

DOI: 10.12209/CAIM202312110001

· 中西医结合临床案例 ·

先清后补小儿推拿治疗1例小儿便秘的护理体会

柴国云

(北京市第一中西医结合医院 儿科, 北京 100018)

摘要: 本文总结运用先清后补法推拿治疗1例小儿便秘患者的效果和护理体会。在完善护理评估的基础上, 运用小儿推拿手法, 操作中前期侧重清法, 后期重用补法。同时配合心理护理和饮食指导, 有效改善患儿便秘症状。

关键词: 小儿便秘; 先清后补; 小儿推拿; 中医护理

Nursing experience of a case of infantile constipation treated by massage after clearing

CHAI Guoyun

(Department of Pediatrics, Beijing First Hospital of Integrated Traditional and Western Medicine, Beijing 100018)

ABSTRACT: This article summarizes the effect and nursing experience of massage treatment of a case of pediatric constipation by first clearing and then toning. On the basis of the improvement of nursing evaluation, the use of pediatric massage techniques, the operation of the early focus on the clear method, the later reuse and supplement method. At the same time with psychological nursing and dietary guidance, effectively improve the symptoms of constipation in children.

KEY WORDS: pediatric constipation; clear before you fill; infantile massage; Traditional Chinese medicine nursing

小儿便秘是一种常见的消化道疾病,在胃肠道疾病中约占25%,其中90%~95%为功能性便秘。临床表现主要有大便不通、排便时间延长及频率减少^[1-3]。小儿便秘不易引起家长重视,如大便长期积于腹内,可出现夜不能寐、食欲减退、腹胀腹痛等症状,甚至引起肛裂、痔疮、脱肛等,影响患儿的身心健康及生长发育^[4]。西医以药物应用为首要选择,如润滑剂、缓泻剂、胃肠动力药、微生态制剂等^[5],在短时间内可获得明显效果,但停药后易反复,易产生依赖性^[6]。单纯的饮食改善虽安全有效,但见效慢,难以解决根本问题。本院积极开展中医特色护理服务,注重将中医护理特色技术与临床常见病症相结合,其中小儿便秘采用小儿推拿治疗,取得良好临床效果。现将1例小儿便秘患者应用小儿推拿的治疗效果和护理体会报告如下。

1 临床资料

患儿女,6岁7个月,2003年4月2日主因“间

断便秘三年余,加重2月”前来就诊。患儿家属主诉患儿大便2d~3d一行,干硬难解。平素饮食较多,近日不思饮食,口中有异味,脘腹胀满,夜寐不安,手足心热。查体:体温(T)36.5℃,脉搏(P)72次/min,呼吸(R)20次/min;神清气平,精神尚可,面色发黄,颧红;腹平坦,无腹壁静脉曲张及异常隆起,无压痛、反跳痛,肝脏肋下未触及,脾脏肋下未触及,Murphy氏征阴性,肝区无叩击痛、肾区无叩击痛,无移动性浊音;肠鸣音未见异常,4次/min。舌质红,苔黄厚腻,脉滑。中医诊断:便秘;胃肠积热症;西医诊断:便秘。给予患儿小儿推拿治疗1周,于2023年4月9日结束,干预后患儿便秘症状缓解。

2 护理

2.1 护理评估

患儿近日食欲欠佳,夜寐不安,有口腔异味,已2d未排便。左下腹可扪及包块,质硬,表面光

收稿日期:2023-12-11

OPEN ACCESS

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

滑。无肛裂,偶有脐周疼痛,可自行缓解。舌质红,苔黄厚腻。

2.2 护理诊断

该例患者护理诊断如下:便秘与脾胃虚弱食滞内停,郁而化热灼伤津液导致大肠津亏有关。

2.3 护理计划

发挥中医技术特色优势,遵医嘱运用先清后补小儿推拿技术,并加强情志护理、饮食及起居护理,以达到清利肠腑,荡涤肠腑邪热积滞,调理大肠,行气通便;健脾胃、补中气、调气血、通经络防治便秘。

