

DOI: 10.12209/CAIM202309010003

· 中西医结合临床案例 ·

八段锦联合情志护理应用于1例 青少年脊柱侧弯针刀治疗的护理体会

王慧峥, 耿立哲, 臧建涛, 杨元斐, 宁翠霞

(北京朝阳中西医结合急诊抢救医院 骨伤科, 北京 100024)

摘要: 本文总结八段锦传统功法联合中医情志护理应用于1例青少年脊柱侧弯患儿针刀治疗的护理体会。在中医辨证施护的理论指导下,护理人员完善护理评估和常规护理,并开展“八段锦”功能锻炼和中医情志护理,有效改善患儿形体畸形及焦虑情绪,提高患者的生活质量。

关键词: 脊柱侧弯; 八段锦; 情志护理; 针刀治疗

Nursing experience of Baduanjin combined with emotional nursing in a case of adolescent scoliosis treated with needle knife

WANG Huizheng, GENG Lizhe, ZANG Jiantao, Yang Yuanfei, NING Cuixia

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

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of traditional exercises of Baduanjin combined with traditional Chinese medicine emotional nursing applied to a child with adolescent scoliosis treated with acupotomy. Under the guidance of TCM syndrome differentiation and nursing theory, nursing staff improved nursing assessment and routine nursing, and carried out "Baduanjin" functional exercise and TCM emotional nursing, which effectively improved the body deformity and anxiety of children, and improved the quality of life of patients.

KEY WORDS: scoliosis; Baduanjin; emotional nursing; acupotomy treatment

青少年特发性脊柱侧弯(adolescent idiopathic scoliosis, AIS)是一种三维结构性上的脊柱畸形,好发于10~18岁,且在11~14岁的青春期变化最快,已经成为影响青少年身体健康的第三大躯体疾病^[1],其通常以Cobb角 $>10^\circ$ 为诊断标准^[2]。AIS国内患病率为1.16%,呈逐年上升趋势^[3]。中重度的AIS会导致患者出现背痛、心肺功能受损及心理障碍等临床症状^[4]。有研究报道,Cobb角(沿上端椎的上终板和下端椎的下终板各画一条直线,两线各自垂直直线的交角)每增加 $2.6 \sim 4.5^\circ$,肺功能下降1%^[5]。

AIS在祖国医学中归属于“龟背”等范畴,中医学认为肝主筋,肾主骨,脾主肌肉。脾肾亏虚,肝血不足为AIS基本病机,人体的生长发育离不

开肝脾肾三个脏腑的协调作用,由此可以佐证脾胃功能失调对脊柱侧弯的形成和发展存在互相影响的关系。脾胃功能失调的基本病机为气机升降失调所致的气运不畅^[6]。对于AIS患者而言,由于其脊柱结构的改变,会压迫相应的脊髓节段神经,影响到腰背部督脉、膀胱经上的脏腑对应的腧穴。传统中医外治手法具有较好的疗效^[7]。本文总结1例八段锦传统功法联合中医情志护理对青少年脊柱侧弯的护理体会,现报告如下。

1 临床资料

患儿女性,14岁,因腰背部畸形,X片显示脊柱侧弯畸形,于2021年10月28日收入骨一科,进行治疗。刻下证:纳可,眠可,二便调。专科检查:脊柱外观胸椎轻度左凸、腰椎右凸畸形,左肩高

收稿日期:2023-09-01

通信作者:宁翠霞, E-mail: 576035633@qq.com

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

耸,左肩胛骨上移明显,左背部隆起,无明显剃刀背样改变。各椎体棘突无压痛、叩击痛,无下肢放射性疼痛,胸腰椎活动度可,四肢肌力Ⅴ级,肌张力不高,无麻木等异常感觉。

中医诊断:骨痹病;肝肾亏虚证。西医诊断:特发性脊柱侧弯。中医辨病辨证,依据患者因肾精亏虚、肝血不足,致骨骼发育异常,更兼筋肉不坚,营养乏源,久之,关节在反复活动中,渐渐地受到损害而出现病变。西医诊断依据脊柱外观见胸椎轻度左凸、腰椎右凸畸形,左肩高耸,左肩胛骨上移明显,左背部隆起,无明显剃刀背样改变。全脊柱正侧位片示:脊柱侧弯畸形,胸椎轻度左凸、腰椎右凸畸形。腰椎主弯 Cobb 角 25°。2021 年 10 月 29 日,在全麻下行脊柱侧凸微创松解+手法矫正术;于 2021 年 11 月的 1 日、4 日、8 日、11 日、15 日及 22 日行 6 次针刀闭合手术+手法正位治疗;2021 年 1 月 24 日经过住院期间的治疗与护理,复查 X 片显示 Cobb 角 6°,患儿出院。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 疼痛评估:患儿针刀治疗后疼痛明显,让患者采用 NRS 量表自评疼痛程度,告知患者 NRS 量表的使用方法:0 分表示无痛,10 分表示无法忍受的剧烈疼痛,评分越大,表示疼痛强度越大。本病例疼痛评分为 6 分,属于中度疼痛。

