

DOI: 10.12209/CAIM202309120001

· 中西医结合临床案例 ·

铜砭刮痧联合中药代茶饮治疗 1例风寒湿痹型项痹病患者的护理

姜 洋

(北京市平谷区中医医院 骨伤二科, 北京 101200)

摘要: 本文总结铜砭刮痧联合中药代茶饮治疗1例风寒湿痹型项痹病患者的护理体会。运用中医辨证施护, 实施铜砭刮痧技术并结合中药代茶饮, 加强患者体位及饮食指导, 有效改善风寒湿痹型项痹病患者的症状, 减轻患者痛苦。

关键词: 项痹病; 风寒湿痹型; 铜砭刮痧; 中药代茶饮; 中医护理

Nursing of a patient with cervical spondylosis of wind-cold-damp syndrome treated by scraping with copper bianstone combined with traditional Chinese medicine as tea

JIANG Yang

(Second Department of Orthopedics, Pinggu District Hospital of Traditional Chinese medicine, Beijing 101200)

ABSTRACT: This article summarized the nursing experience of a patient with cervical spondylosis of wind-cold-damp syndrome treated by scraping with copper bianstone combined with traditional Chinese medicine as tea. The application of traditional Chinese medicine syndrome differentiation and nursing, the implementation of copper bianstone scraping technique combined with traditional Chinese medicine as tea drinking, strengthening the patient's posture and diet guidance, can effectively improve the symptoms of patients with cervical spondylosis of wind-cold-dampness syndrome and reduce the pain of patients.

KEY WORDS: cervical spondylosis; wind-cold-damp arthralgia type; copper bian scraping; Chinese Medicine for tea; Traditional Chinese Medicine nursing

由于人们日常生活中长时间低头使用电子产品, 以至于颈椎病发病率显著增加且又趋向年轻化, 据调查全国7%~10%的人患颈椎病^[1]。中医学认为颈椎病属于“项痹”范畴, 其病位在颈项, 常表现为头晕目眩、颈肩部疼痛、活动受限、视物旋转、恶心呕吐、耳鸣耳聋等^[2]。铜砭刮痧疗法作为中医特色外治法之一, 以经络、腧穴为理论指导, 通过刮痧板等刮痧工具在相应皮肤表面进行来回刮拭摩擦, 使局部皮肤组织血管快速扩张充血, 出现痧斑或痧痕, 以疏通经络, 宣通全身气血, 从而有效缓解颈椎病的发病进程及不适症状^[3]。代茶饮是指将中草药(单味或复方)代茶冲泡、煎煮, 像茶一样饮用。在中医理、法、方、药的指导下, 依据辨证结果为防治疾病、病后调理、养生保健而组方

选药制成的传统剂型^[4]。运用铜砭刮痧技术联合中药代茶饮能明显地改善风寒湿痹型项痹病患者疼痛、眩晕等症状, 治疗效果满意, 现报告如下。

1 临床资料

患者男性, 67岁, 因“颈痛伴头晕1周”于2023年6月5日至中医护理门诊就诊。患者主诉颈部伴左肩部疼痛不适, 时有头晕。查体: 颈部肌肉紧张, 活动受限; C5-7棘间及棘旁压痛(+); 双上肢放射痛; 叩顶试验(-); 双侧臂丛神经牵拉试验(+); 双上肢肌力5级, 双手掌侧麻木, 末梢血运可。饮食可, 二便调, 眠可, 舌质淡、苔白腻、脉弦紧。既往糖尿病史10年, 无药物食物过敏史。中医诊断: 项痹病; 风寒湿痹证; 西医诊断: 颈椎病。

收稿日期: 2023-09-12

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

遵医嘱给予患者颈肩部铜砭刮痧治疗,重点穴位为风池、大椎、肩井及颈夹脊穴。铜砭刮痧联合中药代茶饮,持续3个疗程,至2023年7月17日结束。有效缓解了风寒湿痹型项痹病患者的疼痛及眩晕症状,达到了镇静安神的效果。

2 护理

2.1 护理评估

疼痛数字评分法(NRS)主要用于疼痛评估,共分为4个等级。总分0分为无疼痛;1~3分轻度疼痛;4~6分中度疼痛;7~10分重度疼痛。得分越高,表示疼痛越强。对该例患者颈肩部疼痛进行评估,评分为6分,疼痛强度为中度;双上肢放射痛,评分为3分,为轻度疼痛。

眩晕症状量表(VSS)是评估眩晕症状的工具,总分越高眩晕程度越严重,划分为4个等级。0~33分轻度眩晕;34~67分中度眩晕;68~101分重度依赖;102~136分极重度眩晕。对该例患者眩晕症状进行评估,评分30分,属轻度眩晕。

