

DOI: 10.12209/CAIM202311060002

· 中西医结合临床案例 ·

经穴推拿治疗1例气滞血瘀型 头痛患者的护理病例报告

彭雨洁¹, 魏永春¹, 王亚丽¹, 董玉霞¹, 秦沙沙¹, 鄂海燕²

(1. 北京中医药大学东方医院 肛肠科, 北京 100078;

2. 北京中医药大学东方医院 护理部, 北京 100078)

摘要: **目的** 总结1例经穴推拿治疗气滞血瘀型头痛患者的护理体验。**方法** 对1例气滞血瘀型头痛患者采用头部行经穴推拿按摩手法治疗。**结果** 通过在头部穴位上实施经穴推拿手法护理后,患者视觉模拟量评分法(visual analogue scale, VAS)评分由7分降至0分,焦虑自评量表(SAS)评分由62分降至20分,患者头痛症状明显改善。**结论** 通过实施经穴推拿手法治疗,能有效改善患者的头痛症状,降低头痛的发生率,提高生活质量,得到了患者及家属的认可,提高了患者对医务工作的满意度,值得临床推广。

关键词: 头痛; 气滞血瘀; 经穴推拿; 护理

Nursing case report of a patient with headache of Qi stagnation and blood stasis type treated by acupoint massage

PENG Yujie¹, WEI Yongchun¹, WANG Yali¹, DONG Yuxia¹, QIN Shasha¹, E Haiyan²

(1. Department of Anorectal Medicine, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine,

Beijing 100078;

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

ABSTRACT: Objective To summarize the nursing experience of a patient with headache of Qi stagnation and blood stasis type treated by acupoint massage. **Methods** One patient with headache of qi stagnation and blood stasis type was treated with acupoint massage on the head. **Results** The score of visual analogue scale (VAS) was reduced from 7 to 0, the score of self-rating anxiety scale (SAS) was reduced from 62 to 20, and the symptom of headache was significantly improved. **Conclusions** Acupoint massage therapy can effectively improve the headache symptoms of patients, reduce the incidence of headache, improve the quality of life, and be recognized by patients and their families, and improve the satisfaction of patients with medical work, which is worthy of clinical promotion.

KEY WORDS: headache; Qi stagnation and blood stasis; acupoint massage; nursing care

调查显示,85%的人因偏头疼发作而无法集中精力工作,记忆力差,感到衰竭和昏昏欲睡^[1]。现如今人们生活节奏逐渐增快随之而来的压力也越来越大,近年来头痛的发病率也越来越高,因此若能有效治疗头痛则可提高患者的生活质量,提高工作效率。瘀血头痛为临床常见之症。多因先天禀赋不足,气血亏虚,或久病气虚,无力行血,气虚血癖,脑脉失养,而为头痛或情志不畅,忧思恼怒,肝气不疏,气滞血瘀,脉络不畅,而致头痛或寒凝经脉,血滞不行或热闭经络,气血阻滞或头部外

伤,瘀血内停,阻滞脑络,不通则痛,每易致头痛^[2]。现阶段,对于头痛的中医证型逐渐形成了共识,分为肝阳上亢头痛证、痰浊头痛证、肾虚头痛证、瘀血头痛证、气血亏虚证^[3]。偏头疼在成年人中较高发,对患者正常的工作和生活造成严重影响,生活质量明显降低。气滞血瘀型头痛的发病机制是脑部的血管在供血的过程中发生异常。在中医的理论中,气滞血瘀型头痛属于头痛以及头风的范畴,主要是因为人体中出现火郁、痰阻、寒凝以及湿滞等而造成的上扰清空以及瘀阻脑

收稿日期:2023-11-06

OPEN ACCESS

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

络,从而导致头部出现疼痛的现象^[4]。经临床研究证明,通过在头部穴位上进行经穴推拿手法治疗可有效缓解患者的头痛症状,现将本案例报告如下。

1 临床资料

患者女,20岁,于2022年2月20日主因头部额颞处沉重、闷胀、搏动性疼痛,伴恶心2年,经人介绍来我科就诊。入院后第1天,患者主诉头部两侧额颞处搏动性疼痛。纳差,眠差,二便调,舌质暗红,脉弦。既往史:过敏性鼻炎10年。过敏史:柳絮过敏。视觉模拟量表(visual analogue scale, VAS)评分^[5]为7分,属中度疼痛。焦虑自评量表(SAS)^[6]评分为62分,属中度焦虑。头颅CT未见异常。中医诊断:头痛;辨证分型:气滞血瘀证;西医诊断:头痛。

2 护理

2.1 护理评估

采用视觉模拟量表(visual analogue scale, VAS)评分来量化患者的主观疼痛程度。其中,0级为无疼痛,I级:1分~3分,为轻度疼痛,Ⅱ级:4分~7分,为中度疼痛,Ⅲ级:8分~10分,为重度疼痛。评分越高,疼痛程度越重。本病例评分为7分,属于中度疼痛。采用焦虑自评量表(SAS)评分对患者进行量化评估,SAS标准分的分界值为50分,总分越高表示焦虑症状越严重。其中,50分~59分为轻度焦虑,60分~69分为中度焦虑,70分以上为重度焦虑。本例患者评分为62分,属中度焦虑。

