

DOI: 10.12209/CAIM202310120062

· 中西医结合临床案例 ·

中西医结合治疗 1 例普秃患者的护理报告

岳洁莹, 梁 斌, 陈 静, 王艺锦
(空军特色医学中心 皮肤科, 北京 100048)

摘要: 本文总结 1 例中西医结合治疗普秃患者的治疗及护理经验。在中医辨证施护理论指导下采用梅花针、He-Ne(氦氖)激光照射(>30 mw)、生物反馈、八段锦等特色护理,有效促进患者毛发生长,明显改善及提高了患者的焦虑症状和生活质量。

关键词: 普秃; 中西医结合; 梅花针; 氦氖激光; 中医护理

Nursing report of a patient with alopecia universalis treated with integrated traditional Chinese and western medicine

YUE Jieying, LIANG Bin, CHEN Jing, WANG Yijin

(Department of Dermatology, Air Force Medical Center, Beijing 100048)

ABSTRACT: This article summarized the treatment and nursing experience of a patient with general alopecia treated with integrated traditional Chinese and western medicine. Under the guidance of TCM syndrome differentiation and nursing theory, plum needle, He-Ne laser irradiation (> 30 mw), biofeedback, Baduanjin and other special nursing can effectively promote the hair growth of patients, and significantly improve the anxiety symptoms and quality of life of patients.

KEY WORDS: alopecia universalis; Integrated traditional Chinese and western medicine; Plum needle; He-ne laser; Traditional Chinese Medicine nursing

斑秃是一种突然发生的局限性脱发,局部皮肤正常,无自觉症状。普秃是斑秃的一种较严重的类型,表现为全身毛发包括头发、眉毛、睫毛、胡须、腋毛、阴毛、甚至全身毫毛弥漫性的脱落的严重损容性皮肤病,可发生于任何年龄,中青年多见,无明显性别差异,本病病因不明,可能与遗传因素、环境激发因素以及自身免疫紊乱有关,4%~30%的斑秃患者可发展成全秃或普秃,脱发可累及整个头皮,甚至全身的被毛,对外貌、日常工作、人际关系、影响较大,严重影响患者的生活质量和身心健康^[1]。目前本病治疗较为困难,临床上西药治疗,存在一定的副作用,且成本高。相对而言,中医特色护理传承了祖国医学辨证施护的特色理念,操作简单,无毒副作用,更高效。本文总结 1 例普秃患者实施中西医结合治疗护理经验,现报告如下。

1 临床资料

患者男,27岁,4月前因工作变动压力突增,

头顶部出现一指甲盖大小脱发,后脱发面积逐渐增加。反复治疗,效果欠佳。2022年1月14日因脱发加重,门诊以“普秃”入院。专科查体:头发、眉毛、睫毛、胡须、阴毛普遍脱落,腋毛稀疏,无关节疼痛等不适。中医以清热凉血,活血通络,调和气血,加速脱发区血液循环为主;西医抗炎、调节免疫为主。中医治疗:梅花针治疗,2次/周,起到活血通络,调和气血的作用;八段锦有改善失眠患者的身心状态及失眠症状的作用。西医治疗:静滴复方甘草酸苷注射液起到抗炎、调节免疫的作用;口服复合维生素B,片补充B族维生素,He-Ne(氦氖)激光照射(>30 mw),2次/d,起到促进伤口愈合的作用;外用表皮生长因子外用溶液、米诺地尔搽剂促进毛发生长。生物反馈疗法起到缓解患者紧张情绪的作用。患者治疗后头顶,眉毛,睫毛,胡须,腋毛可见稀疏毛发生长,已于2022年2月09日出院。3个月后随诊,患者毛发均恢复正常。

收稿日期:2023-10-12

通信作者:梁斌, E-mail: echo_lb666@163.com

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

2 护理

2.1 护理评估

护理评估具体包括:①脱发程度评估:依据脱发严重程度评分工具(SALT),总分范围0~100分,分值越高表示脱发越严重^[2]。②生活质量评估:采用皮肤病生活质量指数(DLQI)评估过去4周斑秃对患者生活造成的影响,包括学习、生活、社交等10个方面,总分范围0~30分,分数越高,表示对生活质量的负面影响越大。③焦虑症状评估:汉密尔顿焦虑量表(HAMA)评分,HAMA包括14个项目,HAMA量表总分 ≥ 29 分,可能为严重焦虑; ≥ 21 分,肯定有明显焦虑; ≥ 14 分,肯定有焦虑; ≥ 7 分,可能有焦虑; < 7 分,无焦虑症状^[3]。④疼痛评估:采用VRS疼痛数字评价量表评估患者的疼痛程度,将疼痛划分为10个等级,患者可采用0到10来量化疼痛强度。0分为无痛,1~3分为轻度疼痛,4~6分为中度疼痛,7~9分重度疼痛,10分为无法忍受的剧痛,评分越高表示疼痛程度越重^[4]。

