神经系统发育不完善及肠道功能不成熟有关,心理、环境、遗传、维生素 D 缺乏、钙离子水平

下降等因素亦可引起本病的发生^[6]。目前对儿童睡眠障碍的治疗包括口服西药及中药等,两者均存在一定的弊端,主要体现在西药的副作用及口服中药困难。因此,寻找一种有效且婴幼儿易于接受的治疗方式尤为必要。小儿推拿是建立在祖国医学整体观念的基础上,以阴阳五行、脏腑经络等学说为理论基础,结合小儿生理、病理特点,运用各种手法刺激穴位,使经络通畅,气血流通,以达到调整脏腑功能,治病保健目的的一种中医外治法^[7]。本文总结温中行气推拿法干预 1 例夜啼患儿的护理体会,现报道如下。

1 病例资料

1.1 时间表

患者就诊时间表见表 1。

1.2 患者信息

患儿女性,11 个月龄,于 2023 年 2 月 4 日就诊于我院的中医护理门诊。主诉:夜间睡眠时出现易醒、哭闹,醒后不易入睡 1 月余,加重 1 周。患儿出生于吉林,一月前由家人带至三亚生活,母乳混合喂养。现病史:患儿 1 月前无明显诱因在夜间

表 1 患者就诊时间表

就诊时间	就诊医院及处理	备注
2023 年 1 月 13 日	患儿夜间易哭闹, 赴外院就诊, 怀疑肠系膜淋巴结肿大引起腹痛, 故行 B 超检查, 无异常, 给予喂养指导。	
2023 年 1 月 29 日	患儿 T 38.3 ℃, 4 天未解大便, 夜间哭闹加重, 赴外院就诊, 行血常规检查, 细菌合并病毒感染, 给予口服退热消炎药, 外用开塞露。	中性粒细胞百分比为 67.5%; 全程 c 反应蛋白 33.8 mg/L
2023 年 2 月 4 日	患儿 3 天未解大便, 稍有发热, 体温最高 37.2 ℃, 夜间哭闹难以入睡, 赴我院中医护理门诊治疗, 复查血常规。	中性粒细胞比率为 58.3%; c 反应蛋白 2 mg/L

睡眠时出现易醒、哭闹, 醒后不易入睡, 近一周此症状加重, 最严重时一夜每隔 1~2 小时醒一次, 哭闹一次最长可达 2 小时。1 月来反复就诊于各医院, 给予对症处理, 但疗效时好时坏, 遂来中医护理门诊就诊。入院体格检查: 体温 37 ℃, 脉搏 98 次/分, 呼吸 21 次/分。中医四诊, 望: 面色偏白, 双下眼睑肿大, 色暗紫; 患儿烦躁, 双眼无神; 舌淡红稍暗, 中下焦苔白稍腻, 舌上中焦部凹陷, 舌胖有齿痕, 舌下脉络淡紫; 口唇淡。闻: 哭声低弱。问: 近一月来夜间睡眠时哭闹易醒; 易出汗; 大便经常不成形, 偶尔便秘; 喜温熨抚摩; 母亲既往饮食贪凉, 怀孕期间食入大量水果和蚕蛹、燕窝等高蛋白食物。摸: 四肢不温; 腹部胀满, 探有少许粪块。既往史: 大便不成型, 偶尔便秘。西医诊断: 小儿夜惊症。中医诊断: 夜啼; 辨证属脾虚气滞证。

采用患儿夜啼主证(睡眠障碍)改进型 SPIEGEL 评分量表对患儿睡眠进行评分, 本例患儿评分为 40 分, 为重度夜啼。四诊合参, 给予辩证施治, 采用温中行气推拿法治疗并结合中医情志护理与饮食调护的健康宣教, 每日来门诊推拿一次, 7 次为一个疗程。2023 年 2 月 4 日第一次治疗后 3 小时解大便一次, 大便开始为羊屎样, 色深, 后面为不成形的糊状; 治疗后 5 小时解大便一次, 为不成形糊状, 量多。患儿夜间哭闹次数减少。2023 年 2 月 10 日第 7 次治疗后, 患儿大便每天 1 次, 成形; 夜间无哭闹, 睡眠时间可达 10~12 小时, 偶尔会有反转不宁。患儿于 2023 年 2 月 10 日治疗满一个疗程, 患儿家属对治疗效果满意, 此后在门诊对患儿进行不定期推拿保健治疗。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 夜啼主症评分

