

DOI: 10. 12209/CAIM202308300001

· 中西医结合临床案例 ·

耳穴贴压联合穴位按摩治疗 1 例 脑卒中后便秘患者的护理体会

梁 艳, 郭小非

(海南省中医院 康复科, 海南 海口, 570203)

摘要: 本文总结耳穴贴压联合穴位按摩治疗 1 例脑卒中后便秘患者的护理体会。给予患者护理评估和诊断, 明确护理目标, 运用耳穴贴压、穴位按摩等中医护理适宜技术, 改善患者便秘与焦虑, 促进患者康复。

关键词: 脑卒中; 便秘; 耳穴贴压; 穴位按摩

The nursing experience on auricular point pressing combined with acupoint massage in treating a patient with constipation after cerebral apoplexy

LIANG Yan, GUO Xiaofei

(Rehabilitation Department, Hainan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine, Haikou,
Hainan, 570203)

ABSTRACT: This article summarized the nursing experience on a patient with constipation after cerebral apoplexy treated by auricular point pressing combined with acupoint massage. Based on the nursing evaluation and diagnosis, the nursing goals were clarified. The appropriate Traditional Chinese Medicine nursing methods such as auricular point pressing combined with acupoint massage were performed to improve constipation and anxiety. The patient's recovery was promoted.

KEY WORDS: Cerebral apoplexy; constipation; auricular point pressing; acupoint massage

脑卒中是一种急性脑血管疾病,是由于脑部血管突然破裂或因血管阻塞导致血液不能流入大脑而引起脑组织损害的疾病。便秘表现为排便困难或排便次数减少、粪便干硬,其中排便次数减少是指每周排便小于 3 次。临床大约有 30~60% 脑卒中患者伴有便秘的症状^[1]。脑卒中便秘会影响患者生存质量,而且易诱发和加重脑血管疾病,长期便秘的患者还易发生情绪紧张、焦虑、失眠等不良情绪。目前,西医在临床上常用的治疗便秘的方法有灌肠和口服泻药等,虽然具有一定疗效,但停药后易复发^[2,3]。耳穴压豆是祖国医学宝库中的一项特色疗法,被临床广泛应用于治疗便秘。穴位按摩是在中医基础理论指导下,运用按摩手法作用于人体穴位,通过局部的刺激,可疏通经络、平衡阴阳、调整脏腑的功能,从而促进肠蠕动,改善便秘症状。本文总结了耳穴贴压联合穴位按

摩治疗 1 例脑卒中后便秘的护理体会,现报告如下。

1 临床资料

患者男性,70 岁,左侧肢体乏力 5 月余,于 2023 年 7 月 7 日收入院。患者入院时左侧肢体乏力,左肩疼痛,活动受限,可扶持缓慢行走,左踝疼痛,小便可,大便难解,平均 5 天 1 次。患者既往史:糖尿病、原发性甲状腺功能减退、高血压。体查:左肩局部压痛(+),活动受限,左踝局部压痛(+),活动受限,左上肢肌力 2 级,左下肢肌力 4 级,右侧肢体肌力正常,四肢肌张力正常,生理反射存在,左侧巴氏征(+). VAS:5 分;MRS 评分 3 级;Barthel 评分 70 分;NIHSS 评分 3 分;洼田饮水试验 1 级。舌暗,苔白,脉弦细。中医诊断:中风病——中经络(气虚血瘀证)。患者左侧肢体乏

收稿日期:2023-08-30

通信作者:梁艳, E-mail: 13687559522@163.com

OPEN ACCESS

www. case. jcme. net. cn

力,康复评定后予偏瘫肢体综合训练等疗法促进肢体功能恢复。西药予阿司匹林肠溶片抗血小板聚集,阿托伐他汀钙片调脂稳斑,雷贝拉唑钠肠溶胶囊抑酸护胃,硝苯地平控释片降压,阿卡波糖片、西格列汀片降糖,左甲状腺素钠片补充甲状腺素。中医特色治疗予耳穴贴压、穴位按摩。经治疗干预,患者痊愈,于2023年8月29日出院。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 便秘症状评估

