

DOI: 10.12209/CAIM202406300004

· 中西医结合临床案例 ·

耳穴压豆治疗 1 例卵巢癌痰热扰心 不寐患者的护理体会

马文静

(北京中医药大学第三附属医院 肿瘤血液科, 北京, 100029)

摘要: 本文总结 1 例应用耳穴压豆治疗卵巢癌痰热扰心不寐患者的护理体会。通过对痰热扰心不寐患者行四诊合参,在常规护理基础实施耳穴压豆,改善不寐症状,提高患者舒适度。耳穴压豆技术在治疗卵巢恶性肿瘤伴失眠症状方面具有积极的改善作用,且操作简便、无副作用,值得在临床上进一步推广和应用。

关键词: 耳穴压豆; 卵巢癌; 痰热扰心; 不寐; 护理

Nursing experience of ear acupressure therapy for a patient with ovarian cancer, phlegm heat disturbance, and insomnia

MA Wenjing

(Department of Oncology and Hematology, Third Affiliated Hospital of Beijing University of Traditional Chinese Medicine, Beijing, 100029)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of a patient with ovarian cancer and phlegm heat disturbance and insomnia treated with ear acupressure. By combining the four diagnostic methods for patients with phlegm heat disturbance and insomnia, and implementing ear acupressure on the basis of routine nursing, insomnia symptoms can be improved and patient comfort can be enhanced. The ear acupressure technique has a positive improvement effect on the treatment of ovarian malignant tumors with insomnia symptoms, and is easy to operate and has no side effects. It is worthy of further promotion and application in clinical practice.

KEY WORDS: ear acupressure beans; oophoroma; phlegm heat disturbs the heart; sleepless; nursing

不寐是以经常不能获得正常睡眠为特征的一类病证,主要表现为睡眠时间、深度的不足。轻者入睡困难,或寐而不酣,时寐时醒,或醒后不能再寐,重则彻夜不寐^[1]。《黄帝内经》中亦称为“不得眠”“不得卧”及“目不瞑”,是邪气客于脏腑,卫气行于阳,不能入阴所致^[2]。失眠会增加冠状动脉粥样硬化性心脏病、心力衰竭及卒中发作的风险^[3],并且随着失眠时日的增加,患者常常会伴随出现焦虑、抑郁等症状,失眠、焦虑与抑郁相互作用可使患者出现意识和认知损害,影响患者的持续注意力^[4-5]。临床上西医治疗不寐多使用传统的对苯二氮草类药物,虽有一定的成效,但治疗失眠障碍的过程中易形成患者的药物依赖、药物戒断反应、日间残留效应等,患者的睡眠质量提升效果不明显^[6]。现已有研究证实耳穴压豆有利于患

者不寐症状的缓解^[7-8],本次病例应用的耳穴压豆是在中医理论指导下,以调整人体气机为目的,用特色的治疗手法,直接作用于耳部的经络腧穴对相对应的病变部位进行刺激,从而进行疾病治疗的一种方法,具有安全、有效、便捷的特点。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者女性,70岁,于2024年6月17日主因间断性间断腹胀4月入院。既往高血压病史40年,血压(BP)最高240/120 mm Hg,目前口服硝苯地平控释片30 mg,1次/d,控制血压,血压控制在120~140/60~70 mm Hg。否认糖尿病、冠心病史,否认肝炎、结核等传染性疾病史;1990年因子宫肌瘤于全子宫切除术;否认其他外伤史、输血

收稿日期:2024-06-30

OPEN ACCESS

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

史、手术史及毒品接触史；否认药物或食物过敏史。现患者神志清楚，对答切题，腹胀，纳少，无心呕吐，大便1~2 d一次，大便不干，眠可乏力，口干，怕热，无怕冷。皮肤完好无破损，无管路。