采用小儿夜啼主证(睡眠障碍)改进型 SPIEGEL 评分量表评估患儿的睡眠障碍的程度,

分别从入睡困难、夜间睡眠时间、夜醒次数、再入睡时间、睡眠中翻转不宁、睡觉中惊叫/哭喊、摇头或四肢抽搐 7 个方面, 4 个程度进行评分。其中 4 个程度得分分别为: 无症状 0 分, 轻度 2 分, 中度 4 分, 重度 6 分, 数值越高, 代表患儿睡眠障碍的程度越重。本例患儿采用小儿夜啼主证(睡眠障碍)改进型 SPIEGEL 评分量表评分为 40 分, 为重度, 具体评分情况为: 入睡困难: 6 分; 夜间睡眠时间: 6 分; 夜醒次数: 6 分; 再入睡时间: 6 分; 睡觉中惊叫/哭喊: 6 分; 摇头或四肢抽搐: 4 分。

2.1.2 夜啼次症评分

采用小儿夜啼次症(脾寒气滞)改进型 SPIEGEL 评分量表, 对患儿进行评分。其项目包括食欲、面色、腹胀、大便、四肢温度, 无症状 0 分, 轻度 1 分, 中度 2 分, 重度 3 分。本例患儿小儿夜啼次证(睡眠障碍)改进型 SPIEGEL 评分量表评分为 10 分, 分别为: 胃纳欠佳: 3 分; 四肢欠温: 3 分; 面色偏白: 2 分; 大便溏薄: 2 分。

2.2 护理诊断

患儿便秘: 与脾虚, 气机推动无力有关; 夜啼: 与寒邪客于脾脏, 中焦气机不畅导致脾虚肝郁, 郁而化热, 干扰心神有关。

2.3 护理计划及护理难点

2.3.1 护理计划

针对患儿存在的相关因素, 制定如下护理计划: 发挥中医特色技术优势, 根据疾病发展的不同时期, 运用不同的中医推拿手法, 解决或减轻患儿便秘及夜啼症状。

2.3.2 护理难点及解决方法

难点 1: 患儿小, 无法进行有效的心理疏导。解决方法: 治疗方法上不能增加患儿的不适感, 因此选择小儿推拿技术; 父母及家人多陪伴, 家人要正确认识患儿目前的病情, 正确应对。

难点 2: 母乳量减少, 患儿喜进食凉性食物。解决方法: 让母亲认识到此时患儿饮食起居的重要性, 家长在饮食保暖上稍不注意, 患儿极易因为

脾寒而发生夜啼,做好患儿的喂养指导至关重要;因寒邪客于脾脏,中焦气机不畅是引起脾寒气滞型夜啼的病因,给予温中行气推拿法,以达到温中行气,健脾和胃、镇静安神的目的。

难点 3:患儿既往肠道功能紊乱,导致便秘腹胀腹痛等,加重夜啼。解决方法:患儿小,脏腑娇嫩,形气未充,以肺脾肾表现尤为突出,小儿成长需要从食物中摄取水谷精微,脾胃运化水谷、输布精微,小儿常常显示脾常不足,一旦邪气入侵,脾首当其冲受累而导致脾虚。传统“泄法”会增加患儿的“气虚”而导致气滞,所以选择以平补平泻的手法实施经穴便秘推拿。

综上,中医护理技术优选小儿推拿;护理措施的原则:急则治其标,缓则治其本;护理目标:解除便秘腹胀,镇静安神,温中健脾。

2.4 护理措施

2.4.1 推拿治疗前准备

①治疗室内室温保持在 22~28℃,保持温暖,室内环境安静,房间内光线充足,避免患儿哭闹不安。②介质选用橄榄油或者山茶油。③准备若干治疗巾(患儿哭闹汗多时擦汗)。④体位采取家属环抱位或患儿仰卧位/俯卧位,推拿者坐于其一侧。

2.4.2 第一阶段

治则:治标通便、镇静安神。以温中行气推拿法为基础,以平补平泻的经穴便秘推为重点,排出宿便,缓解腹痛、腹胀等不适。推拿方法:先实施温中行气推拿法,以达到健脾散寒,行气、镇静安神的目的,让患儿安静下来,避免其紧张恐惧的心理。再实施腹部便秘推拿,其先顺时针方向、再逆时针方向的摩腹,再配合相应穴位的点按。揉中腕穴达到健脾和胃、补中安神的作用;天枢穴:调中和胃,理气健脾,疏通肠腹。大横穴:健脾利湿,有利消化。关元穴:培肾固本。揉脐:按揉肚脐,施术者以中指指端或掌根揉 100~300 次。顺时针方向为泻法,逆时针方向为补法,用于该病应当顺逆各半,平补平泻,调理下焦气机。气海:补肾固精,温阳益气。分腹阴阳:可理气健脾,临床常用来治疗腹胀食积,治疗夜啼,可以缓解患儿气滞的症状,调理脾胃,有利于调整患儿的阴阳平衡,气机顺畅,从而改善睡眠。足三里:具有健脾和胃、消食导滞的功效。补脾经:可健脾胃、补气血,针对患儿的脾寒表现,从小儿脏腑娇嫩的特点出发应通过补脾经来作为主要手法。小天心:是安

