

DOI: 10. 12209/CAIM202310150063

· 中西医结合临床案例 ·

循经刮痧干预 1 例阴阳毒头痛患者的护理报告

戴 竞

(江苏省中西医结合医院, 江苏 南京, 210000)

摘要: 在 1 例阴阳毒患者退热后、头痛剧烈时使用刮痧板进行循经刮痧, 缓解足少阳胆经头痛症状。同时施以引阳入阴手法按摩改善其由心肾不交引起的不寐问题, 护理效果明显。

关键词: 头痛; 循经刮痧; 阴阳毒; 系统性红斑狼疮

Nursing report on a patient with Yin Yang toxic headache treated with scraping along the meridian

DAI Jing

(Jiangsu Province Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Hospital, Nanjing, Jiangsu, 210000)

ABSTRACT: After a patient with Yin Yang toxin had fever and severe headache, a scraping board was used for meridian scraping to alleviate the symptoms of foot Shaoyang and gallbladder meridian headache. At the same time, the massage technique of introducing Yang into Yin was applied to improve the insomnia caused by heart kidney non communication, and the nursing effect was significant.

KEY WORDS: Headache; meridian scraping; Yin-Yang toxin syndrome; systemic lupus erythematosus

系统性红斑狼疮(Systemic Lupus Erythematosus, SLE)是一种可累及全身多脏器的自身免疫性结缔组织疾病。根据 SLE 临床特征, 其与中医学“阴阳毒”“温毒斑”“蝶疮流注”“周痹”的病症描述相似, 尤以“阴阳毒”与 SLE 更为贴近^[1]。25%~75% SLE 患者伴有中枢神经系统损害。头痛作为一组非特异性症状, 在 SLE 患者中的发生率达 30%^[2]。SLE 患者头痛症状以剧烈的胀痛、刺痛、痛有定处为特点。现代医学认为 SLE 最主要的治疗方案是肾上腺皮质激素加免疫抑制剂, 但是这类药物有明显的毒副作用, 患者要忍受各种并发症, 而依从性差的患者会忘记服药。

中医外治法是中医学特色疗法之一, 具有简、便、廉、验的特点。有研究表明, 循经刮痧不仅可以减轻头部疼痛程度, 还可以改善睡眠、调节焦虑抑郁状态^[3]。刮痧可以改善经络和腧穴的微循环, 起到调节气血、疏通经络、活血化瘀、熄风止痛之效。现就我科室运用循经刮痧技术干预 1 例阴阳毒患者的护理经验报道如下。

1 临床资料

患者女, 35 岁, 一周前无明显诱因下开始出现体温升高, 每日均发于下午 6 时后, 最高 39℃, 自行口服退热药可正常, 但夜间仍有发热。2023 年 9 月 26 日因“发热一周余”由急诊收住入院, 就诊时 T: 36.8℃、P: 80 次/分、R: 15 次/分、BP: 95/65 mm Hg。既往有“系统性红斑狼疮”慢性病史。入院时刻下: 神清, 精神萎, 干咳, 平素憋尿, 偶见泡沫尿, 尿色深黄, 食纳可, 夜间发热伴有头痛, 夜寐差, 大便正常。入院后主要阳性检查有血常规: 超敏 C 反应蛋白 18.63 mg/L ↑, 补体 C 387.3 mg/dL ↓, 免疫球蛋白 IgA 4.63 g/L ↑, 免疫球蛋白 IgG 30.14 g/L ↑, 尿隐血+++、白细胞+++、尿蛋白++, 尿白细胞 1021.10/uL。正常心电图。胸部 CT: 两肺磨玻璃及实性小结节, 心包少量积液。腋窝淋巴结彩超: 两侧腋下淋巴结肿大。入院中医诊断: ①淋证(湿热下注证); ②阴阳毒(热毒炽盛证)。西医诊断: ①泌尿道感染; ②系统性红斑狼疮。

