

DOI: 10. 12209/CAIM202310130020

· 中西医结合临床案例 ·

通利三焦法在 1 例肺癌心肾不交型失眠患者中的应用

周腊梅, 吴秋兰, 曹 雯, 朱瑾宜

(江苏省中医药研究院 江苏省中西医结合医院 肿瘤内科, 江苏 南京, 210028)

摘要: 本文总结运用通利三焦法改善 1 例肺癌心肾不交型失眠患者睡眠质量的护理经验。通过辩证施护, 采用耳部按摩, 耳部刮痧, 耳穴埋籽的操作方法达到通利三焦的功效, 能有效改善肺癌心肾不交型失眠症状, 提高患者生活质量。

关键词: 通利三焦法; 肺癌; 失眠; 耳部按摩; 耳部刮痧; 耳穴埋籽; 耳部三联疗法

Application of Tongli Sanjiao method in a case of insomnia caused by heart kidney disjunction in lung cancer

ZHOU Lamei, WU Qiulan, CAO Wen, ZHU Jinyi

(Oncology Department, Jiangsu Academy of Traditional Chinese Medicine/Jiangsu Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Hospital, Nanjing, Jiangsu, 210028)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of using the Tongli Sanjiao method to improve sleep quality in a lung cancer patient with heart kidney disjunction type insomnia. Based on dialectical nursing, auricular massage, auricular scraping, and auricular point pressing were applied to drain Sanjiao, which could effectively improve the symptoms of insomnia caused by heart kidney disjunction in lung cancer, and improve the patient's life quality.

KEY WORDS: Tongli Sanjiao method; lung cancer; insomnia; auricular massage; auricular scraping; auricular point pressing; triple therapy for ear

失眠作为肿瘤患者常见并发症之一, 发病率在 35%~70% 之间, 尤以女性及老年患者高发, 而肺癌患者合并失眠的发病率在肿瘤患者中最高。肺癌患者常合并不同程度的失眠症状, 严重影响患者生活质量和疗效, 长期合并严重失眠甚至会加剧疾病的复发转移^[1]。目前, 对于肿瘤相关性失眠, 西医常用镇静催眠药物治疗, 但长期使用具有一定的成瘾依赖性等不良反应^[2]。《难经》云: “三焦者, 原气之别使也, 主通行三气, 经历五脏六腑”^[3]。三焦为表里阴阳之枢、脏腑沟通之道, 从三焦辨治失眠有提纲挈领之功^[4]。国家级名老中医姜良铎教授认为在失眠的治疗中, 调畅三焦是关键, 从调畅三焦入手, 以通为用, 三焦一通, 则火可下行, 阳可入阴, 神明有主, 人可安眠^[5]。

1 临床资料

患者女性, 82 岁, 因腰部疼痛 2 年, 加重伴右

下肢疼痛麻木 4 月于 2023 年 3 月 24 日入院。中医诊断: 肺癌(肺肾阴虚型)。西医诊断: 肺恶性肿瘤伴多发骨转移; 肿瘤性病理性骨折; 腰椎间盘突出; 左侧胸腔积液。患者主诉入院前腰部及臀部疼痛, 久坐、久站后加重, 右下肢麻木疼痛, 咳嗽时作, 长期彻夜不眠, 睡眠时间每日总长约为半小时。入院后查 MR: 胸腰骶尾椎多发椎体及附件异常信号, 双侧髂骨异常信号伴左侧髂骨软组织肿块, 考虑转移。胸部 CT: 左肺上叶及下叶支气管闭塞伴周围肺组织肺不张, 考虑肺癌可能。“胸水”液基薄层制片: 查见恶性细胞, 考虑为腺癌细胞。肿瘤指标: 糖类抗原 125 127.4 U/mL, 癌胚抗原 24.35 ng/mL; 淋巴细胞 0.64×10⁹/L, 总蛋白 64.6 g/L, 纤维蛋白原 4.77 g/L, D 二聚体 2.17 ug/mL。患者十余年前行胫腓骨骨折术, 二十余年前于当地医院行阑尾切除术, 入院后予胸腔穿刺放液, 并予贝伐珠单抗灌注, 口服奥希单抗靶向治