神要穴,可以治疗惊风抽搐等症,可以辅助患儿睡眠,减少夜醒次数。治疗时间:每日一次,每次 40~60 分钟(以腹部经穴便秘推占 3/2)。

2.4.3 第二阶段

治则:治本补虚,镇静安神。以温中行气推拿法为重点,达到健脾、消食、补气血、温阳散寒、镇静安神的目的。推拿方法:有推法、拿法、摩法、捏法、揉法、擦法、搓法。补脾经:可健脾胃、补气血;小天心:是安神要穴,辅助患儿睡眠,减少夜醒次数;一窝风:可安神镇静,温中行气散寒,可以稳定患儿的情绪,使之睡眠时更安静放松;上推三关:具有补气行气,温阳散寒的功用,其性温热,可治一切虚寒病症;逆运内八卦:具有降气平喘的作用。《小儿按摩经》中提到,当出现腹部气滞时,可使用逆运内八卦调理气机;揉外劳宫:可以温煦脾寒,又能够调理气机;分腹阴阳:可理气健脾,临床常用来治疗腹胀食积等症。用于治疗夜啼,可以缓解患儿气滞的症状,调理脾胃,有利于调整患儿的阴阳平衡,气机顺畅,从而改善睡眠;补肾:补肾益脑,可以濡养大脑神经元,临床上对先天不足的小儿使用最多;揉脐:顺时针方向为泻法,逆时针方向为补法,用于该病应当顺逆各半,平补平泻,调理下焦气机;足三里:具有健脾和胃、消食导滞的功效。治疗时间:每日一次,每次 40~60 分钟(以温中行气推拿占 3/2)。

2.4.4 健康教育

饮食指导:按时喂养;易进食温胃散寒之品,以乳食为主,可少量给予粥食(如山药小米粥);注意食量的增减,禁止睡前过度进食;母亲避免进食辛辣寒凉之品,禁食碳酸饮料及咖啡等。

睡眠指导:睡前避免给孩子观看电子产品或剧烈活动,引起孩子过度兴奋,影响睡眠;提供安静、温度舒适的睡眠环境;睡眠时间应规律、固定,尽可能减小变动范围。

2.5 护理评价

采用小儿夜啼主证(睡眠障碍)改进型 SPIEGEL 评分量表及小儿夜啼次症(脾寒气滞)改进型 SPIEGEL 评分量表对患儿临床症状的整体疗效进行评价。经过连续 7 天的治疗,患儿的小儿夜啼主证(睡眠障碍)改进型 SPIEGEL 评分从 40 分降为 4 分,疗效指数为 90%,整体疗效评价为显效。患儿的小儿夜啼次症(脾寒气滞)改进型 SPIEGEL 评分从 10 分降为 2 分,疗效指数为 80%,整体疗效评价为显效。

疗效指数=(治疗前的症状评分-治疗后的症状评分)/治疗前的症状评分 $\times 100\%$;疗效指数 $\geq 95\%$ 为临床痊愈,70% $\leq$ 疗效指数 $<95\%$ 为显效,30% $\leq$ 疗效指数 $<70\%$ 为有效,疗效指数 $<30\%$ 为无效。

2.6 结果

经治疗,患儿大便每天1次,成形;夜间无哭闹,睡眠时间可达10~12小时,偶尔会有反转不宁。

3 讨论

中医认为,人的身心是有机统一的整体,从阴阳、营卫和脏腑的角度解释睡眠问题,对于疾病发病原因有着成体系的认识,阴阳失衡、营卫不和,阳不入阴,导致患儿副交感异常亢奋从而夜间易醒,醒后哭闹^[8]。小儿脏腑的生理特点其一是脏腑娇嫩、形气未充,即小儿的五脏六腑为主的身体各大系统正在发育、尚未成熟,生理功能还未完善,形与气都不足,而肺脾肾表现尤为突出。小儿成长需要从食物中摄取水谷精微,脾胃运化水谷、输布精微,小儿常常显示脾常不足,一旦邪客脏腑,尤其是小儿脾寒气滞,家长在饮食保暖上稍不注意,极易因为脾寒而发生夜啼,家长若发病初期不引起重视,不予理睬甚至责怪患儿,则导致患儿精神紧张,气行阻滞。