2.2 护理问题及目标

本例患者存在慢性疼痛,且有焦虑情绪,与长期头痛有关。预期目标为患者自诉头痛症状减退或消失;患者表示生理和心理舒适感增加;患者自诉取得休息和活动的最佳平衡。

2.3 护理措施

2.3.1 常规护理

头痛应避免食用过油、过咸、高脂、辛辣刺激性食物,忌食容易引起胀气的食物,冰冷寒凉等食物,以免加重头痛、头晕的症状,如加工类食品、发酵食品、咖啡、茶等。给予清淡易消化、含丰富维生素和蛋白质的饮食,多食蔬菜水果。注意保持环境安静舒适,避免声、光刺激,减少探视,指导患者采用放松术减轻疼痛,如缓慢深呼吸、听轻音

乐、全身肌肉放松等。避免用力排便、咳嗽、喷嚏,情绪激动,过度劳累等诱发头痛的因素。养成良好的生活习惯,适当运动,劳逸结合。

2.3.2 经穴推拿

遵医嘱予患者经穴推拿治疗,具体操作方法如下。患者取坐位,充分暴露头部,可播放舒缓的轻音乐。四式按摩法加扫散少阳手法治疗是在头部进行经络按摩的一种操作手法^[7],经络主要以头部的督脉、足太阳膀胱经、足少阳胆经为主。操作者站立于患者身前,予以按法、推法、揉法、摩法及提拉法。第一式:开天门。双手大拇指用直推法从印堂穴开始,向上推至神庭穴,再沿前额发际推至头维穴,最后推至太阳穴,并按揉太阳穴,往返20次。第二式:推坎宫。双手大拇指用直推法从印堂穴开始,沿眉毛上缘推至瞳子髎穴止于太阳穴,并按揉两侧太阳穴,往返20次。第三式:摩耳廓。用双手大拇指指腹对耳廓大周天及小周天从下而上按摩双耳,大拇指和食指用提拉法依次提拉耳屏及对耳屏,每处往返摩10次~20次,至微微发红发热为宜。第四式:拿五经。操作者五指自然张开,分别置于患者前发际督脉,足太阳膀胱经,足少阳胆经的循行线上。中指对应督脉,食指无名指对应两条膀胱经,大拇指小拇指对应两条胆经。用指腹以点按法沿经络的循行用力点按。使点按处出现明显的酸胀感为宜,往返20次。第五式:扫法。由于患者的疼痛部位主要是两侧额颞部,所以在头部两侧的足少阳胆经处给予扫法,往返20次。2次/d,15 min~20 min/次,7 d为1个疗程。治疗后要注意头部的保暖,可饮用温开水,切忌观看电子产品。

3 结果和随访

通过中医辨证施护,2月20日给予患者经穴推拿手法护理,进行手法护理半小时后,患者诉头部疼痛明显缓解,精神放松;患者VAS评分为4分,属于轻度疼痛;SAS评分为42分,属于轻度焦虑。2月24日给予患者经穴推拿手法护理后,患者VAS评分为3分,属于轻度疼痛;SAS评分为30分,属于轻度焦虑。经过连续一个疗程的经穴推拿手法按摩治疗后,至2月27日,患者VAS由治疗前的7分降至0分,患者诉头痛症状消失;SAS评分由治疗前的62分降至30分。

于3月6日对患者进行电话回访,患者诉头痛症状消失,两侧额颞处疼痛消失,睡眠得到了很好

的改善,焦虑症状明显减轻。

4 讨论

头痛是临床的常见病,多发病,该病并无特效的治疗措施,临床治疗的主要内容是止痛。治疗以西药为主,但是西药易出现耐药性和不良反应,且效果不理想^[8]。此病易反复发作,所以容易造成患者焦虑抑郁等不良情绪。《黄帝内经》曰“头为诸阳之会,精明之府”;《证治准绳·诸痛门》书“盖头象天,三阳六腑之精气,皆会于此;三阴五脏精华之血,亦皆注于此”;程杏轩引《会心录》曰:“六腑清阳之气,五脏藏精华之血,皆会于头,为至清至高之处……至清而不可犯也。”均表述了头部依赖于全身脏腑之气血的营养,乃人体最精华的清气以及水谷精微中“和合而为髓者”藏于脑,并且为脑所用,脑居上属阳,至清至纯,才能发挥其正常生理功能,稍有外邪侵袭、气机逆乱、阴阳失调或污浊内生,便易引发种种病变^[9]。本病例患者属气滞血瘀型,而头为五脏之精华、六腑之清阳上注之处,头部气血运行不畅,郁滞不通,不通则痛。故气行则血行,气滞则血瘀,终致气不帅血,血流不畅,不通则痛,故头痛。故气滞血瘀者,治疗主要以泄为通,宜活血镇静、通络止痛。通过按法、揉法、推法、摩法、提拉法等手法达到疏通经络,调和气血的作用。手法特点有两大特点。首先,循经络主要是循督脉,足太阳膀胱经,足少阳胆经。督脉始于神庭止于天柱,督脉为阳脉之海,总督阳气;足太阳膀胱经始于曲差止于风府,具有疏通经络,镇静止痛的作用;足少阳胆经始于瞳子髎止于风池,具有行气活血,醒神安神的作用。其次,点穴位即是点按太阳穴,头维穴以及给予耳廓按摩。太阳穴为经脉奇穴,具有清肝明目,通络止痛的作用;头维穴为足阳明胃经,足少阳胆经以及阳维脉的交会穴,具有安神利窍,止痛镇痉的作用;给予耳廓摩法重点按揉耳部的枕、颞、额部位,达到镇静、镇痛和安眠的作用。