2.2 护理诊断

护理诊断具体包括:①皮肤完整性受损与毛发缺失有关;②焦虑与患者脱发引起自我形象改变有关;③睡眠形态紊乱与焦虑有关;④自我形象紊乱与脱发有关。

2.3 护理措施

2.3.1 心理护理

患者住院期间情绪低落悲观,与担心疾病预后有关。护理人员应主动与患者沟通拉近护患关系,及时解决患者顾虑。运用一定的干预方法进行疏导,必要时可请心理科配合,树立治愈疾病的信心。告知患者此病的相关知识,安慰患者,嘱患者保持心情舒畅,消除患者因容貌改变引发的焦虑和恐惧心理。运用冥想、静坐、听音乐等方式减轻焦虑症状。焦虑明显时本例患者使用了叙事护理和生物反馈疗法有效改善了患者的焦虑症状。

2.3.2 叙事护理

本病例主要用叙事护理的方法给予患者心理干预。责任护士通过护理对话进行干预,对话环境在相对安静隐私环境下进行。护士询问患者:“为什么烦躁?”患者说“病情反反复复,不能治愈真的好焦虑”,护士说“焦虑给你带来什么影响呢?”患者说:“焦虑不仅让我睡眠不好,还让我心情暴躁,不敢见人,自卑。”护士问“心情暴躁给对

你的病情有影响吗?”患者说“当我心烦的时候,就睡不着觉,常想起头发不增反而更减少了,治疗效果也不明显,我就更加烦躁更焦虑了。”护士说“你觉得焦虑有用吗?”患者说“没有用,焦虑不仅没有让我的头发长出来,反而情况更糟了,我现在都不敢出门,怕别人嘲笑我。”护士说“你是用什么眼光看待其他患者的呢?”患者说“我没有注意,只关注自己了。”护士说“也许其患者和你想法一样。我观察到你的胡须已经开始生长,说明现在的治疗方案对你有效,你可以放宽心,静等花开了”患者说“好的,我知道这个病恢复起来很慢,毛发生长是需要时间的,我会给它生长的时间,也给心情放个假。”经过多次叙事护理式沟通患者焦虑情绪明显减轻。

2.3.3 生物反馈放松疗法

肌电生物反馈仪可测量患者肌肉紧张程度。通过数字的形式将患者自身肌电信号的强弱显示出来。分值越高代表肌肉紧张程度越高,其生理、心理放松的程度越好。测量时,安装电极片于患者前臂,开机后患者在安静状态下,播放含指导语的音乐,放松训练。数值达到稳定后的值即为患者肌肉紧张程度的分值^[5]。1次/d,30 min/次。

2.3.4 八段锦

根据患者身体情况,以微微出汗为宜,1次/d,10 min/次。八段锦可有效改善失眠患者的身心状态及失眠症状,在改善睡眠质量、提高睡眠效率等方面有积极作用^[6]。同时护士应多关注患者的睡眠情况,注意倾听患者的诉求,保护患者隐私,要以亲和的态度对患者疏导。

2.3.5 皮肤护理

2.3.5.1 梅花针治疗:梅花针治疗前向患者做好解释,消除紧张情绪,取合适的坐位或卧位,脱发区常规消毒,采用一次性梅花针,一般多从脱发边缘向中心螺旋状顺时针叩击,运用腕力垂直弹性叩击,先轻叩使患者逐步适应,脱发区毛细血管充血变红时,逐渐加重叩击,最后重叩至点状出血,叩击节律保持一致,每一个区域反复叩击2~3 min/次,2次/周^[7]。梅花针叩刺以皮肤潮红或微出血为度,具有疏通经络、调和气血,祛瘀生新之功^[8]。梅花针扣刺会有皮肤渗血,患者疼痛感强烈,操作时注意观察患者的表情变化,注意节奏,扣刺部位准确,力度均匀,垂直发力。在进行梅花针操作时让患者听音乐转移注意力。叩刺完毕后,于患者斑秃部位涂抹表皮生长因子。用干棉

签进行轻轻按摩以利于药物吸收,等待生长因子吸收 20 min。

2.3.5.2 氦氖激光照射:以最大输出功率垂直照射,每处皮损 20 min,1 次/d,连续治疗整个疗程。有减轻炎症、加快血流、改善皮损区微循环的作用。

2.3.6 饮食护理

嘱患者多吃一些粗食、豆类、绿色蔬菜、瓜果等和含维生素 B 簇、维生素 A、E 较多的食物。番茄、马铃薯、菠菜中所含的铜、铁等微量元素,是毛发成长及色泽必不可少的元素。戒烟限酒,均衡饮食,少食油腻、辛辣刺激食物。