2.2 护理诊断

该例患者护理诊断如下:疼痛与风寒湿邪导致颈椎气血痹阻、筋脉不通有关;眩晕与颈椎退行性变、压迫神经根有关。

2.3 护理计划

发挥中医技术特色优势,遵医嘱运用铜砭刮痧联合中药代茶饮技术,通过加强情志护理、饮食及生活起居护理,以达到疏通经络,畅通全身气血,缓解颈椎病、外感风寒、内外风邪引发的疼痛,镇静安神,缓解头晕目眩的作用。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理

铜砭刮痧技术是以经络、腧穴为理论指导,以通为补、以通为泄、以通为健,适用于颈椎病、肩周炎,各类扭伤。治疗时,患者取座位,暴露颈肩部,注意保暖。用铜砭刮痧板突出的边,并在刮痧区域少量涂抹刮痧油,刮颈部正中督脉循行区域,从风府穴向下刮过大椎穴下至陶道穴;刮脊柱两侧膀胱经循行区域,从天柱穴向下刮至风门穴,风门穴可采用点压法、按揉法;刮颈部两侧胆经循行区域,从风池过肩井并延伸至肩头,风池穴、肩井穴可采用点压法、按揉法。刮拭督脉两侧颈椎1~7颈夹脊穴。刮上肢沿手阳明大肠经脉循行区域,由肩上的肩髃向下刮过曲池至合谷,在肩髃、曲池穴位处可稍加力重刮,合谷穴处用电压按揉3~5

次。力道、速度适中,由轻到重,每个部位刮拭20~30次,治疗10~30 min。2次/周,以皮肤上痧退为宜,2周为1个疗程,持续3个疗程。

中药代茶饮主要包括两个处方。眩晕处方:枸杞子15~30 g、白菊花10 g、优质绿茶3 g、龙齿9 g、石菖蒲3 g。祛湿处方:赤小豆3 g、薏苡仁2 g、芡实2 g。冲泡方法:将中药饮片放入500~600 mL的杯子中,倒入沸水,盖紧杯盖,浸泡10 min后分次饮用,1付/d,冲服3次/付,2周为1个疗程,持续3个疗程。

2.4.2 健康指导

予患者体位指导及饮食指导。体位指导:保持良好的颈部姿势,枕头符合要求,不宜过软或过硬。不宜低头过久,如超过1 h做到及时改变体位并朝相反方向活动颈部。按要求进行康复锻炼,主要是项臂张力、扩胸运动,注意量力而行,循序渐进,不可过度用力。饮食指导:进食温热祛寒湿食物,多食羊肉、生姜、薏苡仁、赤小豆等。饮食宜低糖低盐富有营养,忌食辛辣油腻之品。

3 结果及随访

铜砭刮痧联合中药代茶饮,加强情志护理、饮食及生活起居护理,达到疏通经络,畅通全身气血,增强患者战胜疾病的意志和信心,有效缓解风寒湿痹型项痹病患者的疼痛及眩晕,提高患者生活自理能力,提升中医护理效果(详见表1)。2023年7月12日患者治疗结束后两周,进行电话随访,患者遵从护理指导,主诉颈部伴左肩部疼痛不适,时有头晕症状明显好转,心情舒畅。

表1 干预前后评分比较

评估项目	NRS/分	VSS/分
治疗1疗程	5	15
治疗2疗程	3	10
治疗3疗程	1	5

4 讨论

颈椎病作为世界卫生组织列出的“全球十大顽疾”之一,在社会上已获得广泛关注。常因颈部缺乏衣物保护,风邪常年皆有,加之夏季喜好长时间吹冷空调、风扇等,导致风寒之邪易于侵犯颈部,经络气血痹阻,最易引起风寒湿痹型颈椎病的发生。流行病学调查也证实风寒痹阻型为颈椎病发病率最高的证型。刮痧作为一项中医传统疗法,操作简单,安全有效,广泛应用于各种颈椎病

的预防和治疗^[5]。铜砭刮痧疗法由李道政先生创立,广泛应用于各种疾病的防治^[6]。铜砭具有良好的抗菌效果,“徐而和”的刮痧手法产生的独特音质频率可与人体进行共振,且刮痧时刮拭部位皮温升高,有助于气血运行,起到祛风散寒、除湿通痹之功效,对风寒湿痹证起到对症治疗的效果^[7]。该患者刮痧重点穴位风池穴、大椎穴、肩井穴及颈夹脊穴。风池穴位于后头部,后头骨下,与耳垂相平,刮拭此穴,可以有效地缓解颈椎病、外感风寒、内外风邪引发的疼痛,以及长时间低头工作导致的颈部疲劳;大椎穴是诸阳之会,刮之有通阳解表、清热解毒、疏风散寒等功效;肩井穴,所属足少阳胆经,位于大椎与肩峰端连线的中点上,前置对乳中,刮拭起到治疗肩背痹痛、上肢不遂、颈项强痛等病症;颈夹脊穴是经外奇穴,可调节督脉和足太阳经的经气,是经络系统的重要组成部分,其穴位处的脊神经血管上通大脑,内联脏腑,外络肢节,通往全身^[8]。

