

DOI: 10.12209/CAIM202310130014

· 中西医结合临床案例 ·

1例肝肾亏虚型腰痹合并 不寐患者的中医辨证护理体会

陈荣玲, 许海英, 孙 苇

(南京中医药大学连云港附属医院 治未病中心, 江苏 连云港 222004)

摘要: 本文总结1例肝肾亏虚型腰痹合并不寐患者的中医辨证护理体会。针对患者具体症状, 基于中医辨证, 采用雷火灸改善患者腰部疼痛、便溏症状, 运用头部刮痧及穴位贴敷等干预措施, 治疗患者由心肾不交引起的不寐症状, 护理效果明显。

关键词: 肝肾亏虚型; 腰痹; 不寐; 雷火灸; 中医护理

Nursing experience of TCM syndrome differentiation for a patient with lumbar stulosis of liver and kidney deficiency combined with insomnia

CHEN Rongling, XU Haiying, SUN Wei

(Preventive Treatment Center, Lianyungang Affiliated Hospital of Nanjing University of Chinese Medicine, Lianyungang 222004)

ABSTRACT: This article summarized the experience of TCM syndrome differentiation nursing for a patient with lumbar stulosis of liver and kidney deficiency combined with insomnia. According to the specific symptoms of patients, based on TCM syndrome differentiation, thun-fire moxibustion was used to improve the patients' waist pain and loose stool symptoms, and the intervention measures such as scraping on the head and acupoint application were used to treat the patients' insomnia symptoms caused by heart-kidney incoordination, and the nursing effect was obvious.

KEY WORDS: liver-kidney deficiency type; lumbar stuffiness; insomnia; thunder-fire moxibustion; Traditional Chinese Medicine nursing

腰痹是以腰部疼痛、重着、麻木甚至屈伸不利或连及一侧或双侧下肢为主要表现的风湿病。腰痹多由正气虚弱, 肾气不足, 感受外邪, 劳损外伤, 情志及产后等, 引起痰瘀壅滞, 气血不通不荣而致^[1]。雷火灸用悬灸的方法利用中药燃烧时产生的热量对相关的穴位进行刺激, 激发经气, 使患者局部皮肤舒展, 从而让药物更好地进入相关穴位, 达到通络止痛、温经散寒的功效, 同时也能显著改善外周组织血液循环^[2]。头部刮痧通过调节肾中阴阳, 而达到调节脏腑阴阳的目的^[3]。穴位贴敷疗法是通过药物直接刺激穴位, 通过透皮吸收, 达到疏通经络、调理气血、健脾和胃的功能^[4]。现总结1例运用以上中医技术干预肝肾亏虚型腰痹合并不寐患者的护理体会, 现报告如下。

1 临床资料

患者男性, 33岁, 2023年03月26日因“腰部疼痛伴双臀部间断酸痛不适8年, 加重1周”至治未病中心就诊。无既往史, 过敏史。入院时患者腰部疼痛不适伴双臀部酸痛, 休息后缓解, 间断反复发作, 约1周前再次发作, 夜寐欠安, 大便质烂, 1d~2d一行, 小便正常。入院后腰椎CT示: 腰1椎体压缩变窄。入院中医诊断为腰痹, 西医诊断为腰椎间盘突出症。入院后采用雷火灸改善患者腰部疼痛, 便溏的症状。针对患者心肾不交引起的不寐的症状, 运用头部刮痧, 穴位贴敷干预措施, 护理效果明显。患者已于2023年4月22日好转停止治疗离院。

收稿日期: 2023-10-13

通信作者: 许海英, E-mail: 844472364@qq.com

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

2 护理

2.1 护理评估

患者反复出现腰部疼痛不适伴双臀部酸痛不适 8 年余,偶有心慌气短,夜寐欠安,大便质烂。予 Morse 跌倒风险评估,得分 25 分;NRS 数字分级法评分表,得分 4 分;匹兹堡睡眠质量指数量表评估,得分 6 分。

2.2 护理诊断

结合患者具体症状,得出以下护理诊断:腰痛与肝肾亏虚致气血不通、不荣有关;夜寐欠安与心肾不交有关;便溏与肝肾亏虚致脾胃运化功能失常有关;焦虑与反复腰痛有关。

2.3 护理计划

针对患者存在的问题,制定护理计划。发挥中医技术特色优势,运用雷火灸、头部刮痧以及穴位贴敷技术进行对症治疗,结合辨证食疗、中药茶饮、生活管理、辨证施乐等护理举措,达到刺激经络穴位,缓解腰部肌肉痉挛,温经散寒、减轻疼痛、改善患者睡眠质量的目的。