本案例对气滞血瘀型头痛患者采用经穴推拿手法治疗,有效缓解患者头痛症状,减轻患者的不良情绪,提高患者舒适度,且该手法具有副作用小、安全性高、操作无痛、患者易于接受,适宜护理人员操作,提高了工作效率及患者满意度。当前,国家高度重视、大力支持中医药事业的发展,中医护理作为中医药的重要组成部分,以中医的整体观、辨证施护的理念为指导,通过提供具有中医特

色的护理措施,能够极大地提高患者的生活质量,缓解患者的痛苦,需大力推广^[10]。但因个体差异及耐受度不同,以及护理人员的推拿手法、力度及时间均会影响疗效,需根据患者自身条件进行评估后,再采取相应穴位的选用及推拿手法的运用,以达到更好的疗效。

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] 邵元欣. 血府逐瘀汤治疗气滞血瘀型无先兆偏头痛的临床研究[D]. 济南: 山东中医药大学, 2018.
- [2] 刘振伟, 张志琴. 辨证治疗血管性头痛 58 例[J]. 河南中医, 2004, 24(7): 36-37.
LIU Z W, ZHANG Z Q. 58 cases of vascular headache treated by syndrome differentiation [J]. Henan Tradit Chin Med, 2004, 24(7): 36-37. (in Chinese)
- [3] 毛瑞峰. 偏头痛中医证型与 TCD 的相关性研究[D]. 郑州: 河南中医学院, 2014.
- [4] 董川. 使用活血止痛汤治疗气滞血瘀型头痛的效果研究[J]. 内蒙古中医药, 2017, 36(2): 36-37.
DONG C. Effect of Huoxue Zhitong decoction on headache of qi stagnation and blood stasis type [J]. Nei Mongol J Tradit Chin Med, 2017, 36(2): 36-37. (in Chinese)
- [5] 郭永兰. VAS 评分在腰椎间盘突出症术后护理中应用[J]. 交通医学, 2014, 28(4): 403-404.
GUO Y L. Application of VAS score in postoperative nursing of lumbar disc herniation [J]. Med J Commun, 2014, 28(4): 403-404. (in Chinese)
- [6] 程继伟, 王洪伟, 郑文杰, 等. 慢性下腰痛疗效评价方法的应用现状[J]. 中国修复重建外科杂志, 2014, 28(1): 119-122.
CHENG J W, WANG H W, ZHENG W J, et al. Evaluation of treatment for chronic low back pain [J]. Chin J Reparative Reconstr Surg, 2014, 28(1): 119-122. (in Chinese)
- [7] 秦沙沙, 鄂海燕, 魏永春, 等. 1 例围手术期紧张性头痛患者的护理[J]. 中西医结合护理, 2021, 07(07): 156-159. DOI: 10.12209/j.issn2709-1961.202106080.
QIN Shasha, HaiyanE, WEI Yongchun, et al. Nursing management for a patient with tension-type headache during the perioperative period [J]. Chinese Journal of Integrative Nursing, 2021, 07(07): 156-159. DOI: 10.12209/j.issn2709-1961.202106080.

- (in Chinese)
- [8] 郭宇. 活血止痛汤治疗气滞血瘀型头痛的临床效果研究[J]. 中国现代药物应用, 2020. DOI: 10.14164/j.cnki.cn11-5581/r.2020.14.090. GUO Y. Huoxue decoction in the treatment of qi and blood stasis type of headache pain clinical effect research [J]. Journal of Chinese modern medicine application, 2020. The DOI: 10.14164 / j. carol carroll nki cn11-5581 / r. 2020. 14. 090. (in Chinese)
- [9] 郭学军. 脑应脏腑气机阴阳升降规律的研究[D]. 北京中医药大学, 2006.
- [10] 刘肄媛, 张敬, 张雪键, 等. 论中医护理传承在提升中医护理服务能力中的作用[J]. 2022(3):4,7. DOI:10.12209/j.issn2618-0219.202102089. LIU J Y, ZHANG J, ZHANG X J, et al. Theory of traditional Chinese medicine nursing inheritance role in improving the capacity of TCM nursing service [J]. 2022 (3) : 4, 7. DOI: 10.12209 / j. i ssn2618-0219. 202102089. (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。