收稿日期: 2023-10-15

OPEN ACCESS

www. case. jcme. net. cn

2 护理

2.1 护理评估

患者确诊系统性红斑狼疮 10 年余,1 周前因发热,有尿路刺激症状入院,患者消瘦,疲乏,夜间发热伴有头痛,无汗,干咳,食纳可,夜寐差,大便正常。观舌淡红,舌苔薄白,舌底脉络无瘀血,脉细数。予以 Morse 评分 35 分,Barthel 指数 95 分,Braden 评分 23 分,疼痛评分 7 分。系统性红斑狼疮疾病活动度评分 12 分,中度活动。阿森斯失眠量表评分 21 分,焦虑自评量表(SAS)55 分,轻度焦虑。

2.2 护理诊断

体温过高:与泌尿系感染有关;头痛:与中枢神经系统损害有关;有皮肤完整性受损的危险:与疾病所致血管炎性反应等因素有关;失眠:与头痛、焦虑有关。

2.3 护理计划

根据护理评估和诊断的结果,制定如下护理计划:住院期间温度降至正常;头痛疼痛评分降至 3 分以下;住院期间没有出现皮肤完整性受损;失眠症状改善,阿森斯失眠量表评分降低。

2.4 护理措施

基础护理:保持病室整洁,光线色调柔和,拉上窗帘,避免阳光直射,保持空气流通、新鲜。保证充分的休息,头痛剧烈时卧床休息,以减少消耗,保护脏器功能。

病情观察:定时测量患者的体温;观察头痛的部位、程度、时间、性质、伴随症状,诱发的因素,缓解的原因;观察尿量、尿色、尿液检查结果的变化;询问患者乏力、关节、肌肉疼痛等全身症状。

辨证施养:①指导患者穿着宽松、舒适、柔软的衣服,宜着纯棉制品。②保护皮肤,避免阳光直接照射,避免使用刺激性的药物及化妆品。③发热时卧床休息,多饮水,出汗时及时更换衣服,注意保暖。④保持口腔清洁,每日晨起、睡前和进餐前用盐水漱口。

辨证施情:系统性红斑狼疮病程长,反复发作,累及全身多个系统,患者有不同程度的焦虑抑郁同时影响睡眠质量。针对忧郁患者,为其讲解疾病的相关知识;加强与患者之间的沟通;使用情志相胜法,忧伤以喜胜之;结合五音疗法,向其推荐宁心安神的徵调音乐《紫竹调》^[5]。

辨证施食:指导患者进食高蛋白和富含维生

素的饮食,少食多餐,宜软食,忌食芹菜、无花果、蘑菇、烟熏食物及辛辣刺激食物。患者热毒炽盛,给予金银花、菊花茶等,禁食狗肉、牛羊肉、葱姜蒜等辛温之品^[6]。予患者推荐了 2 个简单易行的食疗方:绿豆百合汤和银耳汤。

辨证施教:患者因卧床输液,指导患者做卧式八段锦,益气扶正,调理脾胃。

中医特色护理:循经刮痧在系统性红斑狼疮头痛患者的运用,旨在缓解其头痛的症状。结合患者的病情整体评估,在循经刮痧的基础上加用引阳入阴手法按摩,改善睡眠、调节焦虑抑郁状态。①根据头痛的部位行经络辨证,对督脉、足少阳胆经、手少阳三焦经进行刮痧治疗,均以头部皮肤潮红为度,2 次/周,共治疗 1 周。循经取穴:太阳、神庭、百会、风府、头临泣、风池、耳门、角孙、翳风穴。②操作方法:使用牛角刮痧板不需要蘸取介质,患者头痛剧烈无法行坐位,改取仰卧位,左手拇指按在百会穴,保持头部稳定,右手单手握牛角刮痧板,通过腕力与指力对刮痧板的施力角度进行调节,通常情况下皮肤与刮痧板呈 45°,之后将肘关节作为活动中心,前臂进行多角度移动。刮痧力度小,速度慢,此为补法。先循督脉,由神庭穴向百会穴进行刮拭。力度以患者可以耐受、头部有舒适感与放松感为宜,保持力度均匀,刮拭 20 次。在百会穴进行点压法加强,重复 5~10 次。患者左侧卧位:由百会穴向风府穴进行刮拭,保持力度均匀,刮拭 20 次。在风府穴进行点压法加强,重复 5~10 次。循足少阳胆经,由头临泣穴向枕后风池穴刮拭。在风池穴进行点压法加强,重复 5~10 次。循手少阳三焦经,由耳门至角孙顺刮至翳风,在翳风穴进行点压法加强。患者取右侧卧位,同样的方法循同侧足少阳胆经、手少阳三焦经刮痧。整个刮痧过程需密切注意患者面色、表情变化,并询问患者感受,不强求出痧。③头部刮痧结束,运用引阳入阴手法按摩,开天门、推坎宫、揉太阳、揉百会、勾风池压安眠、勾廉泉、按承浆,每个步骤按揉 30~50 次,约 1 分钟,按需要重复 2~3 个轮回。