1.2 诊断及治疗

中医诊断：卵巢恶性肿瘤；西医诊断：卵巢恶性肿瘤。中医诊断：积聚（卵巢恶性肿瘤型）患者目前以腹胀为主要症状，伴有纳少、乏力、口干、怕热等表现，根据中医四诊合参（望、闻、问、切），结合西医的检查结果，诊断为“积聚（卵巢恶性肿瘤型）”。中医认为此积聚之病，源于脏腑功能失调，气血瘀滞，痰湿凝聚所致。患者于2024年6月17日主诉腹胀，夜间入睡困难。经中医辨证评估后遵医嘱给予耳穴压豆对症治疗，连续3次治疗，不寐症状明显减轻，治疗效果显著，患者已于2024年6月30日好转出院。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 四诊合参

中医四诊包括望、闻、问、切诊，本例患者四诊结果，详见表1。

表1 四诊合参

四诊	评估项目	评估结果
望诊	望神色	神志清楚，神疲乏力，面色微黄
	望形态	形体正常
闻诊	望舌	舌红苔黄腻，舌下脉络淤阻
	声音	言语流利，声音低微，呼吸正常
问诊	寒热	怕热，无怕冷
	问便	大便1~2 d一次，大便不干，小便黄赤
	问汗	平素汗出以头颈部为主
	问饮食	腹胀，不思饮食，纳少
	问头身	偶有头晕耳鸣，无头疼，腰膝酸软，左膝关节僵硬
切诊	问胸腹	无胸闷胸痛
	问听力	正常
	问口渴	口咽干少津
切诊	切脉	细数

2.1.2 睡眠质量评估

采用失眠严重程度指数 (ISI) 评估患者睡眠质量^[9-10]，总分为0~28分，0~7分表示无失眠，8~14分表示轻度失眠，15~21分表示中度失眠，22~28分表示重度失眠，本例患者评分为21分。

2.1.3 焦虑评估

采用焦虑自评量表 (SAS) 评估患者焦虑程度，标准分的分界值为50分，其中50~59分为轻度焦虑，

60~69分为中度焦虑，70分以上为重度焦虑。

2.2 护理诊断

夜寐不安与痰热扰心，心神被扰有关；腹胀与脏腑气化运行失调有关；乏力与年老体衰、肾精不足有关。

2.3 护理计划

针对患者现有的相关因素，制定如下护理计划：通过个性化的中医特色治疗技术耳穴压豆及饮食指导，情志护理缓解患者不寐，腹胀与乏力的症状。定期评估患者的腹胀、疼痛、营养状况及活动能力等指标，关注患者心理状态并提供支持，监测患者血压变化，评估降压药物疗效及不良反应。密切观察患者有无感染征象，及时采取预防措施。向患者及家属介绍疾病相关知识，以提高患者治疗依从性，指导患者及家属合理饮食，保持营养均衡。建议患者及家属正确进行家庭护理，预防并发症的发生，鼓励患者积极参与康复训练，提高生活质量。

2.4 护理措施

2.4.1 耳穴压豆

耳穴压豆治疗选取皮质下、枕、神门、心、肝及肾，联合按摩起到理腑气、益气养血的作用，痰热内扰配三焦、胃、垂前、肘，使经脉通利，脏腑得以温养。对患者耳部进行局部消毒，将王不留行籽粘贴在0.6 cm×0.6 cm医用胶布中间，对准以上穴位进行贴敷，手指按压局部至自觉耳部有发热感、酸麻感。嘱患者每天自行按压3次左右，3 min/次，双耳交替进行，每3 d更换1次。

耳穴压豆的选穴应根据患者的具体病情和体质来决定。在此案例中，选取皮质下、枕、神门、心、肝、肾，对于痰热内扰的患者，还可配以三焦、胃、垂前、肘等穴位。操作方法：耳穴压豆手法应轻柔而有力，以确保穴位得到充分的刺激而不引起患者的不适。手指按压时应保持平稳，用拇指或食指的指腹对准穴位轻轻按压，按压力度要适中，以患者感到耳部有发热感、酸麻感为宜，避免过度用力，按摩时要均匀有力，以穴位为中心进行小范围的旋转或上下推动。每次按摩时间应控制在3 min左右，不宜过长，建议患者每天自行按压3次左右，以确保穴位得到持续的刺激。通常每3 d更换一次耳穴压豆，连续治疗数个疗程后可见效果。注意事项：在进行耳穴压豆治疗前，应对患者耳部进行局部消毒，以防止感染。粘贴王不留行籽时，要确保胶布固定牢靠，避免脱落或移位。患者在治疗期间应注意休息和保暖，避免过度劳