采用便秘患者症状自评量表进行评估,该评估表包括3个症状(粪便症状、直肠症状、腹部症状),按严重的程度分为五个等级,分别记0、1、2、3、4分^[4]。将各项的症状分值进行相加,分值越高,表示便秘的程度越严重,该患者入院时便秘评分为15分,严重便秘。

2.1.2 焦虑评估

采用汉密尔顿焦虑量表对患者焦虑程度进行评估。该量表包含14个条目,采用5级评分法,无症状、轻度、中度、重度、极重度分别计0分、1分、2分、3分、4分,总分为56分。评分 ≤ 14 分则评估为无焦虑,其中轻度焦虑为14~20分,中度焦虑为20~29分,重度焦虑为 > 29 分^[5]。该患者入院时汉密尔顿焦虑量表评分为22分,中度焦虑。

2.2 护理诊断

便秘:与肠蠕动减少有关;焦虑:与肢体活动不力有关。

2.3 护理计划

饮食护理:平衡膳食、多样化、粗纤维、多饮水;情志护理:转移注意力、向家属或朋友倾诉心里的烦恼;中医特色护理适宜技术:运用耳穴压豆及穴位按摩进行便秘、焦虑的干预。

2.4 护理措施

2.4.1 饮食指导

保证食物多样性,每餐均衡摄入。多吃蔬菜水果等富含膳食纤维和维生素的食物。每天摄入奶类或豆制品,每日饮一杯牛奶,适量的干果。三餐分配要合理定时定量,不要暴饮暴食,戒烟酒。要摄入足量的饮水,每天2000~2500 ml,起床后喝两至三杯温开水,有助于排便。

2.4.2 情志护理

中医学认为“喜则气和志达,营利通利使脏腑功能活动正常,气血运行条达”。运用移情法,引

导患者转移注意力,使患者逐渐忘掉不愉快的事情,使心情逐渐开朗起来。鼓励患者做一些自己感兴趣的事情使之在不知不觉中淡忘烦恼。向患者讲解便秘的相关知识,提高对疾病的认知。及时与患者及亲友沟通,帮助患者树立战胜疾病的信心。诱导患者把焦虑情绪释放出来,减轻压力。

2.4.3 中医护理技术

根据中医相关理论知识制定干预方案及具体措施;干预时间为2周,于每日07:00~09:00(辰时)进行,每日1次;所有操作在病人病房开展。

采用耳穴压豆进行便秘干预。患者入院后第2天开始进行一侧耳穴压豆治疗,隔日1次。取穴:主穴取心、神门、交感、直肠、小肠、大肠交感、皮质下。操作步骤:首先用75%酒精消毒患者耳廓,使用探针探查并定位穴位。之后在对应穴位贴敷王不留行籽,再以食指与拇指轻压,按压幅度以患者有胀、麻、热、痛且能耐受温度,避免过度按压损伤皮肤。按压手法常用对压法:用食指和拇指的指腹置于患者耳廓的正面和背面,相对按压,致出现热、麻、胀、痛等感觉,食指和拇指可边压边左右移动,或做圆形移动,一旦找到敏感点,则持续对压20~30秒。隔日调整为另一耳廓进行耳穴压豆,双耳交替实施。

穴位按摩:操作者确保双手温热,取站立位于病人右侧,双腿分开与肩同宽;嘱病人排空膀胱,平卧于床上,双手自然放于身体两侧,自然呼吸,放松肌肉。首先手握空拳以食指、中指、无名指、小指背侧为着力点放于脐部,以脐周为中心采用滚法进行脐周按摩3~5分钟,频率140~160/分钟;然后双手重叠,手掌放于右下腹以掌部为着力点,按照肠道走行(升结肠——横结肠——降结肠——乙状结肠)采用环形推磨约8分钟;以腹部感觉微微发热为佳,频率要由慢到快、平稳适中,每分钟100~120周;最后选取神阙、中脘、天枢等穴位以拇指指尖着力采用指按法进行按摩,力度由轻到重、由浅入深,缓缓用力,以病人出现酸胀感为宜,并在相应穴位稍作停留(3~10秒),然后缓缓抬手,如此反复操作,每个穴位按摩1~2分钟,按摩穴位的顺序无先后之分^[6]。