2.5 护理评价

循经刮痧效果评价:刮痧治疗后,患者头痛明显缓解。头痛发作程度采用视觉模拟标尺评分法(VAS)进行评价,由 7 分降至 3 分,判断为有效。晚间患者随着头痛缓解睡眠质量改善,阿森斯失眠量表评分由 21 分降至 5 分,患者很满意。进行

焦虑自评量表(SAS)评估,得分从55分降至48分。

3 讨论

本病以肝肾阴虚为本,风、痰、瘀、毒为标。肝肾阴虚,血脉空虚,运行无力,则邪毒易于蕴结,郁而为热。热毒燔灼真阴,耗伤阴血,则肝肾阴虚更甚,热毒搏结于血分,血脉瘀滞不通则为瘀血。瘀血停滞,闭阻清窍,则发本病^[7]。致病之虚火始于下焦并弥漫于三焦,同时产生湿、痰、热、瘀、毒等病理产物,运用引火归原的理论来指导治疗^[8]。疏通三焦,调畅气机也是解决阴阳毒头痛患者的有效方法。刮痧治疗,有运行气血、沟通内外、联络脏腑等作用。患者头两侧头痛是足少阳胆经循行部位,先刮拭督脉能够起到激发阳气之效,再循足少阳胆经、手少阳三焦经刮拭,以疏泄清热、活血化瘀。选用的牛角板也有发散行气,活血化瘀,清热解毒之功。头部刮痧除了调节脏腑机制外,还可通过刺激头部皮肤神经末梢,改善脑内葡萄糖代谢及脑电波的活动,起到促进睡眠的作用^[9]。引阳入阴推拿配合气息导引法是中医传统推拿疗法的一种。通过推拿头颈部诸穴,不仅使紧张的肌肉放松,还能扩张局部毛细血管,改善血液循环。气息导引是通过指导患者采用缓慢的腹式呼吸,把意念集中在足底,渐次放松直至头部的状态。两者结合共同发挥引阳入阴、调畅气机、通达气血、安神畅情的作用^[10]。头部循经刮痧,引阳入阴按摩配合气息导引能够有效缓解阴阳毒患者由头痛引起的失眠焦虑状态,值得临床推广。

同时,我们也总结出:①护理过程中要全面动态评估患者的病情,在疾病的不同时期选择适宜的中医护理技术进行干预。②护理技术应该体现“因人制宜、因时制宜”的原则,同一种护理技术要“补泻”之间灵活切换。整个护理过程,要充分运用和体现中医的辨证思维。循经刮痧一项护理技术在不同的疾病期,我们可以通过按压力度的大小、速度的快慢达到补泻相宜的运用。选穴除选择十二经上的穴位,还可以选择经外奇穴,如本次选用的太阳穴,是缓解头痛常用的经验穴,能起到醒脑止痛的目的。③加强专科理论学习,对自己擅长的中医护理技术要深入学习、思考、总结,真正做到“术有专长”“技有所攻”。

