

DOI: 10.12209/CAIM202406070008

· 中西医结合临床案例 ·

1 例悦心操联合耳穴压丸治疗心悸患者护理体会

徐金沙

(北京朝阳中西医结合急诊抢救医院 心血管内科二区, 北京, 100020)

摘要: 本文总结 1 例悦心操联合耳穴压丸治疗心悸患者的护理体会。在常规护理基础上, 基于中医辨证, 采取耳穴压丸联合悦心操治疗, 达到疏通经络气血、调整肺腑阴阳等功效, 能较好地改善患者心悸、失眠、焦虑、眩晕等症状, 对促进患者康复具有积极意义。

关键词: 心悸; 焦虑; 耳穴压丸; 悦心操; 中医特色技术

Nursing experience of a patient with palpitations treated with Yuexincao combined with ear acupoint pressure pills

XU Jinsha

(Department of Cardiovascular Medicine, Beijing Chaoyang Emergency rescue Hospital of integrated traditional Chinese and Western medicine, Beijing, 100020)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of a patient with palpitations treated with Yuexincao combined with ear acupoint pressure pills. In addition to conventional care, the treatment of auricular acupoint pressure therapy combined with Yuexincao based on traditional Chinese medicine syndrome differentiation can achieve the effects of promoting the circulation of qi and blood, adjusting the yin and yang of the lung and viscera, and improving the symptoms of palpitations, insomnia, anxiety, dizziness, etc. in patients. It has a positive significance for promoting the recovery of patients.

KEY WORDS: palpitations; Anxiety; Ear acupoint pressure pill; Yuexin Cao; Traditional Chinese Medicine Characteristic Techniques

心悸是一种常见的临床症状, 表现为患者自觉心中悸动、惊惕不安, 甚至不能自主^[1]。中医认为心悸发生与多种因素有关, 包括情志护理、劳累过度、气血阴阳亏虚、痰饮淤血阻滞、痰浊阻肺等^[2]。耳穴压丸是中医特色护理中常见的干预方法之一, 是使用王不留行籽、萝卜籽等丸状物贴压于耳廓上的穴位, 通过疏通经络, 调整脏腑气血功能, 促进机体阴阳平衡, 达到防治疾病、改善症状的一种操作方法。悦心操秉承《黄帝内经》、《千金要方》等著作中经脉脏腑的养生理论, 通过活化手、手太阴肺经、足太阳膀胱经等经络穴位, 对人体生理、病理状态进行调理, 达到身体保健的方法, 主治心痛、胸闷、发热、恶寒, 具有降压、降糖、健身、养生等功效^[3]。现代医学表明, 心悸可见于多种疾病过程, 如风湿性心脏病、冠状动脉粥样硬化性心脏病、高血压性心脏病、肺源性心脏病等。

"损其心者, 调其营卫" 的理论为心悸的治疗提供了重要的理论依据, 强调通过调和营卫之气来调整心气血阴阳之平衡, 以达到治疗心悸的目的^[4]。本文总结 1 例悦心操联合耳穴压丸治疗心悸患者的护理经验, 现报告如下。

1 临床资料

1.1 基本资料

患者男性, 73 岁, 汉族, 主因: 发作心慌 3 年, 加重 1 周, 于 2023 年 11 月 1 日 11:23 由门诊步入收入本科, 口服欣康(单硝酸异山梨酯片)后头痛, 输注银杏叶后出现心慌。否认食物过敏史, 否认家族遗传病史。

1.2 体格检查

入院检查: 患者神志清, 精神欠佳。舌淡红、苔白腻, 脉弦滑细。纳可、眠可、二便调。周身皮

收稿日期: 2024-06-07

OPEN ACCESS

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

肤完好无破损。

1.3 诊断

西医诊断:心律失常。中医诊断:心悸(痰浊阻肺证)。辨证依据:痰浊阻滞心气为本证的主要病机。《血证论·怔忡》记载:心中有痰者,痰入心中,阻其心气,是以心跳不安。故见心悸短气之症;由于痰浊阻滞,上焦之气机不得宣畅,故见心胸痞闷胀满;中焦气机不畅,则致食少腹胀;胃失和降则见恶心;痰多,苔薄,脉弦滑,均为内有痰浊之象。