2.5 护理评价

治疗干预前患者的便秘评分为15分,治疗一周后降至了8分,治疗14天后降至了2分;患者大便根据布里斯托大便分类法为第4型香蕉状粪便。治疗干预前患者的汉密尔顿焦虑量表评分为

22分,中度焦虑,治疗两周后降至了12分。

2.6 随访

患者出院后一周进行电话随访,患者自诉在家按照医院进行的饮食指导进食;进行腹部顺时针按摩;养成定时定点排便的习惯;目前大便隔日一次,大便形状香蕉状。

3 讨论

临床研究表明,部分患者脑卒中后便秘症状严重,可能与病后活动减少、长期卧床、排便环境、排便方式的改变以及治疗药物影响等有关。临床上常用药物来缓解便秘,如通便片、酚酞片、番泻叶乳果糖口服液等,但是这些药物都是刺激性药物,虽然服用效果明显,但长期服用此类药物会损伤肠道的末梢神经,干扰肠道的正常活动规律,破坏人体自主排便功能^[7]。便秘病因复杂,而西药的治疗作用主要是单纯调节胃肠功能,可起到短暂缓解便秘症状的效果,但并不能从根本上地治疗便秘,中医外治技术是基于整体观念的原则,有针对性地治疗便秘,具有操作安全、简便、毒性反应少且疗效良好的优势。

脑卒中后便秘的病理特点多为腑气不通,气机阻滞,浊气不降。由于病后脾胃受损,活动不力,胃肠蠕动明显减弱,导致纳运失调,而致粪便结难下,宿粪不尽,更使病情难愈。耳穴压豆是将药豆准确地粘贴于耳穴处,给予适度的揉、按、捏、压,使其产生热、麻、胀痛等刺激感应,以达到治疗目的的一种外治疗法。《灵枢·口问篇》曰:“耳者,经络之聚也”。《类经》曰:“手足三阴三阳之脉皆入耳中”。通过耳穴的刺激,以通经活络、运行气血、调节脏腑功能,纠正阴阳平衡,从而使胃肠蠕动,促进排便。耳部穴位取心、神门、交感、直肠、小肠、大肠交感、皮质下等,以增强肠部的蠕动,下气通便;三焦可化气输精,增进运化;肺与大肠相表里,肺主肃降,肺气清肃下降,能增进大肠的传导;胃以和胃降逆;脾健脾益气;取肾补肾滋阴。共达调肠泄腑、理气通便、宁心安神、平阴阳而解郁的效果^[8]。

已有研究表明,穴位按摩有利于改善脑卒中患者的排便情况。穴位按摩是通过一定的穴位刺激达到通腑泻实、滋阴通便的作用。中脘是任脉与手太阳、少阳、足阳明经交会穴,为腑会,有调胃理气、化湿降逆的作用;枢为大肠募穴,具有理气、和胃、通便的作用,大横穴与天枢同为治疗便秘的

常用穴。通过腹部手法按摩,直接作用于胃肠管腔,使其发生形态改变,加快胃肠蠕动,以加快胃肠排泄过程,同时还可通过神经的传导反射作用增强胃肠蠕动和消化液的分泌,促进排便^[9]。

