

DOI: 10. 12209/CAIM202310310001

· 中西医结合临床案例 ·

# 五行能量罐治疗 1 例怕冷症患者的效果观察及护理

李 云<sup>1</sup>, 徐征文<sup>1</sup>, 谭 铃<sup>2</sup>, 雷玉梅<sup>1</sup>, 杨成美<sup>1</sup>, 鄂海燕<sup>3</sup>

(1. 贵州省大方县中医医院 针灸科, 贵州 毕节, 551600;

2. 贵州省大方县中医医院 护理部, 贵州 毕节, 551600;

3. 北京中医药大学东方医院 护理部, 北京, 100078)

**摘要:** 本文总结 1 例前胸、后背怕冷症患者行五行能量罐治疗的护理效果和经验。通过中医辨证理论指导, 取后背督脉、足太阳膀胱经, 以及任脉前胸部、腹部胃经、脾经经络, 采取五行能量罐循经治疗。经治疗干预后, 患者前胸、后背部发凉、怕冷症状得以缓解, 生活质量得以提高, 对治疗效果表示满意。

**关键词:** 怕冷症; 循经治疗; 五行能量罐; 中医护理

## Nursing and observation of the therapeutic effect of five elements cupping on a patient with cold phobia

LI Yun<sup>1</sup>, XU Zhengwen<sup>1</sup>, TAN Ling<sup>2</sup>, LEI Yumei<sup>1</sup>, YANG Chengmei<sup>1</sup>, E Haiyan<sup>3</sup>

(1. Acupuncture and Moxibustion Department, Guizhou Dafang Traditional Chinese Medicine Hospital, Bijie, Guizhou, 551600;

2. Nursing Department, Guizhou Dafang Traditional Chinese Medicine Hospital, Bijie, Guizhou, 551600;

3. Nursing Department, Dongfang Hospital of Beijing University of Traditional Chinese Medicine, Beijing, 100078)

**ABSTRACT:** This article summarizes the nursing effect and experience of a patient with cold phobia in the front chest and back who received five elements cupping treatment. Guided by the theory of Traditional Chinese Medicine syndrome differentiation, the posterior Du meridian, bladder meridian of foot-Taiyang, as well as the chest, abdominal stomach meridian, spleen meridian and Ren meridian were taken, and treated with the five elements cupping along the meridian. After treatment intervention, the patient's symptoms of coldness and fear of cold in the chest and back were alleviated, and the quality of life was improved. The patient expressed satisfaction with the treatment effect.

**KEY WORDS:** Cold phobia; meridian based treatment; five elements cupping; Traditional Chinese Medicine nursing

怕冷症是以机体寒热调节障碍失衡、产热不足、并对外在寒冷刺激耐受功能低下, 而表现的躯体常年难以忍受寒冷, 并伴有畏风、自汗等症状的病症。该病名由国医大师王琦教授首次提出, 由于中医古籍及现代医学研究中均没有“怕冷症”这一病名的记载, 近代研究多称之为冷感症、畏寒症, 结合怕冷症的临床表现, 可将其归属于中医学“寒厥”“厥逆”“厥证”“畏寒”等范畴<sup>[1]</sup>。中医体质学认为不同体质类型与特定疾病的发生关系密切, 而通过干预则可以调整体质的偏颇<sup>[2]</sup>。王琦

教授在表述阳虚体质主要特点时, 从形态特征、常见表现、心理特征、发病倾向、对外界环境适应能力 5 个方面进行表述<sup>[2-3]</sup>。怕冷症影响患者的日常生活, 降低生活质量。五行能量罐是在传统火罐的基础上, 利用火的生物效应及五行学说原理达到防病治病的一种疗法<sup>[4]</sup>。通过实践, 五行能量罐可有效改善患者前胸、后背怕冷症症状。本文总结 1 例怕冷症患者行五行能量罐治疗的护理经验, 现报告如下。

收稿日期: 2023-10-31

通信作者: 谭铃, E-mail: 1015799262@qq.com

OPEN ACCESS

<https://case.jcme.net.cn>

## 1 临床资料

患者女,60岁,前胸及后背冷凉不适6年余。患者6年前在潮湿阴冷的工作环境,后渐感觉前胸及后背怕冷,曾中药内服(具体不详)等治疗,症状未见明显缓解,遂于2023年4月25日来门诊诊治。主诉:前胸及后背怕冷,怕风;遇风遇寒则加重,自觉冷痛不适,体倦乏力,自汗,纳可,睡眠轻浅、易醒,二便调,舌质暗淡,舌体胖大有齿痕、苔白略厚,脉弦细。中医诊断:怕冷症(脾肾阳虚);西医诊断:自主神经功能紊乱。治法:补肾助阳,填精养血,健脾益气固表。经门诊采用五行能量罐干预5个疗程,患者疼痛减轻,自诉前胸后背寒凉感消失,有温热感,舒适度提高,于2023年5月25日结束治疗。

