

DOI: 10.12209/CAIM202406300005

· 中西医结合临床案例 ·

耳穴压豆联合五音疗法改善 1 例 PCI 术后患者睡眠质量的护理体会

张佳怡

(北京朝阳中西医结合急诊抢救医院 心血管内科, 北京, 100024)

摘要: 本文总结 1 例耳穴压豆联合五音疗法对 PCI 术后患者睡眠改善的护理。术后, 患者予桡动脉加压止血器加压止血, 右上肢制动 6 h, 术后肢体肿胀疼痛导致睡眠障碍。通过予患者耳穴压豆及五音疗法, 患者疼痛症状得到缓解, 术后睡眠质量得到有效改善。

关键词: 耳穴压豆; 五音疗法; 睡眠质量; PCI

Nursing experience of ear acupressure combined with pentatonic therapy to improve sleep quality in a patient after PCI surgery

ZHANG Jiayi

(Department of Cardiovascular Medicine, Chaoyang Hospital of Traditional Chinese and
Western Medicine Emergency Rescue, Beijing, 100024)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing of a case of ear acupressure combined with pentatonic therapy for sleep improvement in patients after PCI surgery. After surgery, the patient was given a radial artery compression hemostatic device to stop bleeding, and the right upper limb was immobilized for 6 hours. Postoperative limb swelling and pain caused sleep disorders. By administering ear acupressure and pentatonic therapy to patients, their pain symptoms were relieved and postoperative sleep quality was effectively improved.

KEY WORDS: ear acupressure beans; five tone therapy; sleep quality; PCI

经皮冠状动脉介入治疗(PCI)是指经心导管技术疏通狭窄、闭塞的冠状动脉腔管,从而改善心肌的血流灌注的治疗方法^[1]。术后的护理对于患者的康复和生活质量至关重要,术后使用桡动脉止血器压迫止血,在压迫止血时,机械力作用于患者腕部,在一定程度上会影响远端肢体静脉回流,导致血管内压力升高,进而引起水肿。手术导致的伤口疼痛和体位不适会影响 PCI 手术患者的睡眠质量,如未得到纠正可能会导致患者节律紊乱,对患者术后恢复造成不良影响^[2]。

临床针对不同的因素引起的睡眠质量下降采取不同的护理措施,更多的是以药物治疗为主,虽然可以帮助睡眠,但却存在许多副作用,治疗后易对药物产生依赖,因此应尽量避免选用药物帮助入睡^[3]。耳穴压豆疗法是通过贴压各种药豆于耳

郭穴位上,按压后使局部产生酸、痛、热、麻及胀等刺激的反应,从而达到防治疾病的一种科学实用疗法^[4]。五音疗法是以五行学说为核心的音乐疗法,将五志、五脏、五行与徵、羽、宫、商、角五音进行对应,从而调节患者的身心状况^[5]。本文总结 1 例耳穴压豆联合五音疗法对 PCI 患者术后睡眠改善的护理经验,现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者女,74 岁,汉族,主因“间断憋气 2 d”于 2024 年 5 月 22 日 19:14 收入我科。患者镇静状态,双肺呼吸音粗,双肺可闻及湿啰音;无其他不适,神志清,精神差;周身皮肤完好无破损。既往高血压病史 10 余年,血压(BP)最高 180/100 mm Hg,平

收稿日期:2024-06-30

OPEN ACCESS

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

素口服硝苯地平控释片 1 片, 1 次/d, 控制血压; 糖尿病病史多年, 未规律服药。否认肝炎史、疟疾史、结核史, 否认冠心病病史, 否认脑血管病及精神疾病史, 否认手术外伤及输血史, 预防接种史不详。否认食物过敏史, 否认家族史。

1.2 诊断

2024 年 5 月 21 日, 外院头 CT 示脑内散在缺血灶、软化灶及脑白质病变, 老年性脑改变; 胸 CT (阅片) 示双肺感染。西医诊断: 重症肺炎, 急性冠脉综合征 (心功能 III 级 Killip 分级), 高血压病 3 级 (高危), 2 型糖尿病, 肾功能不全, 冠状动脉粥样硬化性心脏病 (急性非 ST 段抬高型心肌梗死), 贫血, 双侧下肢动脉粥样硬化伴斑块形成, 右小腿肌间静脉血栓形成, 心律失常 (阵发性心房颤动), 心包积液, 胸腔积液; 中医诊断: 喘病, 证属痰浊闭阻证。刻下症: 患者镇静状态、自气管插管处可吸出大量黄黏痰, 无憋气, 无胸痛, 无发热, 无喘促, 无肢体抽搐, 平素纳可, 眠可, 二便调。

