

耳穴压豆治疗 1 例脑梗死恢复期失眠患者的护理

司玉静, 梁 艳

(北京朝阳中西医结合急诊抢救医院 神经内科, 北京 100024)

摘要: 本文总结 1 例中西医结合耳穴压豆治疗脑梗死恢复期失眠患者的经验。采用耳穴压豆的中医护理操作与情志调节、健康宣教结合的方法, 对患者进行全面的护理, 患者失眠的症状改善明显。

关键词: 耳穴压豆; 脑梗死恢复期; 失眠; 中医护理

Nursing of a patient with insomnia in the recovery stage of cerebral infarction treated with ear acupressure beans

SI Yujing, LIANG Yan

(Department of Neurology, Beijing Chaoyang Emergency Hospital of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine, Beijing 100024)

ABSTRACT: This article summarized the experience of a patient with insomnia in the recovery stage of cerebral infarction treated with auricular acupressure beans combined with traditional Chinese and western medicine. The patients were given comprehensive nursing care by combining traditional Chinese medicine nursing operation of ear acupressure with emotional regulation and health education, and the symptoms of insomnia were significantly improved.

KEY WORDS: ear acupoint bean pressure; the recovery period of cerebral infarction; insomnia; Traditional Chinese Medicine nursing

脑梗死是神经内科常见的疾病, 脑血管病是指血管的病理过程引起的脑部异常。病理过程具有特定的内涵, 即栓子或血栓引起的管腔闭塞、血管破裂、血管壁的任何损害或通透性改变、血液黏稠度增加或其他性质的改变。而失眠是脑梗死恢复期常见的并发症, 中医称之为“不寐”“不得眠”“不得卧”, 指睡眠的质和量下降, 包括入睡困难或维持睡眠困难, 多由阴阳失调, 气血亏虚、脏腑功能紊乱等原因引起^[1]。对于失眠患者, 临床上医生会开具有镇定如苯二氮卓类、褪黑素受体拮抗剂等药物, 缓解患者失眠的症状。但是往往一定副作用, 严重影响患者的生活。耳穴压豆是中国传统医学的保健方法, 对于治疗失眠有确切的疗效, 在临床上具有良好的反馈^[2]。本文应用耳穴压豆治疗 1 例脑梗死恢复期失眠患者, 能够快速有效地改善患者的失眠症状, 促进患者康复, 取得了较好的临床效果, 现报告如下。

1 临床资料

患者男性, 58 岁, 主诉: 左侧肢体活动不利半

月余, 失眠 10 d。以脑梗死伴发失眠收入病房。查体: 体温(T)36.5℃, 血压(BP)174/106 mm Hg; 神志清, 言语模糊, 左侧肢体不利; 言语不能, 瞳孔等大等圆, 直径 3 mm, 反光存在; 全身皮肤黏膜无黄染及出血点, 全身浅表淋巴结未及肿大, 无皮疹, 无蜘蛛痣; 头颅大小正常, 巩膜无黄染, 眼睑无水肿, 球结膜无充血、水肿。既往史: 患高血压 20 年, 10 个月前诊断为冠心病, 为求中西医结合治疗, 患者于 2023 年 6 月 21 来本院就诊, 症状半身不遂, 夜寐不安, 入睡困难, 心律不齐, 舌淡紫, 苔薄白, 脉弦滑数。中医诊断为: 不寐; 气虚血瘀证。

2 护理

2.1 护理评估

护理评估主要包括中医望、闻、切诊及失眠评估。神色形态: 神志清楚, 形态适中; 语声气味: 言语低微, 全身未闻及异常气味; 舌象脉象: 舌淡紫, 苔薄白, 脉弦滑数。失眠评估采用匹兹堡睡眠质量评分对患者失眠程度进行评分, 结果可转化成

7个因子和1个总分。7个因子是:主观睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、习惯性睡眠效率、睡眠障碍、催眠药物和日间功能,总分为这7个因子份数之和。总分范围为0~21分,得分越高,表示睡眠质量越差。本患者评分为18分,属于中度失眠。

2.2 护理诊断

护理诊断主要包括:①失眠与偏瘫有关、焦虑、担心预后差有关。②焦虑与不适应环境,担心社会地位改变有关。

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辨证运用耳穴压豆技术,达到疏肝解郁洁心安神的作用,改善患者失眠的症状。②加强病情观察及基础护理,饮食指导,情志护理,提高患者生活质量。