3 结果和随访

通过中西医治疗与护理,该患者依从性良好,对治疗期间采取的护理措施满意。由表 1 可知,患者治疗前全身毛发脱落 SALT 评分 90 分,焦虑 13 分,生活质量较低。通过梅花针扣刺、氦氖激光照射、叙事护理和生物反馈治疗后,患者头顶,眉毛,睫毛,胡须均有生长。患者焦虑指数 HAMA 降为 3,生活质量指数 DLQI 分值明显降低。患者已于 2022 年 2 月 09 日出院,3 个月后随访,患者诉毛发均恢复正常。

表 1 疗效评估

评估项目	治疗前	治疗 12 d	治疗 25 d
SALT/分	90	60	30
HAMA/分	13	8	3
DLQI/分	20	9	4

4 讨论

普秃是临床严重损害容颜的全身性疾病、患者精神上带来的痛苦远大于脱发本身,且其治疗比较困难,严重影响患者的生活质量。普秃的发病原因迄今尚未完全明了,目前认为机体免疫功能的紊乱是其发病的主要原因,同时与精神神经因素、血管舒缩功能、遗传等有关^[9]。中医认为本病与血虚、肾亏、血瘀关系密切。治疗上予补肾养血活血。治疗不宜过于急躁,避免药物长期使用的不良作用。普秃的治疗有多种方法,目前还没有单一高效的治疗方法。对于本病的治疗趋向于多种疗法联合使用,然而,即使经过治疗之后,也经常见到许多不良反应和高复发率。探究一种有效治疗斑秃的方法,对于减轻患者心理压力及提高其生活质量,有重要的意义^[10]。

梅花针属于中医外治疗法,具有疏导局部气

血,促进头发生长的作用,梅花针叩刺可改善局部血液循环,疏通经络,激活局部毛囊干细胞的增殖与分化能力,使脱发区毛发得到再生^[11]。研究表明用梅花针叩刺治疗斑秃,皆取得较好疗效,梅花针治疗斑秃疗效确切,不良反应少,操作方便,成本低^[12]。氦氖激光是一种物理治疗,氦氖激光照射刺激,使炎症介质及组织氧化作用增加,对萎缩的毛囊具有很好的生物学刺激作用^[13]。已有研究表明低能量激光有促进毛发生长的作用,可提高毛发抗拉强度。减轻炎症,调节免疫功能,并在治疗过程中,加快血流、改善皮损区微循环^[14]。同时低能量激光疗法不良反应较少,不同于药物,它副作用小,接受度较高。对常规治疗不能耐受或无反应的患者也是一种安全的新选择。叙事护理的核心理念是以人为本,强调的不是技术而是态度,在与患者的交流和护理过程中,细致地聆听患者的心声,并用同理心和温暖来回应,让患者的心灵得到疗愈。生物反馈放松疗法能提高抗应激、抗焦虑抑郁等能力,一定程度上影响中枢神经系统,缓解焦虑,促进心理健康^[15]。

综合上所述本例患者采用梅花针、八段锦、结合氦氖激光照射、叙事护理、生物反馈治疗多种手段共同作用有效的促进了普秃患者毛发的生长,明显缓解焦虑,生活质量得到提高,值得临床参考应用。

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] 赵辨. 中国临床皮肤病学[M]. 2 版. 南京: 江苏凤凰科学技术出版社, 2017: 1324-1331.
- [2] 付佳俊, 袁弦, 史海勇, 等. 梅花针叩刺联合直针刺治疗斑秃的临床观察[J]. 云南中医中药杂志, 2022, 43(6): 58-61.
FU J J, YUAN X, SHI H Y, et al. Clinical observation on the treatment of alopecia areata patients with plum-blossom needle combined with straight acupuncture [J]. Yunnan J Tradit Chin Med Mater Med, 2022, 43(6): 58-61. (in Chinese)
- [3] 张莹, 张玲玲, 热依娜·吾甫里. 系统性疼痛护理管理对晚期癌症患者疼痛程度、心理情绪与生活质量的影响[J]. 河北医药, 2022, 44(1): 154-156.
ZHANG Y, ZHANG L L, Wufuli Reyna. Effects of systematic pain nursing management on the pain de-