## 2 护理

### 2.1 护理评估

#### 2.1.1 怕冷症中医证候积分评估

参考《中药新药临床研究指导原则(试行)》进行中医症状积分评定。主症(畏寒怕冷、怕风、体倦乏力)按无、轻度、中度、重度分别计0、2、4、6分;次症(自汗,睡眠轻浅、易醒)按无、有分别计0、2分;舌脉不计分。积分越高代表症状越严重。患者评分18分。

#### 2.1.2 焦虑评估

采用焦虑自评量表(Self-Rating Anxiety Scale, SAS)评估患者焦虑程度。SAS总分<50分为正常;50~60分为轻度焦虑;61~70分是中度焦虑;>70分属于重度焦虑。患者因怕冷症病情迁延不愈导致紧张焦虑。向患者介绍SAS焦虑评分量表并进行评估。本病例患者SAS总分51分,属轻度焦虑。

### 2.2 护理诊断

畏寒:与机体寒热调节障碍失衡、产热不足、并对外在寒冷刺激耐受功能低下有关。焦虑:与患者病情迁延不愈有关。体倦乏力:与阳虚体质有关。

### 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:①畏寒怕冷、怕风症状消失;②焦虑评分降低,体倦乏力症状改善。

### 2.4 护理措施

#### 2.4.1 焦虑护理:患者因病情周期较长,经多种治

疗方案结果不是很理想,引起过度焦虑。护理人员对患者进行相应的疾病知识科普,并进行心理疏导,增强治疗信心。

#### 2.4.2 饮食指导:当归生姜羊肉汤等。

#### 2.4.3 运动疗法:教会患者八段锦疗法,每日1次,择时在9~10点进行。

#### 2.4.4 五行能量罐治疗

五行能量罐是根据阴阳五行、五色、五脏为依据,采用绿、红、黄、白、黑五种颜色的罐,分别表示五行里的木火土金水<sup>[5-6]</sup>,从而对应五脏里的肝心脾肺肾,阴阳互补以达到治疗脏腑疾病。

操作方法:根据部位和拔罐方法选择合适颜色大小的罐具,检查罐体、罐口边缘,以免损伤皮肤;患者取俯卧位,在所吸拔部位的皮肤或罐口上应先涂凡士林或刮痧油;用镊子夹酒精棉球并点燃,火罐过火后吸附于患者治疗部位,取督脉、足太阳膀胱经,采用闪罐、走罐、定罐、留罐法,后改为平卧位,同样手法取任脉、前胸及腹部胃经、脾经等经络治疗。前胸、腹部采用定罐、留罐法。治疗过程中运用不同操作手法如下:①闪罐法:将罐吸拔在应拔部位后随即取下,反复操作至皮肤潮红为止;②走罐法:是在罐被吸住后,用手握住罐体在皮肤上反复推拉移位;③定罐法:将罐吸拔在应拔部位后留置并在罐底部放置95%酒精棉球点燃至自然熄灭,反复放置大小适合的95%酒精棉球点燃至自然熄灭三次,密切观察询问患者对罐体温度感受;④留罐法:棉球自然熄灭后留置5 min并注意保暖。每周进行1次治疗,每次治疗时间为30~40 min,共计治疗5个疗程。

### 2.5 效果评价

五行能量罐治疗前,患者怕冷症得分18分,SAS评分51分。经过5个疗程的治疗后,再次对患者进行评估,患者怕冷症得分降低至0分,SAS评分降低至25分(无焦虑),且睡眠质量提高。

## 3 结果与随访

患者经过5个疗程的五行能量罐治疗后,对治疗效果满意,依从性好,治疗过程中严格按照护士的指导每日进行八段锦功法练习。结束治疗后的一个月、两个月、三个月分别进行电话随访,患者主诉无畏寒怕冷、怕风、体倦乏力等,纳眠佳,患者表示每日睡眠时间在7 h左右,二便调。嘱患者可做日常功能锻炼,指导其清淡饮食,忌食辛辣、油腻食物,多参加健身活动,需劳逸结合,保持心情舒畅。