2.4 护理措施

2.4.1 穴位按摩

协助患儿取合理、舒适体位,操作前反复搓手,使手保持温热状态。选取补脾经、清大肠、顺运八卦、退六腑、揉膊阳池、顺时针摩腹,推下七节骨、足三里、天枢穴。补脾经:脾经位于拇指桡侧指尖至指根处,推拿时使孩子微屈拇指,术者自指尖推至指根为补脾经,100次~200次/min。清大肠:大肠经位于食指桡侧缘,自指尖至虎口成一直线。推拿时术者右手拇指桡侧面,自孩子虎口直推至食指指尖为清大肠,每次推100次~500次。顺运八卦:以手掌为圆心,以圆心至中指指根横纹约2/3距离为半径画圆,八卦穴即在此圆圈上。推拿时术者用左手持孩子左手四指,使掌心向上,同时拇指按定离卦(对中指者)。右手拇指自乾卦开始向坎卦(对小天心)运至兑卦(指侧半圆的中点),为顺运八卦,运至离卦时,应从左手拇指上运过,运50次~100次。退六腑:六腑位于前臂尺侧自肘关节至掌根成一直线。推拿时术者食中二指指腹自孩子肘关节推至掌根,推100次~500次。揉膊阳池:在手背腕横纹上3寸处。术者拇指指甲掐之,继以揉之,掐3次~5次,揉100次~500次。顺时针摩腹:术者用掌顺时针摩孩子的腹部,摩300次~500次。揉天枢穴:位于腹部,横平脐中,前正中线旁开2寸,术者两拇指揉之,揉100次~200次。揉足三里:外侧膝眼(膝盖外侧凹陷)下3寸,胫骨外侧1横指处。术者以拇指指端或螺旋纹面着力施以按揉100次~300次。推下七节骨:第4腰椎至尾椎骨端成一直线。术者拇指桡侧面或食、中二指指腹自上而下做直推,推100次~200次。推拿要点:前期(4月2日~4月4日)以清法为主,侧重于清大肠、退六腑、推下七节骨、揉膊阳池。便秘症状改善后(4月5日~4月8日)以补

法为主,重点补脾经、揉天枢和足三里。患儿每日门诊推拿治疗1次,每次15 min~20 min,连续治疗7 d。

2.4.2 生活指导

在推拿过程中关心安慰患儿,将排便过程及便秘的危害性以故事的形式向患儿讲解,增加趣味性,取得患儿配合;消除患儿对便秘的恐惧;帮助患儿养成每日定时排便的习惯,指导患儿加强腹压和腹肌锻炼,主要方法腹部加沙袋进行腹式呼吸。腹式呼吸可通过刺激结肠蠕动,使腹部肌肉与膈肌和盆底肌肉组织协调,并增强大便推进力。加强运动可以增加肠道血液循环,增加肠壁肌力,从而改善肠蠕动功能,促进排便。此外,运动还可以帮助食物快速消耗,加速粪便的排出。

2.4.3 饮食指导

纠正家长喂养观念和方式对于便秘的治疗也是很重要的一环,家长的积极配合,医生针对病因的有效治疗,治疗便秘的过程也是纠正家长喂养思维的过程。嘱患儿多食富含粗纤维且色泽鲜艳的食物,如韭菜、菠菜、芹菜、柿子椒、西红柿、香蕉、火龙果等;每餐加入粗粮,如南瓜、白薯、玉米等,可增加食物残渣,从而刺激肠壁神经,促进肠蠕动;减少肉类的摄入,养成良好的饮食习惯;多食蜂蜜、芝麻、核桃、酸奶等,此类食物有助于使粪便软化,利于排泄;保证足量的饮水,足量饮水可以使肠道润滑,预防大便干结,为加强患儿依从性,还可将梨、苹果等熬水改善口感分多次饮用;告知患儿在进食时要细嚼慢咽,防止因大口吞咽造成空气进入腹部引起腹胀;忌食寒凉、辛辣刺激性食物,少吃肥甘厚腻的食物。定时定量进餐,避免暴饮暴食。

2.5 护理评价

根据便秘中医症状评分^[7],排便频率评分,Bristol评分及每次排便所需时间评定护理干预效果。经过治疗后,患儿中医症状、排便频率、粪便性状、排便时间指标评分都有明显改善,详见表1及表2。疗效评价计算:疗效指数=(治疗前积分-治疗后积分)/治疗前积分×100%。本例患儿疗效指数为100%,治疗有效。

患儿行推拿治疗1次后,于当日晚8:00排便1次,为3粒干硬球,排便费力;推拿治疗第2日,当晚排便1次,前干硬后为软便,量正常。此后每日排软便1次,无大便干燥和排便费力等症状。经过推拿治疗,患儿食欲明显改善,面色红润,口

臭消失。此后患儿间断进行推拿治疗,以健脾胃,巩固疗效防止复发。

表1 排便中医指标评定(分)