- gree, psychological status and life quality of patients with advanced cancer pain[J]. *Hebei Med J*, 2022, 44(1): 154-156. (in Chinese)
- [4] 赵继军, 陆小英, 赵存凤, 等. 数字疼痛量表和描述疼痛量表的相关性研究和改进[J]. *现代护理* (9): 657-661 [2023-11-09]. DOI: 10.3760/cma.j.issn.1674-2907.2002.09.001.
- ZHAO J J, LU X Y, ZHAO C F, et al. The re-search of digital pain scale and describe pain scale and improve [J]. *Journal of modern nursing* (9): 657-661 [2023-11-09]. DOI: 10.3760 / cma. J. i SSN. 1674-2907. 2002. 09. 001.
- [5] 梁斌, 刘宇, 崔彩娟, 等. 音乐治疗对寻常型银屑病患者干预效果观察[J]. *护理管理杂志*, 2019, 19(8): 603-606.
- LIANG B, LIU Y, CUI C J, et al. Effect of music therapy in patients with psoriasis vulgaris[J]. *J Nurs Adm*, 2019, 19(8): 603-606. (in Chinese)
- [6] 侯江涛, 郑鸿铭, 严梓萁, 等. 八段锦干预失眠症患者疗效的 Meta 分析[J]. *广州体育学院学报*, 2022, 42(2): 59-69.
- HOU J T, ZHENG H M, YAN Z Q, et al. Meta-analysis of the efficacy of Baduanjin exercise on patients with sleep initiation and maintenance disorders [J]. *J Guangzhou Sport Univ*, 2022, 42(2): 59-69. (in Chinese)
- [7] 鲁艳芳, 赵军磊, 王哲新. 梅花针联合复方甘草酸苷、米诺地尔治疗斑秃的临床疗效观察[J]. *中国医疗美容*, 2020, 10(7): 94-97.
- LU Y F, ZHAO J L, WANG Z X. The clinical effect observation of percussopunctator combined with compound glycyrrhizin and minoxidil on alopecia areata[J]. *China Med Cosmetol*, 2020, 10(7): 94-97. (in Chinese)
- [8] 杨雪圆, 闫小宁, 蔡宛灵. 梅花针在斑秃治疗中的应用进展[J]. *中国美容医学*, 2019, 28(10): 162-165.
- YANG X Y, YAN X N, CAI W L. Application progress of plum-blossom needle therapy in the treatment of alopecia areata[J]. *Chin J Aesthetic Med*, 2019, 28(10): 162-165. (in Chinese)
- [9] 梁桂莲, 陈思丹, 肖海晴, 等. 中医药治疗斑秃研究概况[J]. *亚太传统医药*, 2021, 17(12): 218-220.
- LIANG G L, CHEN S D, XIAO H Q, et al. Re-search overview of alopecia areata treated with traditional Chinese medicine [J]. *Asia Pac Tradit Med*, 2021, 17(12): 218-220. (in Chinese)
- [10] 宫泽琨, 卞亚伟. 斑秃治疗研究进展[J]. *中国中西医结合皮肤性病杂志*, 2021, 20(3): 321-325.
- GONG Z K, BIAN Y W. Research progress on the treatment of alopecia areata[J]. *Chin J Dermatovenereology Integr Tradit West Med*, 2021, 20(3): 321-325. (in Chinese)
- [11] 马力颖, 宫树丰, 李静. 梅花针叩刺结合摩法治疗斑秃的临床观察[J]. *中国民间疗法*, 2021, 29(10): 65-66.
- MA L Y, GONG S F, LI J. Clinical observation of plum-flower needle and rubbing method in treating alopecia areata[J]. *China's Naturopathy*, 2021, 29(10): 65-66. (in Chinese)
- [12] 周小华. 梅花针叩刺辅助治疗斑秃患者的效果[J]. *中国民康医学*, 2021, 33(12): 81-83.
- ZHOU X H. Effect of plum blossom needle tapping on alopecia areata patients[J]. *Med J Chin People's Heath*, 2021, 33(12): 81-83. (in Chinese)
- [13] 项晶, 苏莹莹, 范建国, 等. 针刺联合低能量激光治疗雄激素性秃发疗效观察[J]. *上海针灸杂志*, 2020, 39(2): 188-191.
- XIANG J, SU Y Y, FAN J G, et al. Therapeutic observation of acupuncture combined with low-energy laser for androgenetic alopecia [J]. *Shanghai J Acupunct Moxibustion*, 2020, 39(2): 188-191. (in Chinese)
- [14] 孙明翠, 王晖, 邱慧娟. 五脏论治脱发[J]. *中医临床研究*, 2018, 10(10): 53-54.
- SUN M C, WANG H, QIU H J. Treating alopecia from the perspective of the five internal organs [J]. *Clin J Chin Med*, 2018, 10(10): 53-54. (in Chinese)
- [15] 刘雪婷, 韩颖, 韩汶洋. 生物反馈放松疗法对提升潜艇官兵身心健康水平的作用[J]. *海军医学杂志*, 2023, 44(4): 338-340.
- LIU X T, HAN Y, HAN W Y. Effect of biofeedback relaxation therapy on improving the physical and mental health level of submarine officers and soldiers [J]. *J Navy Med*, 2023, 44(4): 338-340. (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。