中医治疗既要辨证论治,又要体现出人文关怀。本案例的辨证论治体现在:针对患儿的病情特点将治疗分为两个阶段,第一阶段主要采取平补平泻腹部经穴便秘推,达到治标通便、镇心安神的效果;第二阶段主要采取温中健脾、行气散寒的推拿手法,达到治本补虚、镇心安神的目的。人文关怀体现在:与患儿家属多沟通,及时协助解决患儿喂养中存在的问题。在推拿过程中,多与患儿互动交流,适时给予患儿鼓励和肯定,增加患儿与治疗者之间的情感和信任感。中医治疗增加了父母及家人对患儿的陪伴时间,同时在推拿过程中,通过皮肤的触摸,可以增加患儿的安全感。

应用中医理论进行辨证施护,分析疾病发展过程中的症与证,遵循急则治其标,缓则治其本的原则。用护理学的知识,尤其是中医护理思维,采用中医外治法,解决患儿的护理问题,避免药物的不良反应,提高护理人员的价值。

患者知情同意:病例报告公开得到患者家属的知情同意。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 谢琪. 中西医对于儿童夜惊症的研究概况[J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(A5): 62-63, 68.
XIE Q. Research progress of Chinese and western medicine on children's night terrors[J]. World Latest Med Inf, 2018, 18(A5): 62-63, 68. (in Chinese)
- [2] 贺婷, 余舒, 陈希蒙, 等. 廖品东教授运用小儿推拿治疗夜啼经验[J]. 中医儿科杂志, 2019, 15(3): 26-28.
HE T, YU S, CHEN X M, et al. Professor LIAO Pindong's experience in using child massage to treat morbid night crying of babies [J]. J Pediatr Tradit Chin Med, 2019, 15(3): 26-28. (in Chinese)
- [3] 范晓林. 基于数据挖掘温中行气推拿法治疗小儿夜啼(脾寒气滞型)的临床研究[D]. 济南: 山东中医药大学, 2021.
FAN X L. Clinical Study on the Treatment of Children's Night Cry (Spleen Cold Qi Stagnation Type) with the Method of Warming the Middle and Promoting Qi Massage Based on Data Mining [D]. Jinan: Shandong University of Traditional Chinese Medicine, 2021.
- [4] 吴墨源, 黄婷红. 中国儿童睡眠障碍报告率的Meta分析[J]. 重庆第二师范学院学报, 2015, 28(6): 162-165, 168.
WU M Y, HUANG T H. Meta-analysis on report rate of Chinese children's sleep disorders [J]. J Chongqing Univ Educ, 2015, 28(6): 162-165, 168. (in Chinese)
- [5] 周敏. 运用聚类分析法探讨儿童睡眠障碍的中医证型及其相关因素[D]. 南京: 南京中医药大学, 2022.
ZHOU M. Exploring Traditional Chinese Medicine Syndrome Types and Related Factors of Sleep Disorders in Children Using Cluster Analysis [D]. Nanjing: Nanjing University of Traditional Chinese Medicine, 2022.
- [6] 许双虹, 陈建宏, 林诗书. 小儿七星茶新用[J]. 新中医, 2009, 41(3): 100-101.
XU S H, CHEN J H, LIN S S. New use of seven star tea in children [J]. J N Chin Med, 2009, 41(3): 100-101. (in Chinese)
- [7] 徐雅, 孔伟星. 小儿推拿辅助治疗儿童腺样体肥大痰凝气滞证25例临床观察[J]. 中医儿科杂志, 2023, 19(4): 83-86.
XU Y, KONG W X. Clinical observation on 25 cases of pediatric adenoid hypertrophy with phlegm co-

- agulation and qi stagnation syndrome treated with pediatric tuina as an auxiliary treatment [J]. *J Pediatr Tradit Chin Med*, 2023, 19(4): 83–86. (in Chinese)
- [8] 李燕燕, 李晓婷, 苏慧萍, 等. 三字经流派小儿推拿治疗小儿心经积热型夜啼疗效观察[J]. *中国民间疗法*, 2017, 25(3): 16–17.
- LI Y Y, LI X T, SU H P, et al. Observation on therapeutic effect of massage for children with three-character meridian school on nocturnal crying caused by heat accumulation in heart meridian [J]. *China's Naturopathy*, 2017, 25(3): 16–17. (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。