累和受凉。若患者在治疗过程中出现不适或过敏反应,应立即停止治疗并就医。耳穴压豆治疗虽然简单易行,但仍需在专业医生的指导下进行,以确保治疗效果和患者安全。

2.4.2 常规护理

①一般护理:每5~6 d对患者进行失眠症状效果评价表评分。指导患者进行头部穴位按摩百会穴,促进头部血运,提高睡眠质量。提供良好睡眠环境,夜间减少声音、光线刺激。②饮食护理:晚餐不宜过饱,忌浓茶、咖啡,指导患者辨证选食,如山药莲子粥、红枣莲子粥、银耳羹、酸枣仁粥及甘麦枣藕粥等。③情志指导:喜怒哀乐均可影响心神而致睡眠不安,故宋代蔡季通《睡诀》提出,先睡心后睡眼,睡前避免情绪激动或剧烈活动,注意病人情绪变化,做好情绪工作,积极配合调护,方可“精神内守,夜寐自安”。④起居护理:指导患者饮用解忧花茶,如桂花加冰糖,中医认为桂花的芳香有行气疏肝、补元气调节内分泌效。指导病人功能锻炼,注意循序渐进,适应个体活动量,以病人耐受不疲劳为度。主动协助患者肢体锻炼,逐渐增加活动强度、频率和时间。

2.5 护理评价

通过2个月时间治疗,患者睡眠质量与焦虑症状得到有效缓解,已于6月30日出院。患者出院后一周进行电话随访,患者不寐症状缓解,嘱患者多饮水,多摄入粗纤维食物,适当运动,保持心情愉悦。

3 讨论

患者年过七旬,脏腑功能减退,阴阳失调,脏腑功能虚损,气血津液减少,五脏虚损以脾肾为先,脾为后天之本,肾为先天之本,肾气开始虚损,肾气虚则影响脾气,脾气虚则无力运化水湿,聚湿成痰化火,痰火上扰心神。老年人多食滋补之品,嗜食肥甘厚腻,或五味偏嗜、食类偏嗜等致饮食失节,老年人脾胃虚弱,常有宿食积滞而化火。就五行相生而言,火为土之母,火为心火,土为脾土,脾与胃相表里,《素问·逆调论》载“胃不和则卧不安”,脾为心之子,子病及母。结合舌脉舌红、苔黄腻、脉细数,四诊合参,辨为“痰热扰心证”。

不寐属西医失眠症范畴,中医归属于心系疾病,是由各种原因导致的心失所养或各种原因导致心神被扰以致心神不安所引起的,以经常不能正常入睡或睡眠时长及质量下降为特征的一类病

证^[11]。“不寐”这一病名最早是由《难经》所提出的^[12],《黄帝内经》将其称为“目不瞑”及“不得卧”^[13],它指出患者失眠的原因有两个,一是由于人体其他病症的影响,如咳嗽、呕吐、腹胀等,导致无法安睡,类似现代的躯体疾病导致的失眠;二是人体本身的气血阴阳失衡,导致人无法入睡。现代医学对不寐尚无特效疗法,主要采取药物治疗,包括各种类型的安眠药物,但治标不治本,产生副作用,比如嗜睡、乏力、疲劳等,长时间服用会影响患者的认知功能、记忆力和情感,可能导致叶酸缺乏及低钙血症,且容易产生依赖性和耐受性等。