在本案例中,经过对患者实施两周的耳穴贴压与穴位按摩后,患者的脑卒中后便秘得到了显著的改善。上述方法操作简单,治疗便捷,顺应性好,不良反应少,安全性高,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] 汪永杰,郑丽维,饶玉莲,等. 穴位按摩治疗脑卒中后便秘效果的Meta分析[J]. 循证护理, 2023, 9(5): 769-775.
WANG Y J, ZHENG L W, RAO Y L, et al. Effects of acupressure on post-stroke constipation: a meta-analysis[J]. Chin Evid Based Nurs, 2023, 9(5): 769-775. (in Chinese)
- [2] 黄昊,刘梦佳,刘华. 气虚型便秘的中医治疗研究进展[J]. 现代医学与健康研究电子杂志, 2023, 7(11): 138-141.
HUANG H, LIU M J, LIU H. Research progress on TCM treatment of constipation of qi deficiency type[J]. Mod Med Health Res Electron J, 2023, 7(11): 138-141. (in Chinese)
- [3] 卜云,张远玲,江颖子. 神阙穴隔姜灸联合子午流注推拿对中风后便秘患者的影响[J]. 中医药导报, 2021, 27(8): 105-108.
BU Y, ZHANG Y L, JIANG Y Z. Effect of ginger-separated moxibustion at Shenque point combined with meridian flow massage on constipation patients after stroke[J]. Guid J Tradit Chin Med Pharm, 2021, 27(8): 105-108. (in Chinese)
- [4] 郑可欣,张俊峰,蔡莹莹,等. 成人便秘非药物预防及干预的最佳证据总结[J]. 循证护理, 2023, 9(9): 1521-1530.
ZHENG K X, ZHANG J F, CAI Y Y, et al. Summary of best evidence for non-pharmacological prevention and intervention of adult constipation[J]. Chin Evid Based Nurs, 2023, 9(9): 1521-1530. (in Chinese)
- [5] 王晓娟,董新寨. 穴位按摩联合艾灸对改善脑卒中急性期病人便秘的疗效[J]. 护理研究, 2022, 36(17): 3171-3174.
WANG X J, DONG X Z. Effect of acupoint mas-

- sage combined with moxibustion on improving constipation of acute stroke patients[J]. *Chin Nurs Res*, 2022, 36(17): 3171-3174. (in Chinese)
- [6] 蓝云, 林超, 杨泓鑫. 药灸配合穴位按摩对脑卒中后便秘的中医护理体会[J]. *按摩与康复医学*, 2020, 11(8): 75-77.
- LAN Y, LIN C, YANG H X. Traditional Chinese medicine nursing experience of herbal moxibustion combined with acupoint massage for constipation after stroke[J]. *Chin Manip Rehabil Med*, 2020, 11(8): 75-77. (in Chinese)
- [7] 黄梦珍, 廖喜琳, 李江兰, 等. 药棒穴位按摩联合神阙穴贴敷对脑卒中后便秘的疗效[J]. *广西医学*, 2023, 45(5): 546-549.
- HUANG M Z, LIAO X L, LI J L, et al. Efficacy of acupoint massage with medicine stick combined with Shenque acupoint application on constipation after cerebral stroke[J]. *Guangxi Med J*, 2023, 45(5): 546-549. (in Chinese)
- [8] 吕水清, 朱德斌, 强锋. 老年缺血性脑卒中患者合并慢性便秘的危险因素分析[J]. *中华老年心脑血管病杂志*, 2023, 25(5): 497-500.
- LÜ S Q, ZHU D B, QIANG F. Risk factors of chronic constipation in elderly patients with ischemic stroke[J]. *Chin J Geriatr Heart Brain Vessel Dis*, 2023, 25(5): 497-500. (in Chinese)
- [9] 马巧珍, 卢微, 王烽萍. 耳穴压豆、穴位贴敷联合现代医学常规疗法预防脑卒中卧床患者便秘临床研究[J]. *新中医*, 2022, 54(15): 192-195.
- MA Q Z, LU W, WANG F P. Clinical study on auricular point pressing with beans and point application combined with routine therapy of modern medicine in preventing constipation in stroke patients during bed rest[J]. *N Chin Med*, 2022, 54(15): 192-195. (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。