1.3 治疗干预

2024 年 5 月 27 日 11:40 患者在医生及家属陪同下前往介入医学科行 CAG+PCI+PTCA 术。13:00 术毕, 患者在医生及家属陪同下安返病房继续治疗, 予桡动脉止血器加压止血。嘱其右上肢制动 6 h, 注意穿刺部位出血情况, 术中患者生命体征平稳, 未诉不适。术后患者生命体征平稳, 无不适, 观察右上肢有无出血, 监测桡动脉穿刺处预防出血。患者入院中医诊断喘病, 痰浊闭阻证, 西医诊断重度肺炎, 急性冠脉综合征 Killip III 级, 患者术后生命体征平稳, 无不适。

2 护理

2.1 护理评估

本例患者护理评估内容及结果, 具体如下: ①病史: 糖尿病及高血压病史多年; ②身体评估: 镇静状态, 双肺呼吸音粗, 双肺可闻及湿啰音; ③量表评估: AIS 失眠量表 8 分 (失眠), SAS 焦虑自评量表 56 分 (轻度焦虑), 生活自理能力评估量表 85 分 (轻度依赖), NRS 数字疼痛评定量表 3 分 (轻度疼痛); ④实验室检查: 头 CT 示脑内散在缺血灶、软化灶及脑白质病变, 老年性脑改变, 胸 CT (阅片) 示双肺感染。

2.2 护理诊断

本例患者护理诊断结果, 具体如下: 疼痛与术前胸痛心肌缺血坏死有关; 焦虑与剧烈疼痛伴濒

死感, 担心预后有关; 活动耐力下降与术后卧床或心肌缺氧有关; 患者缺乏冠心病、心肌梗塞的相关知识; 有出血的危险, 与使用抗凝剂、各类置管有关; 有感染的危险与手术创伤有关。

2.3 护理计划

根据患者现存的疾病相关因素, 制定如下护理计划: 根据自身的情况, 适可运动, 请勿猛起、蹲等动作, 体位改变时要缓慢, 可按照起床三部曲, 避免熬夜; 呼吸机辅助呼吸, 保持呼吸道通畅, 及时清除呼吸道分泌物, 避免呼吸道堵塞导致呼吸困难; 注意休息, 避免过劳定期测量体温、血常规等, 及时发现感染迹象; 严格执行无菌操作, 避免交叉感染; 适宜低盐、低脂、清淡、易消化等食物, 少食多餐, 对水肿者, 限制水和钠盐的摄入, 忌食辛辣、醇酒、咖啡之品; 保持积极乐观心态, 避免过激反应, 了解患者心理状态, 及时发现心理问题, 通过沟通、疏导等方式, 缓解患者焦虑、恐惧等情绪; 遵医嘱予耳穴压豆及五音疗法, 调节气血, 增强免疫力; 加强疾病常识宣教, 正确认识疾病, 学会心理的自我调节, 避免焦虑、紧张、抑郁及恐惧等不良情绪, 保持心情舒畅。

2.4 护理措施

2.4.1 专科护理

术后绝对卧床休息, 避免过劳, 保持病房环境安静, 减少不必要的探视。严密观察生命体征, 随时观察患者心率、心律的变化。关注凝血常规、血细胞分析等指标, 有无出血倾向。注意观察穿刺部位有无渗血、皮下是否出现血肿, 术区皮肤的颜色、温度和活动情况。患者宜低盐、低脂易消化的饮食, 选择适量蛋白质、富含纤维素和维生素的食物。禁食辣椒、浓咖啡等辛辣、刺激性食物, 忌食牛奶、豆浆等容易导致胀气的食物。遵医嘱每日按时服药, 请勿私自停药。根据患者的恢复情况而定, 如果过程中有胸痛和胸闷的情况, 立即停止活动, 增强患者的医疗知识, 告知患者疾病的发病原因和治疗方法, 以防止错过最佳治疗时机。嘱患者改变饮食习惯, 戒烟戒酒, 积极控制基础疾病, 坚持锻炼身体。积极消除患者不良情绪, 帮助患者树立正确的心态, 鼓励患者参与自我管理的状态中, 提高患者治愈的信心, 和患者家属一起制定康复目标。

2.4.2 耳穴压豆

将表面光滑近似圆球状或椭圆状的中药王不留行籽或小绿豆等, 贴于 0.6 cm×0.6 cm 的小块

胶布中央,然后对准耳穴贴紧并稍加压力,予适度的揉、按、捏、压等动作,使其产生酸、麻、胀、痛等刺激感应,以达到治疗目的的一种外治疗法^[6]。失眠可选神门^[7](三角窝内,对耳轮上下脚分叉处稍上方)、皮质下^[8](对耳屏边缘下1/3的内侧面中点处)、心三穴^[9](耳甲腔正中凹陷处)等穴位,高血压取降压沟^[10](耳廓背面,由内上方斜向下方行走有一明显的点状凹陷处,镜腿尾部置放的位置即为降压沟)。