2.4 护理措施

2.4.1 中医护理:用胶布将王不留行籽贴压于耳廓上的相应穴位,通过按揉等方法,刺激穴位,使耳廓产生酸麻胀痛的感觉,进而起到疏通经络,调和气血,平衡阴阳等作用。遵医嘱选取穴位:主穴:神门、皮质下、心、肝、肾。配穴:垂前、耳背心。采用75%的酒精消毒,使用王不留行籽贴在耳穴处,3~4次/d,3~5 min/次。嘱患者观察贴压部位皮肤情况,保持清洁干燥,如有红肿破溃及时取下。嘱咐患者按压耳穴的时候最好在餐后30 min后为宜,可增强效果。按压与呼吸配合,压时吸,松时呼。压力适中,以免压破耳廓皮肤,以免感染。防止少数患者对胶布过敏反应。并定期更换。一周为一个疗程,给予患者治疗两周。

2.4.2 基础护理:嘱患者定期修剪指甲,保持皮肤完整性,告知并指导患者正确服用消炎止痛的药物,指导患者顺应天气变化避风寒,慎起居,保持居住环境安静,空气清新,温湿度适宜,体位舒适,日常生活用品合理放置,定期更换床单位和病号服,戒烟戒酒。

2.4.3 饮食指导:根据辨证论治分型给予饮食指导。患者属于气虚血瘀证,因此临床治疗也当以活血化瘀为主。指导患者宜饮食以清淡易消化为主,进食益气活血的食物,如山楂。食疗方:大枣滋补粥(大枣、枸杞、瘦猪肉)。嘱咐患者近几日禁食辛辣及饮酒,以防加重病情;可吃流质或半流质,不吃过硬、过热的食物,可食温凉、稀软的面条、稀饭等。

2.4.4 中医情志调护:鼓励患者与医务人员或者

病友吐露心声以缓解焦虑。依据中医辨证法播放主要以徽音(G调)和宫音(C调)为主调的音乐,在每日上午、下午、睡觉前分别播放相应的音乐,每次播放15~20 min。临睡前保持室内安静,光线适宜,引导患者睡觉前不看电视,减少交流以保持良好的睡眠环境,

3 结果和随访

匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)是国内外临床评定失眠的常用量表。通过匹兹堡睡眠质量指数判断,治疗前患者匹兹堡睡眠质量指数为18分;患者已于2023年7月5日出院,匹兹堡睡眠质量指数为9分。出院嘱患者门诊长期更换耳穴压丸,后电话随访,家属表示患者睡眠良好,睡眠时间大约为7 h。

表1 疗效评估

评估项目	PSQI/分	睡眠时长/h
入院第1天	18	4~5
入院第7天	14	6~7
入院第14天	11	7~7.5
出院当天	9	7~8

4 讨论

缺血性中风是由于脑络瘀阻瘀塞或脑络细急等各种因素造成脑失所养,而致神志精神语言、肢体功能等诸种障碍^[3]。患者平素气血津液亏虚,心、肝、肾三脏阴阳失调,加之忧思恼怒,或饮酒饱食,或房室劳累,或外邪侵袭等诱因,以致络中气血运行受阻,肌肤筋脉失于濡养;而形成阳浮于上,阴竭于下,阴阳离绝之危候^[4]。不寐病位主要在心,与肝、脾、肾关系密切。因心主神明,神安则寐,神不安则不寐^[5]。而脑梗死恢复期伴不寐则体虚久病血虚,年迈血少,心血不足,心失所养,心神不安而不寐^[6]。肝火旺、痰浊上犯、心肾不交、脾胃不和等所致^[7]。祖国医学认为“十二经通于耳”“耳为宗脉之聚”,耳廓上富有大量的身体各部反射区,并规律的分布这诸耳穴^[8]。现代医学认为,中枢神经系统和人体分布于耳廓区域的神经关联密切,采用耳穴疗法对肢体活动感受器施加刺激,增强冲动传导,可有效提升效应。刺激相应的耳穴可调节相应反射区功能。如果搭配得当,刺激耳穴具有养血宁心安神、健脾益气,调节大脑皮质活动反应及舒缩血管功能,以达到镇静、安神、催眠之效。中风患者的治疗中,不能忽视失眠