收稿日期: 2023-10-13

通信作者: 吴秋兰, E-mail: 502529998@qq.com

OPEN ACCESS

www. case. jcme. net. cn

疗,另予营养支持、止痛对症治疗。通过运用通利三焦法,患者平均睡眠时间较前增加3~4小时/日,睡眠质量改善明显,于2023年4月10日出院。

2 护理

2.1 护理评估

中医四诊:①望诊:神疲乏力,面色少华,形体消瘦,睡时端坐;望皮肤:皮肤干枯、腠理疏松,脱屑、爪甲不容,手部赤白,肉际处爪甲不荣;望口:唇红齿黄;望舌:舌绛苔无,舌体活动失于柔和。②闻诊:未闻及异常气味,语声低微,微有喘息,言语无力,咳声轻清低微。③脉诊:脉象细数。④问诊:平素不怕冷,额、手温,却脚凉(右脚凉至骨,冷及足大趾),夜间两三点盗汗两年有余,彻夜不眠,夜间最多只睡半小时且做梦易醒,腰部、右胫膝、右脚底活动时疼痛,有麻感,乏力,大便1~2天行一次,成形不干,小便色黄,量可,无特殊偏嗜,纳谷不香,食欲淡薄,咳声低弱,听力正常,渴不欲饮。

三焦辨证:患者上热下寒,难以交通上下,热蒸于上,寒积于下,寒热不得相会而中和,便是三焦不通。患者年逾古稀,正气亏虚,长期出现肺肾亏虚,加之邪毒阻肺、邪毒阻肾,导致肺肾阴虚金水不能相生,阴虚而内热,热扰心神,心火内动而水火不济,所致心肾不交。

失眠评估工具及评估结果:匹兹堡睡眠指数表(PSQI)21分,失眠中医症候量表得分6分,焦虑自评表(SAS)72分,疲乏量表(Piper)8分。

2.2 护理诊断

护理诊断包括3个方面:①夜寐不安,与心肾不交、阴阳失调有关;②焦虑,与心肾不交、不寐日久有关;③乏力,与肺肾亏虚、不寐日久有关。

2.3 护理计划

本例患者肺恶性肿瘤伴多发骨转移,长期反复住院焦虑不安,且恶性肿瘤引起睡眠形态紊乱,患者及家属的意愿为缓解不适症状,提高生活质量。结合患者病情及症状,我科医生、肿瘤专科护士、中医专科护士为患者制定了护理计划和护理目标为:①延长患者住院期间夜间睡眠时长;②降低患者焦虑评分;③患者乏力症状好转。

2.4 护理措施

2.4.1 耳部按摩

按摩时间:根据子午流注纳子法“虚则补之”的理论,每天分别在午时11:00~13:00(心经)、酉

时17:00~19:00(肾经)、亥时21:00~23:00(三焦经)进行按摩^[6],连续6天。按摩顺序参照《耳穴诊治学》,按摩大小周天,重复按摩4~5遍,按摩时间2~3 min,以患者舒适、耐受、耳朵轻微发红发热为宜,按摩耳部小周天、大周天,可使周天营运,三焦通利^[7]。

2.4.2 耳部刮痧

刮痧时间:根据子午流注,刮痧时间安排在午时11:00~13:00(心经),隔日一次。手法:徐而和,力度以患者耐受为准,刮痧材质不限,不强求出痧,刮痧时间为20~25 min左右。刮痧方向:耳前:耳垂→耳轮→耳舟→对耳轮→耳甲腔→耳甲艇→耳甲→三角窝→耳前;耳背:耳垂背面→耳轮尾背面→耳轮背面→对耳轮后沟→对耳屏后沟→耳甲腔后隆起→耳轮脚后沟→耳甲艇后隆起→对耳轮下脚后沟→三角窝后隆起→耳后至胸锁乳突肌^[8]。重刮:神门、脑(皮质下)、神经衰弱点、心、肾、脾、枕、垂前;上、中、下三焦通刮,可三焦调畅^[9]。