1.4 治疗

西医治疗:给予药物疏通血管,营养心肌等治疗。中医治疗:治以理气化痰、宁心安神。中药方药:导痰汤加减。方中以半夏、陈皮理气化痰;茯苓健脾渗湿;甘草和中补土;枳实、制天南星行气除痰;可加酸枣仁、柏子仁、远志养心安神^[5]。痰浊蕴久化热,痰热内扰而见心悸失眠,胸闷烦躁,口干苦、舌苔黄腻,脉象滑数者,则宜清热豁痰,宁心安神,可用黄连温胆汤加味^[6]。本病例采用中医特色疗法耳穴压丸及悦心操治疗,患者院期间,耳穴压丸治疗共计2次,悦心操治疗总计3个疗程,心悸、焦虑症状较前缓解。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 心悸评估

患者心悸发作次数5~6次/d,约5 min/次。

2.1.2 焦虑评估

焦虑症状采用焦虑自评量表(SAS)进行评估,焦虑自评量表(SAS)由W. K. Zung于1971年编制。本量表含有20个反映焦虑主观感受的项目,每个项目按症状出现的频度分为四级评分,其中15个正向评分,5个反向评分。SAS标准差的分界值为50分,其中50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,69分以上为重度焦虑。该患者SAS分值为55分,属于轻度焦虑。

2.1.3 跌倒/坠床危险评估

跌倒/坠床危险程度采用Morse量表评估,量表总分为125分,得分越高表示跌倒风险越大。评分大于45分为跌倒高风险,25~45分为中风险,小于25分为低风险。该患者Morse分值为35分,属于中度风险。

2.2 护理诊断

心慌、胸闷与心肌缺血有关;焦虑与心悸控制

不佳,担心预后有关;存在受伤的危险与头晕、视物模糊有关;缺乏疾病等相关知识

2.3 护理计划

根据患者现存的问题制定以下计划:运用中西医结合护理技术,通络行血、强心醒脑,改善患者心慌、胸闷、焦虑状态,减少患者心悸发作次数,提高生活质量。

2.4 护理措施

2.4.1 专科护理

2.4.1.1 饮食护理:饮食有节,禁忌肥甘厚腻、辛辣、刺激,过咸之品,戒烟忌酒。

2.4.1.2 生活方式护理:合理调摄情志,避免急躁易怒,戒恼怒忧虑,保持情志舒畅。生活起居有节,充分休息,劳逸结合,保持心情愉悦,避免过度忧思。

2.4.1.3 适当运动:在患者身体情况允许下适当运动,病情稳定者,适当散步。卧床休息时可进行关节功能锻炼,预防深静脉血栓,肌肉萎缩。

2.4.1.4 用药护理:遵医嘱服药,不可随意调节药量。

2.4.2 中医特色护理

2.4.2.1 耳穴压丸治疗:耳穴压丸是在耳针疗法基础上发展起来的一种保健方法^[7]。患者根据病情选取枕、神门、交感、心、肝、肾等穴位。具体操作:先用酒精对耳廓皮肤进行消毒,待棉球擦干后用手指指腹对捏法按摩3~5 min,然后将椭圆状的王不留行籽或小绿豆等,贴于0.7 cm×0.7 cm小块胶布中央,然后对准耳穴贴紧并加压力,使其感到酸麻胀或发热为宜^[8]。每天按压2~3次,1~2 min/次,双耳交替贴压,根据季节选择合适留豆时间。夏季时间:2~3 d,冬季时间:4~5 d。如有脱落、疼痛等不适,及时告知医护人员处理。患者在院期间,每晚温水泡脚20 min,耳穴压丸治疗贴压共计2次,分别是早中晚按压,患者配合程度高,效果好。

2.4.2.2 悦心操治疗:对心悸、胸闷、降压等病症有辅助疗效,秉承黄帝内经,千金要方等著作,通过活跃手少阴经、手太阴肺经、足太阳膀胱经等经络与穴位来调理人体生理、病理状^[9-10],适用于各年龄层。悦心操共分为八式,每式四个八拍。第一式:点十宣,功效主治颈项病,眩晕,高血压,失眠,手指麻木等病症。第二式:敲合谷,是手阳明大肠经的原穴。功效主治头痛、眩晕、恶寒发热等症。第三式:撞鱼际,属手太阴肺经荣穴。功效:鱼际穴与心肺相通,主咳嗽、气喘、心烦、胸闷、心

