

五音疗法联合穴位按摩改善 1 例 踝关节骨折手术患者焦虑状态的护理体会

朱晓艳, 付欣然, 梁兴杰

(北京市门头沟区中医医院 手术麻醉科, 北京, 102300)

摘要: 本文总结 1 例踝关节骨折手术患者经中医五音疗法联合穴位按摩缓解焦虑状态的护理体会。评估患者焦虑状态, 给予中医情志护理来舒情解郁; 通过辨证骨折证型, 给予五音疗法缓解患者疼痛; 患者术中出现高血压, 运用穴位按摩降低血压及减轻术中出血; 运用中医穴位按摩预防术后恶心呕吐。五音疗法联合穴位按摩能降低焦虑、疼痛及高血压等因素对骨折手术恢复的不良影响。

关键词: 五音疗法; 穴位按摩; 骨折; 焦虑; 疼痛; 中医护理

Five-tone music therapy combined with acupoint massage in relieving anxiety in a patient undergoing ankle fracture surgery

ZHU Xiaoyan, FU Xinran, LIANG Xingjie

(Department of Surgery and Anesthesiology, Beijing Mentougou Hospital of
Traditional Chinese Medicine, Beijing, 102300)

ABSTRACT: This paper summarized the nursing practice of five-tone music therapy combined with acupoint massage in relieving anxiety in a patient undergoing ankle fracture surgery. Traditional Chinese Medicine emotion regulation was carried put based on the anxiety assessment. Five-tone music therapy was used to relieve the pain based on the syndromes differentiation of ankle fracture. The acupoint massage was used to control the blood pressure, reduce the risk of hemorrhage during operation and post-operative nausea vomiting. The Five-tone music therapy combined with acupoint massage is effective to reduce the negative influence of anxiety, pain and other issues on the recovery of patient after ankle fracture surgery.

KEY WORDS: five-tone music therapy; acupoint massage; fracture; anxiety; pain; Traditional Chinese Medicine nursing

踝关节骨折多数是外伤暴力作用在踝关节所导致骨结构完全或部分断裂, 骨的连续性与完整性中断, 各年龄段人群均易发生。肢体肿胀、疼痛、活动受限等其并发症较多严重影响患者生活质量, 部分患者需要实施手术治疗。由于患者对手术缺乏正确认识, 存在不同程度的焦虑^[1], 从而出现血压升高、心率加快等术前应激反应。通过对手术患者的心理干预, 利用五音疗法调节情志, 促进不良情绪的释放, 可以改善患者焦虑状态^[2], 为手术顺利进行及术后快速康复提供保障。临床实践^[3]发现五音疗法联合穴位按摩可以调节脏腑、舒筋活络, 促使患者脏腑阴阳平衡, 缓解焦虑, 减轻疼痛, 在手术患者中应用效果良好。本文总

结 1 例踝关节骨折手术患者经中医五音疗法联合穴位按摩缓解焦虑状态的护理体会, 现报告如下。

1 临床资料

患者男, 66 岁, 主诉“右踝外伤 3 天伴肿痛活动受限”, 2024 年 5 月 8 日经门诊拟“右踝关节骨折(外踝、后踝)”收入院。CT 显示: 右外踝及右后踝骨折移位明显。生命体征: 体温(T) 36.5℃, 脉搏(P) 94 次/min, 呼吸(R) 20 次/min, 血压(BP) 183/87 mm Hg, 神志清, 纳可睡眠欠佳, 舌暗红, 苔白, 脉弦滑。专科查体: 右踝肿胀畸形, 内外踝处压痛阳性(+), 可触及骨擦音, 纵向叩击痛阳性(+), 踝关节活动受限。既往史: 高血压 10 年, 无

食物及药物过敏史。

中医诊断:骨折病,血瘀气滞证。西医诊断:右踝关节骨折。遵医嘱患者于2024年5月15日在椎管内麻醉下行右踝骨折切开复位内固定术。

2 护理

2.1 护理评估

完善术前评估,患者疼痛评估7分,跌倒风险评估5分,生活能力量表(Barthel指数)评分55分,智力评估25分,焦虑自评量表(SAS)评分51分(轻度焦虑),血栓评估3分。

2.2 护理诊断

护理诊断内容:①焦虑:与疼痛、环境、担心预后不良有关;②疼痛:与骨折软组织损伤有关;③高血压:与疼痛、紧张焦虑有关;④窒息:与术后恶心呕吐有关。

2.3 护理计划

结合护理评估和诊断,制订护理计划,见表1。

表1 护理计划

护理计划	护理目标
五音疗法和穴位按摩护理	音乐疗法使患者焦虑状态得到缓解,穴位按摩使患者疼痛状态有所改善
术中生命体征监测	术中生命体征平稳,控制在正常范围
注重心理护理	消除患者紧张状态,配合手术顺利完成

表2 护理效果评价

评价指标	术前	术后
疼痛评估/分	7	4
跌倒评估/分	5	5
Barthel指数/分	55	65
智力/分	25	25
焦虑/分	51	30
血栓风险评估/分	3	3
血压/mm Hg	183/87	140/84
心率/(次/min)	94	70