据《慈禧光绪医方选议》中记载,中药代茶饮始于唐,盛于宋,成熟于清代,具有悠久的历史渊源^[9]。代茶饮作为绿色补充疗法,调配方便,枸杞子补肾填精,用于治疗肾精亏,虚润肺补肝;白菊花平肝明目,可治疗偏中头痛、眩晕;龙齿能镇静安神,适用于肝阴不足、肝阳上亢而导致的头晕目眩;石菖蒲有理气活血的功效;赤小豆、薏苡仁、芡实有行气频谱和血、健脾除湿功效^[10]。综上所述,运用铜砭刮痧联合中药代茶饮可有效缓解风寒湿痹型麻痹病患者的症状,疗效显著且安全,能有效缓解患者痛苦,值得临床推广。

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] 曾柳苑,黄晓倩,魏丽红,等. 温通刮痧治疗椎动脉型颈椎病临床观察[J]. 光明中医, 2023, 38(13): 2481-2484.
ZENG L Y, HUANG X Q, WEI L H, et al. Clinical observation of Wentong scraping in the treatment of cervical spondylosis of vertebral artery type [J]. Guangming J Chin Med, 2023, 38(13): 2481-2484. (in Chinese)
- [2] 颜良达. 针刺结合百会压灸治疗椎动脉型颈椎病的疗效观察[D]. 广州: 广州中医药大学, 2017: 1-57.
- [3] 王璇,冯进,章琼,等. 虎符铜砭刮痧干预原发性高血压(肝阳上亢型)患者的临床疗效及其对血脂的影响[J]. 湖南中医药大学学报, 2019, 39(12): 1493-1497.
WANG X, FENG J, ZHANG Q, et al. Clinical efficacy of hufu Tongbian scrapping intervention on essential hypertension (liver Yang hyperactivity syndrome) and effects on blood lipid [J]. J Hunan Univ Chin Med, 2019, 39(12): 1493-1497. (in Chinese)
- [4] 刘龙涛. 清宫医药档案中的代茶饮[J]. 中国中西医结合杂志, 2017, 37(11): 1290-1291.
LIU L T. Dai tea in the medical archives of Qing Palace [J]. Chin J Integr Tradit West Med, 2017, 37(11): 1290-1291. (in Chinese)
- [5] 陈苏娟,顾敏,唐庆艳,等. 李氏砭法铜砭刮痧对乳腺癌患者癌痛及生活质量的影响[J]. 中国临床护理, 2019, 11(4): 292-296.
CHEN S J, GU M, TANG Q Y, et al. Effects of Lee's span method copper span scrapping on the cancer pain and life quality of breast cancer patients [J]. Chin Clin Nurs, 2019, 11(4): 292-296. (in Chinese)
- [6] 王淑荣,段志宇,刁旺平,等. 铜砭刮痧治疗寒凝血瘀型原发性痛经临床效果[J]. 中国医药导报, 2021, 18(26): 147-151.
WANG S R, DUAN Z Y, DIAO W P, et al. Clinical effect of copper-Bian scraping therapy in the treatment of primary dysmenorrhea with syndrome of cold congelation and blood stasis [J]. China Med Her, 2021, 18(26): 147-151. (in Chinese)
- [7] 李亚军,李盛华,宋渊,等. 神经根型颈椎病中医证型规范研究[J]. 西部中医药, 2017, 30(8): 49-53.
LI Y J, LI S H, SONG Y, et al. The study on TCM syndromes specifications of cervical spondylotic radiculopathy [J]. West J Tradit Chin Med, 2017, 30(8): 49-53. (in Chinese)
- [8] 杨丹,曾鸣. 铜砭刮痧联合中药离子导入对乳腺增生患者的护理效果[J]. 当代护士(上旬刊), 2022, 29(8): 115-117.
YANG D, ZENG M. Nursing effect of copper scraping combined with iontophoresis of traditional Chinese medicine on patients with mammary gland hyperplasia [J]. Mod Nurse, 2022, 29(8): 115-117. (in Chinese)
- [9] 李志锋,林彩玉,高海威. 温通刮痧治疗颈椎病的研究进展[J]. 中国医学创新, 2023, 20(22): 168-171.

- LI Z F, LIN C Y, GAO H W. Research progress in the treatment of cervical spondylosis by Wentong scraping [J]. Med Innov China, 2023, 20 (22) : 168-171. (in Chinese)
- [10] 邱建锡, 谢芳. 中药代茶饮在常见慢病防治中的研究进展[J]. 光明中医, 2023, 38(4): 775-778.
- QIU J X, XIE F. Research progress of traditional Chinese medicine replacing tea in the prevention and treatment of common chronic diseases [J]. Guangming J Chin Med, 2023, 38(4): 775-778. (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。