2.1.2 心理评估:青少年女性患儿,脊柱侧弯使患者形象受损、自卑,不爱与人交流,同时对针刀治疗的期望值很高,而对于针刀治疗认识不足,担心预后效果,存在焦虑情绪。

2.1.3 知识缺乏:患儿日常缺乏体育锻炼,对针刀治疗及治疗后的功能锻炼知识缺乏。

2.2 护理诊断

护理诊断具体如下:①疼痛与患儿针刀治疗后有关;②焦虑与形象受损、担心预后效果有关;③知识缺乏与缺乏针刀针刀治疗及术后的功能锻炼有关;④有跌倒的风险与缺乏运动或肌肉力量不足有关。

2.3 护理目标

护理目标包括:①疼痛缓解或消失;②患者情绪稳定,减轻焦虑不良情绪;③患者及家属了解针刀治疗及功能锻炼;④患者、家属知晓跌倒相关危险因素及预防措施。

2.4 护理措施

2.4.1 常规护理:①生活起居指导:适度进行各项运动锻炼,如各类球类运动、单双杠的运动等改善神经运动控制,为躯干和骨盆提供支持;早睡早起,正确站姿、坐姿,减少玩手机时间,每日适当的晒太阳,避免寒冷、潮湿等刺激;建议书包重量不高于身体重量的 10%,不单肩背包,要双肩背包。②饮食指导:宜进补益肝肾的食品,如山药、枸杞子、桑葚、羊肉、核桃、韭菜、萝卜等,适当控制体重。

2.4.2 “八段锦”功法:患儿入院第 1 天,责任护士向患儿及家属讲解“八段锦”的功效,此功法能柔筋健骨、养气壮力、行气活血,调和五脏六腑,可使脊柱恢复正常生理曲度。具体招式:两手托天理三焦、左右开弓似射雕、调理脾胃须单举、五劳七伤往后瞧、摇头摆尾去心火、两手攀足固肾腰、攒拳怒目增气力、背后七颠百病消。具体方法:入院第 1 周,指导患儿每日上下午各练习 1 次,13 min/次;1 周后在家属看护下患儿可自行锻炼,每周锻炼不少于 5 d,2~3 次/d。

2.4.3 情志护理:此患儿心理承受力较差,发生脊柱侧弯后出现心理问题,焦虑、自卑。护士根据焦虑评估表,评估患者焦虑的程度,采用的情志护理方法。①以情胜情:鼓励患儿分享开心的事情,以喜悦代替焦虑情绪;②移情易性法:转移患儿注意力,如播放视频、语言诱导等方式,耐心解释病情的同时列举康复良好病例;③情志安神法:指导患儿静坐,放松身体,调整呼吸,嘴唇微闭,以鼻缓慢呼气,吐气时按照顺序念嘘、呵、呼、四、吹、嘻字,20 min/次,2 次/d。达到解除烦恼,增强信心的效果。

2.4.4 疼痛护理:向患儿及家属讲解针刀术后疼痛的特点及持续时间,倾听患儿对疼痛的反应,予以心理疏导及分散患者注意力;协助患者取舒适体位,减轻患者的疼痛;必要时遵医嘱给予镇痛、镇静药。

2.4.5 知识宣教:采用多种形式向患儿及家属进行针刀治疗相关知识的宣教;建立良好的护患关系,为患者及家属进行康复指导。①指导患儿合理佩戴支具,卧床及运动时摘除;松紧适宜,以不影响呼吸为准;②指导患儿自行单杠吊杠练习,双臂手握单杠悬垂 20~30 s,跳下休息 1 min,重复练习 6~8 次。一般 15~20 min/次,2 次/d;③指导患儿配合右后腰侧(垫棉垫)治疗,根据患儿侧弯

弧度,量身制定棉垫,改善患儿卧床姿势。

2.4.6 降低跌倒风险:在患儿进行单杠运动时,评估患儿上肢力量,专人陪同,专人指导,以防发生意外。

2.5 效果评价

经治疗,患者症状有所改善,具体如下。①根据患者自身疼痛评估,患者疼痛消失;②患儿住院期间情绪逐渐稳定、乐观愉快并积极配合治疗;③患儿及家属了解针刀治疗,并熟练掌握各项功能锻炼;④患者在住院期间,进行功能锻炼未发生跌倒事件。

3 结果和随访

本例患儿住院期间通过“八段锦”传统功法功能锻炼结合情志护理等措施,有效缓解疼痛,患儿情绪逐渐稳定、心情愉悦,未发生跌倒等不良事件,出院时 Cobb 角恢复 6°,提高了生活质量。2022 年 1 月 25 日,进行微信视频随访,家属表示患儿在家持续“八段锦”功能锻炼,2 次/d,日常生活中保持正确的站姿、坐姿,治疗效果显著。