2.4 护理措施

2.4.1 术前访视:手术前1天对患者进行术前访视,评估患者病情及心理状态等。运用术前焦虑“视听感”综合干预疗法,以图文及解说的形式向患者进行术前宣教,包括术间环境、手术人员和术中配合要点,并告知患者术前禁食水时间和手术接送时间。询问患者对中医五音疗法的喜好及接受度,向患者介绍中医五行音乐的目的及方法等。患者表示接受及愿意配合。

手术室巡回护士结合专科知识开展中医情志护理疗法^[1],运用说理开导法与患者交流,正面开

导患者,从而消除患者内心焦虑等不良情绪。运用释疑解惑法,了解患者存在的心理问题,耐心解答患者的疑问,用通俗易懂的话语向患者介绍手术麻醉配合要点及术中注意事项等,确保患者术前保持良好的心态。

2.4.2 焦虑护理:针对患者的焦虑情绪,手术室护士按照中医五行音乐疗法,即“木、火、土、金、水”对应“宫、商、角、徵、羽”的理论依据^[4],辨证分析患者病症发生的脏腑经络,结合阴阳五行之间的相生相克关系或患者的喜好,播放养生音乐。根据手术患者的辨证以角调式《江南丝竹》为代表轻音乐播放,平复患者心情,缓解紧张焦虑情绪,改善机体应激状况。患者中医辨证为血瘀气滞证,选用宫调式《良宵》为代表,入室后循环播放,按照患者要求调节音量,播放音乐至手术结束^[5-6]。

2.4.3 疼痛护理:患者术中出现疼痛、情绪烦躁时,使用安神静志法及五音疗法,选曲以角调式音乐《稻香》为代表,叮嘱患者闭目静心,全身放松,降低心率、呼吸频率,抑制痛觉中枢,使身体分泌脑啡肽,减轻自主神经系统和躯体对伤害刺激性的应激反应,以达到周身气血流通舒畅缓解疼痛^[7-8]。利用移情易性的方法,分散患者的注意力,按照五脏相生的顺序指导患者做“嘘”“呵”“呼”“咻”“吹”“嘻”的动作来缓解或减轻患者疼痛。疼痛剧烈时,可增加阿是穴按摩。

2.4.4 血压管理:患者既往高血压病史10年,术前过度焦虑及疼痛诱发血压骤升,术中血压160/100 mm Hg。经过五音疗法联合穴位按摩,如百会穴、风池穴、曲池穴、内关穴等降压穴位,以揉、按、点的方式按摩3~5 min,每间隔15 min再次按摩,30 min后复测血压145/95 mm Hg,患者血压较前有所改善,也降低了术中出血的发生风险^[9]。

2.4.5 术后预防窒息护理:恶心和呕吐是手术后最常见的并发症,一旦发生不仅引起感官上的不适,呕吐严重患者还会发生误吸导致窒息。为防止术后发生恶心呕吐,巡回护士会在手术中实施穴位按摩内关穴来预防患者术后恶心呕吐等不适^[10]。内关穴的定位:前臂掌横纹中点上两寸(约4~5 cm)。右手三指并拢,无名指放在左手腕横纹上,右手食指所按手腕中心,即为内关穴。按揉时左右手穴位顺时针揉按5~10 min,力度适中,患者表述有酸麻感,轻微痛即可。

2.5 护理评价

护理效果评价结果见表2。

3 结果和随访

5月18日对患者进行术后随访,患者神清,精神可,纳可,夜寐安。主诉疼痛缓解,无明显焦虑。测血压 130/80 mm Hg,体温 36.3℃,伤口甲级愈合。

4 讨论

根据中医五音疗法理论指导^[11],利用五音疗法联合穴位按摩等中医特色技术进行干预,能有效缓解焦虑情绪及机体应激反应。目前针对手术患者出现的不良情绪及应激反应等情况,普遍应用对症治疗等西医干预措施。本案例通过中医五音疗法联合穴位按摩,并结合西医对症给药的方法,对患者进行术中干预,效果明确。手术作为有创治疗,对手术患者生理及心理造成不同程度的影响,研究^[12]显示,不良情绪也会增加手术患者应激反应及手术风险。术前过度焦虑情绪会引起机体去甲肾上腺素、肾上腺素分泌增多,导致术中血压骤然升高,影响手术及预后。通过实施中医五音疗法联合穴位按摩,有助于手术患者处于平和状态,减少血压、心率波动,降低手术风险,也为术后的快速康复提供了重要的保障,且中医特色护理技术操作具有安全、简便、廉价及患者易于接受的优点。值得借鉴。本研究只针对个案进行短期研究,今后的研究中,可以通过增加样本量、延长观察时间等,进一步探究该模式对患者的积极影响,为临床实践提供科学的参考依据。