2.4 护理措施

2.4.1 辨证食疗:饮食有节,定时进食,避免暴饮暴食,同时注意饮食清淡,避免过食肥甘厚味,辛辣醇酒以及生冷粗硬之品。可食用动物内脏,温肾补气之品。推荐药膳:生地山药粥,茴香炖猪腰,枸杞羊肾粥,核桃炒韭菜,猪肾黑豆等^[5]。

2.4.2 中药茶饮:推荐人参,黄芪,山药,杜仲,桑寄生,熟地,桑葚,枸杞子等中药材泡水,具有补益肾经的功效^[6]。

2.4.3 中药泡足:子午流注纳子法结合中药泡足。组方:艾叶 9 g,盐杜仲 15 g,鸡血藤 15 g,伸筋草 15 g,首乌藤 15 g。该方制作成中药汤剂 6000 mL,温度 40℃~45℃,选择每日酉时(17:00~19:00)予患者行中药泡洗 20 min~40 min。

2.4.4 生活管理:保持良好的生活习惯,保持居住环境安静、宽敞舒适、温度适宜。注意劳逸结合,重视体育锻炼,可进行散步、做操、五禽戏、八段锦、太极拳等锻炼。

2.4.5 辨证施乐:运用五音疗疾的理论,给予角调和羽调类音乐。

2.4.6 雷火灸:运用雷火灸改善患者腰部疼痛,便溏的症状。让患者取仰卧位,雷火灸配合六字诀^[7],取肾俞穴、大肠俞穴、委中穴、太溪穴、阳陵泉以及督脉,双侧足三里穴,神阙穴,以回旋灸法,

右手持灸条,左手固定穴位,灸头距穴位 3 cm~5 cm,移动灸条时,左右摆动,灸 15 min。1 次/d,两周后,1 次/3d。

2.4.7 头部刮痧:用梳刮的方法以百会穴为中心向四周放射刮拭全头;从太阳穴绕耳上弧线刮至乳突和风池^[8]。刮至出痧,根据痧退情况,选择是否再次进行刮痧治疗,该患者 5 d 进行 1 次刮痧治疗。

2.4.8 穴位贴敷:将中药夜交藤,珍珠母,合欢花,远志,何首乌,女贞子,黄连各等分研末,取 4 g 药物加蜂蜜少许调匀成膏状,敷于双侧的三阴交和涌泉以及照海与内关,用 5 cm×5 cm 的穴位胶贴固定,每晚睡前贴敷,次日晨取下,8 h~12 h/次。

3 结果和随访

雷火灸效果评价:采用 NRS 量表进行评价,治疗 3 d(03 月 28 日)腰部疼痛 NRS 量评分 4 分降至 1 分,大便稍成形,日行 1 次,判断为有效。头部刮痧、穴位贴敷效果评价:治疗 3 d(03 月 28 日)匹兹堡睡眠质量指数量表评分由 6 分降至 3 分。患者康复后每周给予一次电话随访,患者诉腰疼明显改善,无便溏发生,睡眠质量明显见佳。

4 讨论

肝肾亏虚型腰痹患者往往伴随腰膝酸软、肌肉萎缩、面色㿔白、舌淡苔白、脉沉迟,临床治疗通常选用益肾固腰汤加减,达到补肾固腰、通络利湿的目的。本案例配合实施中医特色护理干预措施,给予辨证食疗、中药茶饮、中药泡足、生活管理、辨证施乐等中医特色护理措施。

本案例所实施中药泡足方中艾叶性温,味苦,入脾,肝,肾经,有温经通络,调理气血等功效;杜仲温辛能润,入肝而补肾;鸡血藤味苦甘,温,归心;伸筋草味苦,辛,温,入肝,脾,肾三经;首乌藤主养心安神,通络祛风。诸药合用可达祛风通络,活血调经止痛之功。足部穴位密集,有涌泉穴、太冲、内庭等重要穴位,吸收中药效果好^[9]。子午流注纳子法是根据十二地支时间的推移配合十二经脉的气血运行顺序进行取穴施治的方法^[10]。十二经脉的支歌中曰:“肺寅大卯胃辰宫,脾巳心午小未中,申胱酉肾心包戌,亥焦子胆丑肝通。”提示脏腑功能、经脉流注与十二时辰相通^[10]。根据子午流注气血循行规律,酉时是气血循行注入肾脏的阶段,此时足少阴肾经最旺,行中药泡洗,可使肾