的治疗^[9]。长期服用镇定安神类的药物易引起依赖性、耐药性、副作用等问题^[10]。运用耳穴压豆治疗脑梗死恢复期失眠具有显著疗效、可靠安全、无副作用等特点,体现了祖国医学的博大精深,值得临床应用和推广。多与患者沟通,积极与患者沟通交流,向患者讲解失眠原因及治疗的必要性和重要性,明确依从性对治疗效果的影响,以期提高患者治疗依从性。后续将扩大样本量,并持续观察,量化患者的表现,从而进一步探讨耳穴压豆对脑梗死恢复期失眠患者治疗的有效性。

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] 王子豪,王恩龙.耳穴压豆治疗中风后失眠临床观察[J].湖北中医杂志,2020,42(1):33-34.
WANG Z H, WANG E L. Clinical observation on treatment of insomnia after stroke by pressing beans at auricular points [J]. Hubei J Tradit Chin Med, 2020, 42(1): 33-34. (in Chinese)
- [2] 向文莉,刘娟.耳穴压豆治疗脑梗死后失眠的护理疗效观察[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2020,20(97):刊2020年20卷97期332-刊2020年20卷97期333.
XIANG W L, LIU J. Nursing effect observation of ear acupressure beans on insomnia after cerebral infarction [J]. World Latest Medical Information Digest (Continuous Electronic Journal) 2020 20 (97) 332-2020 20(97) 333.
- [3] 王枫.耳穴压豆疗法对中风后失眠患者的护理疗效观察[J].东方药膳,2020,000(008):216.
WANG F. Observation on the nursing efficacy of auriculoacupoint bean pressure therapy on patients with insomnia after stroke [J]. Oriental Medicinal Diet, 2020, 000(008):216.
- [4] 矫力秀.针对性护理配合耳穴压豆治疗对脑卒中后失眠患者的疗效观察[J].黑龙江医药,2022,35(6):1466-1469.
JIAO L X. Observation on the curative effect of targeted nursing combined with auricular point pressing bean therapy on insomnia patients after stroke [J]. Heilongjiang Med J, 2022, 35(6): 1466-1469. (in Chinese)
- [5] 冯晓丽,张改红.耳穴压豆用于治疗失眠的应用体会[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2022(8):4.
FENG X I, ZHANG G H. Application experience of ear acupoint bean pressure for the treatment of insomnia [J]. Chinese Science and Technology Journal Database (Citation Edition) Medicine and Health, 2022(8):4.
- [6] 肖娜,田京立,张靖煜,等.耳穴压豆在临床治疗失眠中的进展[J].中国实用医药,2021,16(30):195-197.
XIAO N, TIAN J L, ZHANG J Y, et al. Progress of auricular point pressing beans in clinical treatment of insomnia [J]. China Pract Med, 2021, 16(30): 195-197. (in Chinese)
- [7] 张少娟,刘萍,王娜,等.中医耳穴压豆治疗失眠的研究进展[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2022(5):5.
ZHANG S J, LIU P, WANG N, et al. Research progress of ear point pressure beans in traditional Chinese medicine for the treatment of insomnia [J]. Chinese Science and Technology Journal Database (Full Text Version) Medicine and Health, 2022(5):5.
- [8] 汪海萍.中医护理耳穴压豆法治疗失眠症的效果分析[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2021(7):2.
WANG H P. Analysis of the effect of traditional Chinese medicine nursing ear point bean pressing method in the treatment of insomnia [J]. Chinese Science and Technology Journal Database (Full Text Version) Medicine and Health, 2021(7):2.
- [9] ZHANG J. 耳穴压豆疗法联合规范化护理对失眠患者的临床疗效[J].Chongqing Med, 2021, 50 (S01): 368-370. (in Chinese)
张桔.耳穴压豆疗法联合规范化护理对失眠患者的临床疗效[J].重庆医学,2021,50(S01):368-370.
- [10] 黄丽梅,陈丽萍,宫育卓.耳穴压豆法治疗失眠60例[J].中国中医药现代远程教育,2017,15(10):108-110.
HUANG L M, CHEN L P, GONG Y Z. Auricular pressure method in treating insomnia for 60 cases [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2017, 15 (10): 108-110. (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。