4 讨论

中医传统功法是人们强身健体的锻炼方法,如八段锦、易筋经、五禽戏等健身气功及太极拳等。在古代称之为“导引”。《内经》中有言“上工不治已病治未病”,传统功法通过姿势、呼吸、意念的调理,达到防病、治病、延年、益寿的功效。功法训练是一种以主动运动配合呼吸为主的综合的锻炼方法,使其脊柱恢复正常生理曲度^[6]。加强儿童青少年对脊柱侧弯发病、预后和转归的认识,减轻其对脊柱侧弯未知带来的焦虑恐惧,降低脊柱侧弯对儿童青少年的社会心理影响^[7]。祖国医学非常重视人的精神活动和情绪变化,早在《内经》中即把人的情志归纳为喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七种情感变化。长期或突然遭受某种精神刺激,则可能使人体阴阳失调,气血紊乱,脏腑经络功能失常而发生疾病,如“怒伤肝,喜伤心,忧伤肺,思伤脾,恐伤肾”,这时七情即成为一种致病因素^[8]。

本案例采用的是传统功法中的“八段锦”,此功法能柔筋健骨、养气壮力、行气活血,从而调和五脏六腑功能,改善患儿的神经体液调节功能,加强血液循环,对腹腔脏器有柔和的按摩作用,使其脊柱恢复正常生理曲度。同时运用中医情志护理方法中的“以情胜情、移情易性法、情志安神法”,

掌握患者心理状态,消除和预防焦虑等不良情绪,使患者处于最佳心理状态,促进疾病的康复,提高生活质量。

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] NEGRINI S, DONZELLI S, AULISA A G, et al. 2016 SOSORT guidelines: orthopaedic and rehabilitation treatment of idiopathic scoliosis during growth [J]. *Scoliosis Spinal Disord*, 2018, 13: 3.
- [2] 李凯洋,郭建军,荣湘江,等. 青少年特发性脊柱侧弯可控的危险因素分析[J]. *中国预防医学杂志*, 2023, 24(1): 73-76.
LI K Y, GUO J J, RONG X J, et al. Analysis of controllable risk factors of adolescent idiopathic scoliosis [J]. *Chin Prev Med*, 2023, 24(1): 73-76. (in Chinese)
- [3] 徐帅,苏永佳,王振波,等. 中国大陆中小学生对脊柱侧凸的患病特点:关于 72 项研究的 Meta 分析 [J]. *中国脊柱脊髓杂志*, 2021, 31(10): 901-910.
XU S, SU Y J, WANG Z B, et al. The prevalence and characteristics of primary and middle-school students in China: a Meta-analysis based on 72 epidemiological research [J]. *Chin J Spine Spinal Cord*, 2021, 31(10): 901-910. (in Chinese)
- [4] SANDERS A E, ANDRAS L M, IANTORNO S E, et al. Clinically significant psychological and emotional distress in 32% of adolescent idiopathic scoliosis patients [J]. *Spine Deform*, 2018, 6 (4): 435-440.
- [5] KEMPEN D H R, HEEMSKERK J L, KAÇMAZ G, et al. Pulmonary function in children and adolescents with untreated idiopathic scoliosis: a systematic review with meta-regression analysis [J]. *Spine J*, 2022, 22(7): 1178-1190.
- [6] 王瑀,林自立,梁英业,等. 中医外治法治疗青少年特发性脊柱侧弯的研究进展[J]. *按摩与康复医学*, 2023, 14(3): 41-44, 49.
WANG Y, LIN Z L, LIANG Y Y, et al. Research progress in the treatment of idiopathic scoliosis in adolescents by external treatment of traditional Chinese medicine [J]. *Chin Manip Rehabil Med*, 2023, 14 (3): 41-44, 49. (in Chinese)
- [7] 李丽,于少泓,周霞,等. 中医康复临床实践指南·儿童青少年特发性脊柱侧弯[J]. *康复学报*, 2023,

- 33(4): 295–302.
- LI L, YU S H, ZHOU X, et al. Clinical practice guidelines of traditional Chinese medicine rehabilitation for idiopathic scoliosis in children and adolescents[J]. Rehabil Med, 2023, 33(4):295–302. (in Chinese)
- [8] 唐永忠. 中医护理学基础[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2006.
- [9] 王红亚, 孔雅萍. 中医推拿按摩对脊柱侧弯行3D打印技术矫形术患者脊椎功能康复效果的影响[J]. 中国骨伤, 2022, 35(1): 33–37.
- WANG H Y, KONG Y P. Effect of traditional Chinese medicine massage on the rehabilitation of spinal function in scoliosis patients undergoing 3D printing orthopedic surgery [J]. China J Orthop Traumatol, 2022, 35(1): 33–37. (in Chinese)
- [10] 王全贵, 杨元斐, 聂春旻, 等. 针镰刀治疗特发性脊柱侧弯的临床疗效分析[C]//2016.
- [11] 美 卡尔佩尼托 L. J, 美 Carpenito Lynda Juall. 护理诊断手册[M]. 科学技术文献出版社, 2001.

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。