气得到充分的循行濡养,达到舒经通络,活血化瘀,调和阴阳的作用,经络通畅,脏腑气血调和,便能减轻患者疼痛不适,达到治疗效果。辩证施乐所选角调音乐轻缓,柔和,可促进气机通畅,升发,调节肝胆疏泄;代表曲目如《列子御风》。羽调,音乐哀怨,奔放,可养肾气,降气机。代表曲目如《乌夜啼》^[11]。

雷火灸选穴原则为肾俞穴是足太阳膀胱经的穴位,具有滋阴壮阳、利水消肿的功效。肠俞为膀胱经穴,具有调和胃肠、理气的作用。委中属足太阳膀胱经的腧穴之一,具有舒筋通络、散瘀活血、凉血泄热的功效。太膝穴具有滋阴益肾,壮阳强腰的功效。阳陵泉穴是足少阳胆经的穴,具有舒筋活络的功效^[12]。督脉是主一身阳气。足三里属足阳明胃经腧穴,可调补脾胃,补中益气。神阙穴为经络之总枢,经气之汇海,有温补元气,健运脾胃,固脱复苏之功效^[13]。六字诀为古代流传下来的养生方法,亦称吐纳法,通过咽、呵、呼、嘘、吹、嘻六个字的发音练习,以及唇齿喉舌的用力不同,牵动不同的脏腑经络气血的运行^[14]。头部刮痧术是通过经络腧穴对神经系统产生良性刺激,可以引起大脑皮层内兴奋与抑制活动加强或减弱,促进大脑正常工作,有效调整脏腑组织功能^[15]。穴位贴敷法作为中医内病外治的一种独特疗法,既可刺激穴位,激发经络之气,又可使药物经皮肤由表入里,循经络传至脏腑,发挥药物作用,以调节脏腑的气血阴阳^[16]。

辩证施护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。中医护理技术实施应该体现“因人制宜、因时制宜”的原则,同一种护理技术要“补泄”之间灵活切换。整个护理过程,要充分运用和体现中医的辩证思维。雷火灸有补法也有泻法,患者本病属虚,综合判断采用小回旋法,螺旋形灸法,横(纵)行灸法。护理人员应加强专科理论学习,对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] 李满意,刘红艳,陈传榜,等. 腰痹的证治[J]. 风湿病与关节炎, 2022, 11(4): 49-52, 71.

- LI M Y, LIU H Y, CHEN C B, et al. Syndrome differentiation and treatment of lumbar Bi [J]. Rheumatism Arthritis, 2022, 11(4): 49-52, 71. (in Chinese)
- [2] 丁颖,席从林,严素华,等. 雷火灸结合饮食疗法对癌症患者化疗相关性便秘的影响研究[J]. 河北中医, 2023, 45(10): 1689-1692.
- DING Y, XI C L, YAN S H, et al. Effects of thunder-fire moxibustion combined with diet therapy on chemotherapy-related constipation in cancer patients [J]. Hebei J Tradit Chin Med, 2023, 45 (10): 1689-1692. (in Chinese)
- [3] 宋迎迎,王雪芹,伊国荣,等. 穴位按摩联合刮痧治疗女性颈性失眠临床观察[J]. 光明中医, 2021, 36(5): 791-793.
- SONG Y Y, WANG X Q, YI G R, et al. Clinical observation on the treatment of female cervical insomnia by acupoint massage combined with scraping [J]. Guangming J Chin Med, 2021, 36 (5): 791-793. (in Chinese)
- [4] 支剑青,周建芳,黄春香,等. 穴位贴敷联合精准化管理对血液透析导管相关血流感染的影响[J]. 浙江中医杂志, 2023, 58(10): 739-740.
- ZHI J Q, ZHOU J F, HUANG C X, et al. Effect of acupoint application combined with precise management on hemodialysis catheter-related blood flow infection [J]. Zhejiang J Tradit Chin Med, 2023, 58 (10): 739-740. (in Chinese)
- [5] 吴雪琴,连雪娥,庄碰霞. 腰痛患者如何调理饮食 [N]. 中国食品报, 2022-11-04(3).
- [6] 李玉成,邹娜娜,朱帅,等. 自拟中药泡洗浴联合蔡替芬酮康唑乳膏治疗足癣的效果观察[J]. 临床医学工程, 2023, 30(7): 953-954.
- LI Y C, ZOU N N, ZHU S, et al. Observation on the effect of self-made traditional Chinese medicine bath combined with naftifine hydrochloride and ketoconazole cream in the treatment of tinea pedis [J]. Clin Med Eng, 2023, 30(7): 953-954. (in Chinese)
- [7] 刘艳,杨海荣,刘志,等. 雷火灸联合负压封闭引流治疗高位肛周脓肿的效果分析[J]. 中医药学报, 2023, 51(10): 77-81.
- LIU Y, YANG H R, LIU Z, et al. Effect analysis of thunder fire moxibustion combined with vacuum sealing drainage in the treatment of high perianal abscess [J]. Acta Chin Med Pharmacol, 2023, 51 (10): 77-81. (in Chinese)
- [8] 刘亚敏,陈晓霞,黄丽娇,等. 头部全息穴区刮痧疗法治疗痛风性关节炎急性发作的临床疗效[J]. 现代养生, 2023, 23(20): 1564-1566.