评估时间	大便秘结、 排出困难	胃纳 减少	腹胀或 腹痛	夜间 哭闹	舌红、 苔腻
治疗前	4	3	2	3	1
第1天	2	3	2	3	1
第2天	2	2	1	2	1
第3天	0	1	1	1	1
第4天	0	0	0	1	0
第5天	0	0	0	1	0
第6天	0	0	0	0	0
第7天	0	0	0	0	0

表2 排便指标评估(分)

评估时间	排便频率	Bristol	排便所需时间
治疗前	1	3	2
第1天	0	3	2
第2天	0	2	1
第3天	0	2	0
第4天	0	1	0
第5天	0	0	0
第6天	0	0	0
第7天	0	0	0

3 讨论

便秘是儿科常见病,小儿先天的生理病理特点决定了易患此病。中医治疗具有先天优势,标本兼顾,疗效安全可靠,效果显著。李燕凤^[8]对85例便秘患儿应用推拿治疗的研究中,将85例患儿随机分为两组,对照组予乳果糖治疗,便秘症状消失后停药;治疗组予推拿治疗,治疗组总有效率为95.35%,相比于对照组的78.57%,具有显著疗效。马永利等以健脾益气为原则选取推拿处方,有效改善小儿便秘主症及其兼症,提升治疗有效率100%^[9]。陈梅兰等临床治疗小儿便秘以导积滞、正脾气为治则,选用清大肠、揉天枢为主的导滞通便推拿手法,总有效率高达96.67%^[10]。

中医学认为,小儿为稚阴稚阳之体,易虚易实,若饮食不节,脾胃乃伤,胃失和降,乳食停滞,脾不运化,糟粕不下,可导致便秘^[11]。有研究表明,临床上推拿手法治疗小儿便秘,多是经过辨证,根据不同的证型,选用不同的穴位和手法。临床上常用大肠、六腑、七节骨、膊阳池等穴位治疗实秘,以脾经、天枢、足三里等穴位治疗虚秘^[12]。小儿功能性便秘的基本病机为本虚标实。小儿脾

胃虚弱,食滞内停,郁而化热灼伤津液导致大肠津亏引起便秘。脾胃为后天之本,气血生化之源,脾胃虚弱则运化无力,导致大肠传导失常进一步加重便秘,形成恶性循环。因此治疗便秘不仅要清热导滞更要注意顾护脾胃,益气健脾,注重恢复脾胃的升降运化功能。脾健气畅则五脏安、六腑通而大便顺^[13]。

本病例中采用先清后补的推拿方法,前期以清法为主,侧重于清大肠、退六腑、推下七节骨、揉膊阳池。其中,清大肠清利肠腑,荡涤肠腑邪热积滞,调理大肠,行气通便;顺运八卦,健脾和胃,润燥通便;退六腑降腑气,化腐浊,泻肠热;膊阳池调气通腑推下七节骨为清为泻为降,通腑泄热而通便。便秘症状改善后以补法为主,重点推拿脾经、天枢、足三里。补脾经,可调脾胃,助运化增进饮食促气血化生。揉天枢,调理大肠气机而导滞;揉足三里,足三里是胃阳明经合穴,具有健脾胃、补中气、调气血、通经络、健脾和胃的作用;摩腹健脾和胃,理气消食,能改善胃肠微血管运动和消化功能,全面调理肠胃,有较好的通便功能^[14]。诸穴位有清有导,以清热通便治其标、健运脾胃治其本,取得较好的临床效果。

本文总结分析1例先清后补小儿推拿治疗小儿食积便秘的效果,发挥中医护理适宜技术特色优势,结合饮食指导、生活指导,有效改善小儿便秘症状。但本文仅为个案,可进一步开展小儿推拿治疗小儿便秘的临床疗效和机制研究。小儿推拿作为一种独特的中医外治疗法,可发挥“以指代针”“以手代术”的作用,治疗便秘安全、无痛、无副作用,符合小儿的生理特点,患儿及家属接受度高,可在临床中大力推广应用,以期造福更多的患儿。

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] 杨雪,陈耀华,韩常安,等. 中医外治法治疗小儿功能性便秘的研究进展[J]. 内蒙古中医药, 2023, 42(2): 117-118.
- YANG X, CHEN Y H, HAN C A, et al. Research progress on the treatment of functional constipation in children by external treatment of traditional Chinese medicine [J]. Inn Mong J Tradit Chin Med,