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] 单雪燕,刘瑞华,郭子琳,等.基于阴阳毒理论探讨系统性红斑狼疮的预后及治疗[J].中医杂志,2023,64(18):1926-1929.
SHAN X Y, LIU R H, GUO Z L, et al. Prognosis and treatment of systemic lupus erythematosus based on Yin-Yang toxin theory [J]. J Tradit Chin Med, 2023, 64(18): 1926-1929. (in Chinese)
- [2] 马诺莎,汪悦.金实教授中医药治疗系统性红斑狼疮伴中枢神经损害的临床经验[J].南京中医药大学学报,2019,35(1):104-105.
MA N S, WANG Y. Professor Jin Shi's clinical experience in treating systemic lupus erythematosus with central nervous damage with traditional Chinese medicine [J]. J Nanjing Univ Tradit Chin Med, 2019, 35(1): 104-105. (in Chinese)
- [3] 高丽.循经刮痧配合艾灸用于足少阳胆经头痛病患者护理中的价值[J].光明中医,2023,38(13):2621-2623.
GAO L. The value of scraping along meridian combined with moxibustion in nursing patients with gall-bladder meridian headache due to insufficient Yang [J]. Guangming J Chin Med, 2023, 38(13): 2621-2623. (in Chinese)
- [4] 侯媛媛,苏雯,项颖,等.头部循经刮痧治疗慢性紧张型头痛的效果及对脑血流的影响[J].中国药物与临床,2021,21(20):3461-3463.
HOU Y Y, SU W, XIANG Y, et al. Effect of scalp scraping along meridian on chronic tension headache and its influence on cerebral blood flow [J]. Chin Remedies Clin, 2021, 21(20): 3461-3463. (in Chinese)
- [5] 刘玉培,陈红,冯小姣.中医护理在系统性红斑狼疮患者中的价值[J].实用中医内科杂志,2023,37(4):103-105.
LIU Y P, CHEN H, FENG X J. The value of traditional Chinese medicine nursing in patients with systemic lupus erythematosus [J]. J Pract Tradit Chin Intern Med, 2023, 37(4): 103-105. (in Chinese)
- [6] 姜维卓,张瑞霞.浅谈系统性红斑狼疮的中医特色护理经验[J].中国中医药现代远程教育,2023,21(17):168-170.
JIANG W Z, ZHANG R X. Characteristic nursing experience of traditional Chinese medicine in systemic lupus erythematosus [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2023, 21(17): 168-170. (in Chinese)

- [7] 张鹏起, 李忱, 王秋月, 等. 《金匱要略》百合狐惑阴阳毒病机探讨[J]. 成都中医药大学学报, 2022, 45(3): 28-31.
- ZHANG P Q, LI C, WANG Q Y, et al. Pathogenesis of Baihe Bing, huhuo Bing and yinyangdu in Jin-gui Yaolue [J]. J Chengdu Univ Tradit Chin Med, 2022, 45(3): 28-31. (in Chinese)
- [8] 于明辰, 马秀琴. 从湿热相火论治系统性红斑狼疮[J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20(8): 71-73.
- YU M C, MA X Q. Treatment of systemic lupus erythematosus from dampness-heat ministerial fire [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2022, 20(8): 71-73. (in Chinese)
- [9] 崔向清, 蒋燕, 杨向竹, 等. 刮痧疗法对胆红素、SOD、IL-1、IL-6、白细胞、单胺类神经递质的影响初探[J]. 中医药学报, 2013, 41(1): 33-37.
- CUI X Q, JIANG Y, YANG X Z, et al. Effects of Gua-Sha therapy on bilirubin, SOD, IL-1, IL-6, leukocyte and monoamine neurotransmitters in human [J]. Acta Chin Med Pharmacol, 2013, 41(1): 33-37. (in Chinese)
- [10] 王渊, 袁捷, 王佩, 等. “引阳入阴”推拿配合气息导引法在防治心身疾病中的应用[C]. 中国睡眠研究会第十二届全国学术年会论文汇编. 广州, 2020: 159.
- WANG Y, YUAN J, WANG Pet al. The Application of "Yinyin and Yangyin" Massage Combined with Breath Guidance in the Prevention and Treatment of Psychosomatic Diseases[C]. Compilation of Papers at the 12th National Academic Annual Meeting of the Chinese Sleep Research Association. Guangzhou, 2020: 159.

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。