2.4.3 耳穴埋籽

本例患者病性属虚证,采用补法进行按压,留籽3天,第4天于另一侧耳朵重新埋籽,连续按压6天。主穴:神门、心、三焦、肾。配穴:脾、垂前、神经衰弱区^[10]。按压时间:午时、酉时、亥时按压,可使三焦通利,助眠安神。

主穴①神门:镇静、安神、利眠作用;②心:主神明,为五脏六腑之主;③三焦:直接刺激迷走神经,安神利眠;④肾:补脑益心神,以交通心肾,阴阳上下互为制约,脏腑功能得以平衡。配穴①脾:健脾益气,以养心安神;②垂前:为利眠要穴,使睡眠深沉,延长睡眠时间;③神经衰弱区:为利眠要穴,使人睡快,并治疗多梦^[11]。

2.4.4 常规护理

辨证施食:予滋阴清热、养心安神之品。莲子、百合、银耳等药食同源的食物,莲子养心安神,百合清心安神,银耳滋阴润燥。推荐食疗方:桑葚百合粥滋补肺肾;糯米小麦粥补脾胃,益心肾、安心神;咸鸭蛋牡蛎粥补肝肾,养心神;白鸭冬瓜汤宁心清热,滋阴安神。茶饮:麦冬莲子茶、桑葚茶等。

辨证施音:指导患者聆听羽调音乐如《梅花三弄》、《汉宫秋月》等蕴藏肾气。最佳欣赏时间:7:00~11:00、17:00~19:00。

辨证施功:六字诀法:指导患者练吹字诀补肾

气,咽字治肺气,嘻字功理三焦;八段锦:两手托天理三焦、左右开工似射雕、两手攀足固肾腰。

2.5 护理评价

经护理干预后,患者午睡平卧半小时,夜间平卧入睡4~5小时。匹兹堡睡眠指数表(PSQI)得分14分,失眠中医症候量表得分3分,焦虑自评表(SAS)得分62分,疲乏量表(Piper)得分5分。

2.6 随访

患者出院后三天进行电话回访,患者食欲可,二便调,睡眠质量依据各种量表:匹兹堡睡眠指数表(PSQI)10分,失眠中医症候量表得分2分,焦虑自评表(SAS)60分,疲乏量表(Piper)3分。

3 讨论

本例患者长期正气亏虚,出现肺肾亏虚,加之邪毒阻肺、导致肺肾阴虚,阴虚而内热,热扰心神,心神失养,而出现长期彻夜不眠,睡眠质量下降,我们通过通利三焦的方法促进三焦气化,调节脏腑元气,恢复脏腑功能,使患者的睡眠时间延长且睡眠质量提高。一焦气机不畅而三焦气机不畅,三焦之气实为一焦之气,耳部三联疗法能够通利三焦,调和脏腑功能,使之阴阳达到相对平衡的效果。耳部三联疗法操作简便,舒适度强,效果显著,适合继续在临床广泛推广。此外,患者居家也可进行耳部三联治疗,舒适度高,可作为中医适宜技术居家操作,加以推广。

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] 康仁智. 肺癌化疗患者睡眠质量与生命质量相关性分析[J]. 世界睡眠医学杂志, 2022, 9(1): 24-26.
KANG R Z. Correlation analysis of sleep quality and life quality in lung cancer patients undergoing chemotherapy[J]. World J Sleep Med, 2022, 9(1): 24-26. (in Chinese)
- [2] 姚嘉良, 王盼盼, 张龙, 等. 基于网络药理学和分子对接技术探讨酸仁汤治疗肺癌相关性失眠的作用机制[J]. 中药新药与临床药理, 2022, 33(6): 813-824.
YAO J L, WANG P P, ZHANG L, et al. Based on the network pharmacology and molecular docking to explore the mechanism of action of Suanzaoren De-

coction in the treatment of lung cancer-related insomnia [J]. Tradit Chin Drug Res Clin Pharmacol, 2022, 33(6): 813-824. (in Chinese)