悸等^[11]。第四式:斩后溪,为手太阳小肠经之膻穴。功效:后溪通督脉连脑,对恐惧、忧虑,等均有疗效^[12]。第五式:扣八邪,此穴经脉外奇穴。功效:行风通络,清热解毒,主治手指关节疾患,头颈酸痛等症。第六式:拍少海,少海穴属手少阴心经为合穴,《席弘赋》记载:“心痛手颤少海间”,功效:主治心痛,胸闷,心悸气短,悲乐^[13]。第七式:磨神阙,任脉在腹部正中循行,对一身阴经有总揽和总任之功。功效:调理胃肠功能、温肾益精、回阳补气等功效。第八式:捂肾俞,经属足太阳膀胱经,主治腰痛、滋阴壮阳等症。本病例患者悦心操3次/d,3 d为一疗程。

2.5 护理效果评价

经过中医特色耳穴压丸及悦心操的治疗,患者住院期间心慌、心悸、焦虑症状明显改善。见表1。

表1 患者在院期间护理效果评价表

项目	治疗前	治疗1次	治疗2次	治疗3次
心悸每日发作次数/次	5~6	4~5	2~3	0~2
SAS/分	55	45	30	20

3 结果和随访

患者心悸发作次数明显减少,焦虑消失。患者出院1周后电话随访,居家期间坚持早中晚3次悦心操锻炼。

4 讨论

心悸是心血管内科常见症状,是患者自觉心中悸动,心慌不安,甚则不能自主的一类病症。中医认为心悸病位在心,病变为心脏、血脉及气血阴阳失调,痰饮淤血阻滞,心失所养,心脉不畅,进而引起心中急剧跳动不安,不能自主的表现。历代医家根据《内经》的基础上,结合临床经验,对心悸的病因病机、辨证论治进行了深入研究和发,中医疗法结合现代医学的检查和治,可以有效地缓解或治愈心悸,为患者提供更全面的医疗服务^[14]。耳穴压丸法通过调节自主神经系统,可以提高心律失常疗效,对冠心病心绞痛患者心率、血压、有双向调节作用,可以改善睡眠质量,降低心悸症状^[15]。舒适护理已被证明能显著改善心律失常患者的心理状态和生活质量,减少抑郁和焦虑症状^[16-17]。悦心操在治疗心悸方面有其特色及优势,通过活跃手少阴心经、手太阴肺经、足太阳膀胱

经等经络与穴位,来调理人体的生理、病理状态,达到身体保健的方法。中医护理技术悦心操及耳穴压丸能在一定程度上有效缓解患者焦虑、失眠、心悸、胸闷、胸痛等症状,且操作简单、安全、不良反应少,值得临床参考应用。

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] 张克男,李传奇,金景花,等.自主神经系统在心律失常中的作用研究进展[J].延边大学医学学报,2022,45(2):135-139.
ZHANG K N, LI C Q, JIN J H, et al. Research progress on the role of autonomic nervous system in arrhythmia [J]. J Med Sci Yanbian Univ, 2022, 45 (2): 135-139. (in Chinese)
- [2] 边凌云,赵鹏飞.孙需教授辨证论治心悸经验撷菁[J].中医学报,2015,30(7):978-981.
BIAN L Y, ZHAO P F. Professor Sun Pei's experience of syndrome differentiation in treating of cardiopalmus [J]. China J Chin Med, 2015, 30(7): 978-981. (in Chinese)
- [3] 许岩.心悸临床辨治体会[J].中国中医药远程教育,2011,9(14):10-11.
XU Y. Experience in clinical differentiation and treatment of palpitation [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2011, 9(14): 10-11. (in Chinese)
- [4] 史海蛟,周宇石,张明雪.基于“损其心者,调其营卫”理论探讨心悸的辨证论治[J].中华中医药杂志,2022,37(9):5181-5184.
SHI H J, ZHOU Y S, ZHANG M X. Discussion on syndrome differentiation and treatment of palpitation based on the theory of ‘regulating Ying and Wei for those who damage their heart’ [J]. China J Tradit Chin Med Pharm, 2022, 37 (9): 5181-5184. (in Chinese)
- [5] 杜琳琳,过伟峰,张兰坤,等.清热化痰法治疗痰热型失眠[J].中医杂志,2018,59(22):1965-1967.
DU L L, GUO W F, ZHANG L K, et al. Clearing heat and resolving phlegm in the treatment of insomnia of phlegm heat [J]. J Tradit Chin Med, 2018, 59 (22): 1965-1967. (in Chinese)
- [6] 曲思颖,李文杰.李文杰教授清热化痰法论治心悸经验[J].亚太传统医药,2018,14(12):138-139.