## 4 讨论

怕冷症的中医治疗强调辨证论治, 首先应辨别虚实, 脾、肾、气虚证者主要从温补肾阳、健脾温阳、益气养阴论治。王琦教授创建了“辨体——辨病——辨证”的诊疗新模式, 提出阳虚体质的调理原则为补肾温阳, 其临床善用经典方、特色药, 巧用峻药, 重视客观性评价<sup>[7]</sup>。怕冷症的中医非药物治疗主要包括灸法(温针灸、隔物灸、督灸)、穴位贴敷、针刺、推拿等。李俊督脉灸用于怕冷症患者中能获得较高的近期疗效<sup>[8]</sup>。向其兴以圆运动为理论的针灸治疗为怕冷症提供了新的诊疗措施<sup>[9]</sup>。五行能量罐是利用火的生物效应产生强大的吸附力使毛孔充分张开, 汗腺和皮脂腺功能受到刺激而加强, 通过生物化学作用增加细胞免疫和体液免疫功能, 动员各个系统对全身进行综合调控, 起到激发经气、强壮内脏的作用, 可有效地改善患者前胸后背怕冷症, 且治疗过程痛苦小, 患者依从性良好。此外, 五行能量拔罐还具有操作手法简单、使用安全、影响因素少的优点, 值得临床应用。

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] 向其兴, 陈静, 苟春雁. 怕冷症的中西医研究进展[J]. 北京中医药, 2022, 41(6): 699–702.  
XIANG Q X, CHEN J, GOU C Y. Research progress of traditional Chinese and western medicine on the fear of cold syndrome[J]. Beijing J Tradit Chin Med, 2022, 41(6): 699–702. (in Chinese)
- [2] 王琦, 盛增秀. 中医体质学说[M]. 南京: 江苏科学技术出版社, 1982.  
WANG Q, SHENG Z X. Traditional Chinese Medicine Constitution Theory[M]. Nanjing: Jiangsu Science and Technology Press, 1982.
- [3] 张惠敏, 王琦, 杨玲玲, 等. 第十八讲 关于怕冷症的中医诊治思路[J]. 中医药通报, 2014, 13(6): 4–9.  
ZHANG H M, WANG Q, YANG L L, et al. The eighteenth lecture on the traditional Chinese medi-

- cine diagnosis and treatment of chills [J]. Tradit Chin Med J, 2014, 13(6): 4–9. (in Chinese)
- [4] 王妮, 付婷, 张勇. 五行能量罐疗法治疗单纯性肥胖的临床观察[J]. 光明中医, 2020, 35(8): 1198–1200.  
WANG N, FU T, ZHANG Y. Clinical observation on the therapeutic effect of Wuxing Nengliang cup therapy in the treatment of simple obesity [J]. Guangming J Chin Med, 2020, 35(8): 1198–1200. (in Chinese)
- [5] 魏永春, 鄂海燕, 王亚丽, 等. 五行能量罐治疗 1 例髂胫束综合症患者的效果观察及护理[J]. 中西医结合护理, 2021, 7(6): 33–36.  
WEI Y C, E H Y, WANG Y L, et al. Observation and nursing care of a patient with iliotibial tract syndrome treated with the five elements cupping [J]. Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Nursing, 2021, 7(6): 33–36.
- [6] 姜婧, 魏永春, 马建华, 等. 五行能量罐在项痹太阳伤寒表实证中的应用个案报道[J]. 中西医结合护理, 2022(6): 26, 28.  
JIANG Q, WEI Y C, MA J H, et al. A case report on the application of the five elements cupping in the Taiyang febrile disease [J]. Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Nursing, 2022 (6): 26, 28.
- [7] 李竹青, 秦静波, 孟翔鹤, 等. 国医大师王琦阳虚体质辨治思路[J]. 上海中医药杂志, 2020, 54(3): 26–28, 25.  
LI Z Q, QIN J B, MENG X H, et al. Analysis on clinical thoughts of TCM master WANG Qi in treating Yang deficiency physique [J]. Shanghai J Tradit Chin Med, 2020, 54(3): 26–28, 25. (in Chinese)
- [8] 李俊. 督脉灸在怕冷症治疗中的应用观察[J]. 医学理论与实践, 2021, 34(12): 2060–2062.  
LI J. Observation on the application of Du meridian moxibustion in the treatment of cold phobia [J]. J Med Theory Pract, 2021, 34(12): 2060–2062. (in Chinese)
- [9] 向其兴. 针灸治疗怕冷症临床体会[J]. 实用中医药杂志, 2018, 34(8): 1003–1004.  
XIANG Q X. Clinical experience of acupuncture and moxibustion in treating chills [J]. J Pract Tradit Chin Med, 2018, 34(8): 1003–1004. (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。