全息医学的观点认为:“人体的局部可以表达人的整体,整体的疾病也可以反映在人体的某一局部。耳部作为人体的局部器官,相当于一个倒置的人体,耳部的阳性反应点可以反映出人体的某一局部疾病。”《内经》中讲述:“刺激耳穴可以调节经络、神经功能,从而运行气血,调理阴阳脏腑,治病防病的作用”^[14]。耳穴压豆等中医技术操作简单、方便、实用且无副作用,能疏通经络,调整脏腑功能,达到气机调和来解决痰热扰心形不寐的问题,气血畅,则脏腑和。有研究证实,将耳穴贴压豆用于治疗卒中后患者失眠症,不仅可缓解其中医证候,还可提高其睡眠质量。金淑等应用耳穴压豆治疗肿瘤病人失眠时采用耳穴压豆法,选取神门、心、枕、额又配穴脾、肝、肾,有效率达到92%,此法简单易行且有效率高、无不良反应^[15]。祖国医学运用耳穴诊断和治疗疾病源远流长,据《灵枢》的记载,十二经脉都直接或间接上达于耳,故《灵枢·口问》曰:“耳者,宗脉之所聚也”,重点说明耳在经络中的地位不可或缺^[16]。心穴可养心血、安心神;神门穴常用于治疗失眠、多梦、高血压、神经衰弱等;皮质下有治疗神经衰弱、失眠的作用;选取肝穴可舒郁缓急;选取胃穴是健脾养血;选取肾穴可益精气、补肾阳、纳肾气,选穴标准是依照耳穴的适应证及按相应部位、脏腑辨证进行选穴和配穴,并根据患者的个体性差异进行相应的调整,配合安神助眠方作用愈佳。综上所述,耳穴压豆对卵巢癌痰热扰心不寐患者有积极的改善作用,能缩短患者入睡时间、提高睡眠时间及睡眠质量,同时能改善卵巢癌不寐患者的痰热症状,值得临床推广。