- QU S Y, LI W J. Professor Li Wenjie's experience in the treatment of palpitation from the method of clearing heat and eliminating phlegm [J]. *Asia Pac Tradit Med*, 2018, 14(12): 138-139. (in Chinese)
- [7] 楼绍来. 耳压创新法 诊疗怡民情——上海交通大学医学院叶家书教授养生经验[J]. *科学养生*, 2007, (3): 3.
- LOU S L. The innovative method of ear pressure in Diagnosis and treatment: The experience of Professor Ye Jiashu of Shanghai Jiaotong University School of Medicine [J]. *Science and Health*, 2007, (3): 3. (in Chinese)
- [8] 赵伟. 耳穴心区压丸法对冠心病心绞痛患者心率、血压、ST段的即时效应影响[D]. 济南: 山东中医药大学, 2010.
- ZHAO W. Immediate effect of auricular point central area pressure pill on heart rate, blood pressure and ST segment of patients with coronary heart disease and angina pectoris [D]. Jinan: Shandong University of Traditional Chinese Medicine, 2010. (in Chinese)
- [9] 张欣, 王谦鑫宏, 赵慧杰, 等. 基于皮肤免疫理论的“足太阳膀胱经主一身之表”的实验研究[J]. *时珍国医国药*, 2016, 27(1): 232-234.
- ZHANG X, WANG Q, ZHAO H J, et al. The experimental study of “the bladder meridian in charge of the body surface” which based on the theory of the skin immune [J]. *Lishizhen Med Mater Med Res*, 2016, 27(1): 232-234. (in Chinese)
- [10] 许跃远, 赵鹏飞. 脉诊发现手太阴肺经[J]. *中华中医药杂志*, 2020, 35(8): 4085-4088.
- XU Y Y, ZHAO P F. Pulse diagnosis discovering Hand-Taiyin lung meridian [J]. *China J Tradit Chin Med Pharm*, 2020, 35(8): 4085-4088. (in Chinese)
- [11] 明传. 强身健体穴位: 手掌大鱼际[J]. *湖南农机*, 2013, 40(6): 37.
- MING C. Healthy point: palm thenar [J]. *Hunan Agric Mach*, 2013, 40(6): 37. (in Chinese)
- [12] 黄静娴, 王超. 后溪穴治疗失眠的理论浅析[J]. *四川中医*, 2022, 40(1): 30-32.
- HUANG J X, WANG C. Theoretical analysis on Houxi acupoint for treating insomnia [J]. *J Sichuan Tradit Chin Med*, 2022, 40(1): 30-32. (in Chinese)
- [13] 张勤勤. 针刺治疗心悸的选穴规律研究[D]. 沈阳: 辽宁中医药大学, 2020.
- ZHANG Q Q. Study on the rule of acupuncture in the treatment of palpitation [D]. Shenyang: Liaoning University of Traditional Chinese Medicine, 2020. (in Chinese)
- [14] 苏润泽, 麻莉. 心悸辨证体会[J]. *山西中医学院学报*, 2017, 18(5): 42-44.
- SU R Z, MA L. Syndrome differentiation of palpitation [J]. *J Shanxi Coll Tradit Chin Med*, 2017, 18(5): 42-44. (in Chinese)
- [15] 张湘卓, 李杰, 曾雪芹, 等. 浅析心悸病证论治[J]. *时珍国医国药*, 2020, 31(2): 387-389.
- ZHANG X Z, LI J, ZENG X Q, et al. The theory of treating palpitation with syndromes [J]. *Lishizhen Med Mater Med Res*, 2020, 31(2): 387-389. (in Chinese)
- [16] 马振华. 舒适护理干预对冠心病患者焦虑状态和护理满意度的影响[J]. *中国医药指南*, 2020, 18(5): 243-244.
- MA Z H. Effect of comfort nursing intervention on anxiety state and nursing satisfaction of patients with coronary heart disease [J]. *Guide China Med*, 2020, 18(5): 243-244. (in Chinese)
- [17] 牡丹. 舒适护理在心律失常患者护理中的应用价值[J]. *中国医药指南*, 2021, 19(1): 159-160.
- DU D. Application value of comfort nursing in nursing care of patients with arrhythmia [J]. *Guide China Med*, 2021, 19(1): 159-160. (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。