- LIU Y M, CHEN X X, HUANG L J, et al. Clinical effect of head holographic acupoint scraping therapy on acute attack of gouty arthritis[J]. *Heath Prot Promot*, 2023, 23(20): 1564–1566. (in Chinese)
- [9] 贡玉霞, 费扬, 李英, 等. 自拟中药泡足方联合藤黄健骨胶囊治疗腰肌劳损的临床观察[J]. *内蒙古中医药*, 2022, 41(7): 119–121.
- GONG Y X, FEI Y, LI Y, et al. Clinical observation on the treatment of lumbar muscle strain with self-made Chinese medicine Pozu prescription combined with Tenghuangjiangu Capsule[J]. *Inn Mong J Tradit Chin Med*, 2022, 41(7): 119–121. (in Chinese)
- [10] 汤丽杰, 宋卓玲, 张利芳. 子午流注纳子法耳穴贴压对青年巨大型腰椎间盘突出症患者的影响[J]. *中国疗养医学*, 2023, 32(7): 728–731.
- TANG L J, SONG Z L, ZHANG L F. Effect of meridian flow Nazifa auricular acupoint tapping and pressing on young patients with giant lumbar disc herniation[J]. *Chin J Conval Med*, 2023, 32(7): 728–731. (in Chinese)
- [11] 李娜, 翟凤霞, 郭森, 等. 基于“五音疗疾”理论初探孕期女性应对新型冠状病毒肺炎的心理调适[J]. *中医药临床杂志*, 2021, 33(7): 1224–1228.
- LI N, ZHAI F X, GUO M, et al. Based on the theory of “five notes for disease treatment” to explore the psychological adjustment of pregnant women to covid-19[J]. *Clin J Tradit Chin Med*, 2021, 33(7): 1224–1228. (in Chinese)
- [12] 刘俊. 基于fMRI探讨针刺太溪穴对膝骨性关节炎患者的即时脑效应[D]. 合肥: 安徽中医药大学, 2023.
- [13] 刘云龙, 李姗姗, 杨永瑞, 等. 电针“足三里”调节胃肠功能异常的分子机制研究进展[J]. *针刺研究*, 2023, 48(10): 1048–1054.
- LIU Y L, LI S S, YANG Y R, et al. Research progress on the molecular mechanism of electroacupuncture at “Zusanli” (ST36) for regulating gastrointestinal dysfunction[J]. *Acupunct Res*, 2023, 48(10): 1048–1054. (in Chinese)
- [14] 邓巍巍, 周璇, 陈晨, 等. 改良六字诀训练对痉挛型脑性瘫痪言语障碍的疗效研究[J]. *中国康复医学杂志*, 2023, 38(8): 1079–1083.
- DENG W W, ZHOU X, CHEN C, et al. Effects of modified liuzijue training on speech impairments for spastic cerebral palsy [J]. *Chin J Rehabil Med*, 2023, 38(8): 1079–1083. (in Chinese)
- [15] 蒋莎莎, 刘洪杰, 张晓娜, 等. 头部刮痧联合舒心养气操对冠心病老年患者睡眠质量的影响[J]. *中医外治杂志*, 2022, 31(5): 16–18.
- JIANG S S, LIU H J, ZHANG X N, et al. Effect of head scraping combined with heart soothing and qi nourishing exercises on sleep quality of elderly patients with coronary heart disease[J]. *J Extern Ther Tradit Chin Med*, 2022, 31(5): 16–18. (in Chinese)
- [16] 王晓丽, 胡建宏. 中药穴位贴敷联合西药治疗高血压患者的临床疗效分析[J]. *贵州医药*, 2023, 47(10): 1558–1560.
- WANG X L, HU J H. Clinical analysis of acupoint application of traditional Chinese medicine combined with western medicine in the treatment of hypertension patients[J]. *Guizhou Med J*, 2023, 47(10): 1558–1560. (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。