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] 杜金镭, 张天元, 杨莹莹. 中西医治疗失眠的研究进展[J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20(17): 203–206.
DU J L, ZHANG T Y, YANG Y Y. Research progress of insomnia with traditional Chinese and western medicine[J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2022, 20(17): 203–206. (in Chinese)
- [2] 吴勉华, 石岩. 中医内科学[M]. 5版. 北京: 中国中医药出版社, 2021.
- [3] 刘晓荻, 薛惠文. 失眠会增加心脏病和卒中风险[J]. 基础医学与临床, 2020, 40(4): 537.
LIU X D, XUE H W. Insomnia increases the risk of heart disease and stroke[J]. Basic Clin Med, 2020, 40(4): 537. (in Chinese)
- [4] 武肖玲, 王彩云, 李刚, 等. 失眠障碍患者失眠严重程度与焦虑抑郁的相关性[J]. 中华实用诊断与治疗杂志, 2020, 34(7): 696–698.
WU X L, WANG C Y, LI G, et al. Correlation of the severity of insomnia with anxiety and depression in insomnia disorder patients[J]. J Chin Pract Diagn Ther, 2020, 34(7): 696–698. (in Chinese)
- [5] 姚春玲. 失眠患者焦虑抑郁情绪对认知功能影响的研究[D]. 南宁: 广西中医药大学, 2020.
- [6] 黄冰玥, 侯玉铎, 张文超. 失眠障碍的中西医诊疗现状探析[J]. 临床医药实践, 2022, 31(7): 535–538, 557.
HUANG B Y, HOU Y D, ZHANG W C. Analysis on the present situation of diagnosis and treatment of insomnia disorder in traditional Chinese and western medicine[J]. Proceeding Clin Med, 2022, 31(7): 535–538, 557. (in Chinese)
- [7] 胡慧娴, 苏雪清. 耳穴压豆联合穴位按摩对糖尿病伴失眠患者的影响[J]. 中外医学研究, 2024, 22(14): 91–95.
HU H X, SU X Q. Effect of auricular acupressure combined with point massage on patients with diabetes mellitus with insomnia[J]. Chin Foreign Med Res, 2024, 22(14): 91–95. (in Chinese)
- [8] 曾琳瑶, 刘彩云, 王鹏远, 等. 中医特色护理联合耳穴压豆应用于缺血性脑卒中后失眠患者的效果分析[J]. 现代医药卫生, 2024, 40(7): 1126–1129.
ZENG L Y, LIU C Y, WANG P Y, et al. Effect of traditional Chinese medicine characteristic nursing combined with ear acupoint pressing bean in patients with insomnia after ischemic stroke[J]. J Mod Med Health, 2024, 40(7): 1126–1129. (in Chinese)
- [9] 吕伟. 浅析耳穴压豆联合中药熏洗治疗失眠患者的护理体会[J]. 世界最新医学信息文摘, 2022, 22(100): 156–161.
LV W. Analysis on the nursing experience of treating insomnia patients with auricular point compression bean combined with Chinese medicine fumigation [J]. World Latest Medical Information Abstracts, 2022, 22(100): 156–161. (in Chinese)
- [10] 邓海婷, 蔡晓艳. 多量表评估对老年慢性疾病患者生命质量、营养状态及睡眠质量的影响[J]. 中国医药导报, 2023, 20(3): 143–146, 151.
DENG H T, CAI X Y. Effect of multi-scale evaluation on quality of life, nutritional status, and sleep quality in elderly patients with chronic diseases[J]. China Med Her, 2023, 20(3): 143–146, 151. (in Chinese)
- [11] 李文慧, 朱陵群, 郭蓉娟. 基于代谢组学研究痰热内扰型慢性失眠病人血清代谢物及中药干预作用[J]. 中西医结合心脑血管病杂志, 2022, 20(23): 4236–4243.
LI W H, ZHU L Q, GUO R J. Serum metabolites of chronic insomnia with phlegm-heat internal disturbance and the intervention of traditional Chinese medicine[J]. Chin J Integr Med Cardio Cerebrovasc Dis, 2022, 20(23): 4236–4243. (in Chinese)
- [12] 刘生敏, 王超, 马月珍. 中医情志疗法联合耳穴压豆对心脾两虚型失眠症乳腺癌患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 29(15): 29–33.
LIU S M, WANG C, MA Y Z. Effect of TCM emotional therapy combined with ear acupoint pressing beans on insomnia of heart and spleen deficiency in patients with breast cancer[J]. J Qilu Nurs, 2023, 29(15): 29–33. (in Chinese)
- [13] 王琳, 韩煦, 陈清光, 等. 基于《黄帝内经》“昼夜节律”及现代医学辨治糖尿病失眠[J]. 中国中医药图书情报杂志, 2023, 47(1): 75–77.
WANG L, HAN X, CHEN Q G, et al. Treatment of insomnia in patients with diabetes based on “circadian rhythm” in Huang di Nei Jing and modern medicine[J]. Chin J Libr Inf Sci Tradit Chin Med, 2023, 47(1): 75–77. (in Chinese)
- [14] 刘生敏, 王超, 马月珍. 中医情志疗法联合耳穴压豆对心脾两虚型失眠症乳腺癌患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 29(15): 29–33.
LIU S M, WANG C, MA Y Z. Effect of TCM emotional therapy combined with ear acupoint pressing beans on insomnia of heart and spleen deficiency in patients with breast cancer[J]. J Qilu Nurs, 2023,

- 29(15): 29–33. (in Chinese)
- [15] 金淑, 梁波, 金凤. 耳穴压豆联合综合调护改善恶性肿瘤失眠患者效果观察[J]. 新中医, 2015, 47(12): 244–245.
- JIN S, LIANG B, JIN F. Observation on the effect of auricular point pressing bean combined with comprehensive nursing care in improving insomnia patients with malignant tumor[J]. J New Chin Med, 2015, 47(12): 244–245. (in Chinese)
- [16] 李杨, 吴佳俊. 耳穴贴压法配合滋水清肝饮治疗肾虚肝郁型高血压的临床疗效[J]. 中西医结合心脑血管病杂志, 2022, 20(16): 2980–2982.
- LI Y, WU J J. Clinical effect of auricular point sticking and pressing combined with Zishui Qinggan decoction on hypertension with kidney deficiency and liver depression[J]. Chin J Integr Med Cardio Cerebrovasc Dis, 2022, 20(16): 2980–2982. (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。