- [3] 温豆, 赵晓东, 王维, 等. 姜良铎从“三焦排毒”论治失眠[J]. 中国中医药信息杂志, 2023, 30(6): 171-175.
WEN D, ZHAO X D, WANG W, et al. Treatment of Jiang Liangduo for insomnia from the “triple energizer can remove toxin” [J]. Chin J Inf Tradit Chin Med, 2023, 30(6): 171-175. (in Chinese)
- [4] 田冰心, 杨梦琪, 杨杰, 等. 从三焦探讨失眠的治疗思路[J]. 光明中医, 2023, 38(13): 2514-2517.
TIAN B X, YANG M Q, YANG J, et al. Discussion on the treatment thoughts of insomnia from San-jiao [J]. Guangming J Chin Med, 2023, 38(13): 2514-2517. (in Chinese)
- [5] 赵晓东, 姚盛元, 丁霞, 等. 姜良铎从三焦论治失眠的思路探讨[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(3): 1286-1288.
ZHAO X D, YAO S Y, DING X, et al. Exploration of JIANG Liang-Duo's thoughts in treating insomnia from triple energizer [J]. China J Tradit Chin Med Pharm, 2020, 35(3): 1286-1288. (in Chinese)
- [6] 黄冬梅, 黄丽华, 赖宝珍, 等. 耳穴按摩操作治疗失眠临床观察[J]. 光明中医, 2023, 38(1): 116-118.
HUANG D M, HUANG L H, LAI B Z, et al. Observation on the clinical therapeutic effect of auricular point massage in the treatment of insomnia [J]. Guangming J Chin Med, 2023, 38(1): 116-118. (in Chinese)
- [7] 李晶晶, 林国华, 陈世云, 等. 发蒙法配合子午流注针法治疗神经性耳鸣疗效观察[J]. 上海针灸杂志, 2019, 38(3): 302-306.
LI J J, LIN G H, CHEN S Y, et al. Clinical observations on the efficacy of ignorance-enlightening technique plus midnight-midday ebb flow acupuncture for nervous tinnitus [J]. Shanghai J Acupunct Moxibustion, 2019, 38(3): 302-306. (in Chinese)
- [8] 胡雨露, 林青, 杨娅坤, 等. 耳部铜砭刮痧联合耳穴压丸治疗阴虚阳亢型老年高血压病临床观察[J]. 光明中医, 2022, 37(18): 3309-3312.
HU Y L, LIN Q, YANG Y K, et al. Clinical observation on the treatment of senile hypertension with Yin deficiency and Yang hyperactivity by ear copper scraping combined with auricular point pressing pill [J]. Guangming J Chin Med, 2022, 37(18): 3309-3312. (in Chinese)

- [9] 刘凤选, 梅御寒, 刘芝修. 耳部全息铜砭刮痧方法的临床应用[J]. 中国护理管理, 2019, 19(10): 1445-1448.
- LIU F X, MEI Y H, LIU Z X. Clinical application of ear holographic Tongbian scraping[J]. Chin Nurs Manag, 2019, 19(10): 1445-1448. (in Chinese)
- [10] 林艳萍, 蔡杏栗, 翁劲松. 耳穴压豆治疗肾精亏虚型耳鸣患者失眠的临床疗效分析[J]. 基层医学论坛, 2021, 25(31): 4564-4565.
- LIN Y P, CAI D L, WENG J S. Clinical Analysis of auricular point pressing bean on insomnia in patients with Tinnitus due to Kidney essence deficiency [J]. Med Forum, 2021, 25(31): 4564-4565. (in Chinese)
- [11] 李晶晶, 林国华, 陈世云, 等. 发蒙法配合子午流注针法治疗神经性耳鸣疗效观察[J]. 上海针灸杂志, 2019, 38(3): 302-306.
- LI J J, LIN G H, CHEN S Y, et al. Clinical observations on the efficacy of ignorance-enlightening technique plus midnight-midday ebb flow acupuncture for nervous tinnitus [J]. Shanghai J Acupunct Moxibustion, 2019, 38(3): 302-306. (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。