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] 邵红艳,杨雪,尹明,等.芳香疗法对创伤性骨折手术患者焦虑状态的干预效果[J].局解手术学杂志,2021,30(3):260-262.
SHAO H Y, YANG X, YIN M, et al. Intervention effect of aromatherapy on anxiety state of patients undergoing traumatic fracture surgery[J]. J Reg Anat Oper Surg, 2021, 30(3): 260-262. (in Chinese)
- [2] 王文菁,谭文艳.验证性因子分析在焦虑自评量表中的应用[J].中国健康心理学杂志,2011,19(7):781-783.
WANG W J, TAN W Y. Confirmatory factor analysis of the zung self-rating anxiety scale[J]. China J Health Psychol, 2011, 19(7): 781-783. (in Chinese)
- [3] 徐蕊,李淳,彭锦,等.中医音乐疗法干预偏颇情志的方案构建思路[J].中医杂志,2017,58(13):4.
XU R, LI C, PENG J, et al. Project Construction Idea of Intervening Biased Emotion with Chinese Medicine Musicotherapy[J]. J Trad Chin Med, 2017, 58(13): 4. (in Chinese)
- [4] 徐旻灏,龚卓之,杜炎远.五音疗法与五脏调养理论探析[J].中国中医基础医学杂志,2021,27(8):1228-1231.
XU M H, GONG Z Z, DU Y Y. Theoretical analysis of five Yin therapy and five Zang organs recuperation[J]. J Basic Chin Med, 2021, 27(8): 1228-1231. (in Chinese)
- [5] 梁晓雅,杨燕燕.穴位贴敷联合五音疗法对功能性消化不良患者症状及心理的影响[J].四川中医,2021,39(11):221-223.
LIANG X Y, YANG Y Y. Effect of acupoint application combined with five-tone therapy on symptoms and psychology of patients with functional dyspepsia[J]. J Sichuan Tradit Chin Med, 2021, 39(11): 221-223. (in Chinese)
- [6] 朱康清,朱雪芬,檀凤.五音疗法联合耳穴压豆对股骨颈骨折围手术期焦虑及睡眠质量的影响[J].中国中医药现代远程教育,2022,20(14):98-101.
ZHU K Q, ZHU X F, TAN F. Effect of Five-tone Therapy Combined with Auricular Point Pressing on Anxiety and Sleep Quality of Patients with Femoral Neck Fracture during Perioperative Period[J]. Chin Med Modern Dist Educ China, 2022, 20(14): 98-101. (in Chinese)
- [7] 王素婵,边祥博.中西医结合护理干预对胰十二指肠切除手术患者手术期应用效果观察[J].中国中西医结合外科杂志,2019,25(4):570-573.
WANG S C, BIAN X B. Effect of integrated traditional Chinese and western medicine nursing intervention in patients with pancreaticoduodenectomy in operative period[J]. Chin J Surg Integr Tradit West Med, 2019, 25(4): 570-573. (in Chinese)
- [8] 潘闰梅,黄继梅,肖虹.中医五音疗法对患者围术期焦虑状态干预效果的临床研究[J].现代医院,2024,24(1):156-158.
PAN R M, HUANG J M, XIAO H. Clinical study on the effect of pentatone therapy on perioperative anxiety state[J]. Mod Hosp, 2024, 24(1): 156-

158. (in Chinese)
- [9] 郭春兰, 陈燕娥, 程飘, 等. 穴位按摩联合五行音乐疗法对胃癌根治术后患者睡眠质量和生活质量的影响[J]. 中国医药科学, 2021, 11(10): 130-133 .
GUO C L. CHEN Y E, CHEN P, et al. Impacts of acupoint massage combined with five elements music therapy on sleep quality and quality of life in patients after radical gastrectomy for gastric cancer [J]. China Med Pharm 2021, 11 (10): 130-133 . (in Chinese)
- [10] 中国中西医结合学会麻醉专业委员会. 穴位刺激防治术后恶心呕吐专家指导意见[J]. 临床麻醉学杂志, 2019, 35(6): 596-599.
CHINESE ASSOCIATION OF INTEGRATIVE MEDICINE COMMITTEE OF ANESTHESIOLOGY [J]. J Clin Anesthesiol, 2019, 35 (6): 596-599 . (in Chinese)
- [11] 王宇蓓, 王彤. 中医五音疗法治疗情志病的理论基础与临床应用 [J]. 中医学报, 2022, 37 (1): 50-53.
WANG Y X, WANG T. Theoretical basis and clinical application of five tone therapy in the treatment of emotional diseases [J]. Acta Chin Med, 2022, 37 (1): 50-53. (in Chinese)
- [12] 曹红, 胡学华, 龚兴瑞. 基于微信平台的信息化护理对腹腔镜手术患者围手术期抑郁焦虑及术后疼痛的影响[J]. 武警后勤学院学报(医学版), 2021, 30(10): 183-184.
CAO H, HU X H, GONG X R. Effect of information-based nursing based on WeChat platform on perioperative depression, anxiety and postoperative pain of patients undergoing laparoscopic surgery [J]. J Logist Univ PAP (Med Sci), 2021, 30(10): 183-184. (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。