- 2023, 42(2): 117–118. (in Chinese)
- [2] 戎姣, 张凯, 卢天娇, 等. 明清时期推拿治疗小儿便秘的选穴规律研究[J]. 山东中医药大学学报, 2023, 47(4): 433–438.
- RONG J, ZHANG K, LU T J, et al. Study on acupoint selection regularity of tuina in treatment of infantile constipation during Ming and Qing dynasties [J]. J Shandong Univ Tradit Chin Med, 2023, 47(4): 433–438. (in Chinese)
- [3] 李英, 郭建光, 李晓霞. 小儿推拿手法中频率快慢补泻对小儿便秘的治疗效果[J]. 中国现代医生, 2019, 57(16): 107–109.
- LI Y, GUO J G, LI X X. The treatment effect of frequency and rapid–slow reinforcing and reducing of massage techniques for children on pediatric constipation [J]. China Mod Dr, 2019, 57(16): 107–109. (in Chinese)
- [4] 姜之炎, 赵霞. 中医儿科学[M]. 2版. 上海: 上海科学技术出版社, 2020: 115.
- [5] 李论, 兰颖, 李娜, 等. 中西医治疗儿童功能性便秘现状观察[J]. 辽宁中医药大学学报, 2019, 21(5): 222–224.
- LI L, LAN Y, LI N, et al. Observation on the treatment of children's functional constipation with traditional Chinese medicine and western medicine [J]. J Liaoning Univ Tradit Chin Med, 2019, 21(5): 222–224. (in Chinese)
- [6] 郭淼婕, 刘晓萌, 牟春笋. 儿童功能性便秘相关危险因素分析[J]. 天津中医药大学学报, 2021, 40(2): 200–204.
- GUO M J, LIU X M, MU C S. The risk factors for functional constipation in children [J]. J Tianjin Univ Tradit Chin Med, 2021, 40(2): 200–204. (in Chinese)
- [7] 孙欣欣. 蜜煎导配合小儿推拿治疗小儿便秘(食积肺热型)的临床研究[D]. 长春: 长春中医药大学, 2014.
- [8] 李燕凤, 刘娜, 冯敏抒. 肠道实热型小儿便秘应用推拿治疗的效果分析[J]. 中国继续医学教育, 2021, 13(20): 177–180.
- LI Y F, LIU N, FENG M N. Analysis of the effect of massage on constipation of children with intestinal excess heat [J]. China Continuing Med Educ, 2021, 13(20): 177–180. (in Chinese)
- [9] 高婷, 白明, 许二平, 等. 中药穴位用药现状及分析[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(11): 5691–5694.
- GAO T, BAI M, XU E P, et al. Current situation and analysis of acupoint medication of Chinese medicine [J]. China J Tradit Chin Med Pharm, 2020, 35(11): 5691–5694. (in Chinese)
- [10] 魏湘潭, 白莉, 白明, 等. 中药贴剂的特点、应用及分析[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(12): 6282–6284.
- WEI X P, BAI L, BAI M, et al. Characteristics, application and analysis of traditional Chinese medicine patches [J]. China J Tradit Chin Med Pharm, 2020, 35(12): 6282–6284. (in Chinese)
- [11] 李桂花, 刘建忠, 黄田田. 刘建忠教授运用疏肝法治疗小儿功能性便秘临证经验[J]. 中国民族民间医药, 2020, 29(1): 73–75.
- LI G H, LIU J Z, HUANG T T. Professor Liu Jianzhong's experience in treating children's functional constipation with soothing liver [J]. Chin J Ethnomed Ethnopharmacy, 2020, 29(1): 73–75. (in Chinese)
- [12] 高校校, 王文奕, 司梦冉, 等. 基于中医传承辅助平台的数据挖掘分析小儿功能性便秘的推拿选穴规律[J]. 中国医药导报, 2021, 18(25): 146–149.
- GAO X X, WANG W Y, SI M R, et al. Data mining analysis on law of acupoint selection by massage in children with functional constipation based on traditional Chinese medicine inheritance auxiliary platform [J]. China Med Her, 2021, 18(25): 146–149. (in Chinese)
- [13] 何凤丽, 郭素香, 程燕. 程燕教授治疗小儿功能性便秘经验[J]. 中医儿科杂志, 2021, 17(4): 33–36.
- HE F L, GUO S X, CHENG Y. Professor CHENG Yan's experience in the treatment of functional constipation in children [J]. J Pediatr Tradit Chin Med, 2021, 17(4): 33–36. (in Chinese)
- [14] 焦卫利, 贾继, 李莎. 中医小儿推拿法治疗小儿厌食症的临床效果[J]. 临床医学研究与实践, 2023, 8(18): 127–130.
- JIAO W L, JIA J, LI S. Clinical effect of traditional Chinese medicine pediatric massage method in the treatment of infantile anorexia [J]. Clin Res Pract, 2023, 8(18): 127–130. (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。