操作前需询问患者有无过敏史,指导患者取仰卧位,操作者一手固定耳廓,一手持探棒由上而下、从内至外探压寻找压痛点,压痛最明显的点即为耳穴治疗点,75%的酒精棉签消毒、待干,取耳穴贴依次贴于所选穴位,每穴按压1~2 min,按压的力度以患者能耐受为宜,并教会患者正确按压的手法,每次宜贴压5~7穴,3~5次/d,间隔1~3 d更换1次穴位进行交替贴压。一般5 d更换1次耳穴贴,5 d为1周期,5周期为1疗程,持续治疗5个疗程。如出现皮肤瘙痒、溃烂等情况及时汇报。注意事项:患有严重器质性疾病(如心脏病)及伴重度贫血者,耳廓有湿疹、溃疡、冻疮破溃者不宜采用;耳穴压豆要注意防水,胶布湿水后容易脱落;夏天出汗多,贴压耳穴时间不宜过长,建议2 d更换1次,以防胶布潮湿或皮肤感染;对胶布过敏者,可用粘合纸代之;若治疗过程中,耳廓皮肤出现炎症或冻伤者,应及时去除胶布,中止治疗,严重者到医院就诊;过度饥饿、疲劳、精神高度紧张、年老体弱、孕妇按压宜轻;有习惯性流产者慎用耳穴压豆疗法。

2.4.3 五音疗法

“五音”疗法即以“五音”理论为依据,将“五音”与五脏、五行、五志相应,本着以和为贵,以平为期之准则,最终实现调畅气血,调理脏腑功能活动及养生保健之目的^[11]。主要作用于中医脾胃功能系统、中医肾和膀胱功能系统,以养胃健脾、补肺利肾、泻心火;安神助眠、助肝阴。曲调特点以典雅、柔和、流畅、清澈光彩、行云流水为宜,代表曲目包括《春江花月夜》《月光奏鸣曲》《平沙落雁》及《二泉映月》^[12]。五音疗法治疗失眠的途径主要是通过调节脏腑的阴阳、气血津液失衡,使机体恢复阴平阳秘的最佳状态从而达到治疗目的,改善机体慢性炎症反应,从而改善睡眠质量。

2.4.4 心理护理

护理人员与患者及其家属建立良好的沟通交

流机制,善于从细枝末节之处发现患者情绪、心理等方面的变化,帮助患者消除焦虑紧张、烦躁易怒等负面情绪。同时,护理人员要善于倾听患者的感受,根据患者的实际情况制定相应的心理疏导方案。做好心理护理,说话速度要慢,语调要平静,尽量解答患者提出的问题。与家属做好沟通,帮助患者消除各种顾虑。让患者正确对待疾病,使病人得到更多的关怀和战胜疾病的信心。

2.5 护理评价

患者出院前,NRS数字疼痛评定量表评分为0分,无疼痛;血红蛋白136 g/L,处于正常范围内; SAS焦虑自评量表36分,处于正常范围内;白细胞数值为 $6.4 \times 10^9/L$,处于正常范围内。生活自理能力评估量表95分(轻度依赖),较前有所好转;患者了解冠心病及有关手术的相关知识,并养成良好生活方式。

3 结果和随访

术后通过护理人员耳穴压豆及五音疗法等中医特色治疗,调节情志及脏腑、疏通经络,调节脏腑气血津液、强身健体,以达到治疗失眠的作用。治疗结束后护理人员指导患者该治疗的后续操作以及注意事项,经治疗,患者情绪有所改善,失眠次数有所减少,免疫力有所上升。出院5 d后,予患者居家随访,患者诉睡眠较前改善,夜间睡眠质量良好,晨起脑清目明。

4 讨论

失眠作为现代人的常见表现,中医将其归入“不寐”一类,轻者有入眠困难、眠而不酣等症状,严重时则彻夜难眠^[13]。中医认为失眠症发生在心脏,大部分是由邪灵扰乱心境或失去精神营养所致。失眠的主要病机是阴阳失衡,气血不和。阴阳关系密切,阳在阴,阳出阴。因此,以脏腑阴阳调适为一般治疗原则^[14]。

耳穴压豆是中医的特色技术,主要刺激相应穴位血运,对大脑皮质皮质功能的兴奋及抑制具有双向调节作用,可调节自主神经功能活动,促进冲任气血,调节体内阴阳,引起大脑网状系统的正常有序化激活和抑制,从而使病理性的睡眠状态向正常的生理性的睡眠转化^[15]。中医认为,耳朵上有五脏六腑的对应区,并且在出现疾病时会在相应穴区反应出来,此时通过对应穴位的刺激就能防治疾病。耳穴压豆法通过中药王不留行活血

通经、消肿止痛的效果,利用其籽或磁珠等在耳穴表面进行贴压,不断对耳穴进行刺激,最终发挥相应疗效^[16],可起到疏通经络、调整脏腑、运行气血、强身健体、防病治病的作用。耳穴压豆法运用广泛,尤其是对于各种慢性疾病、美容养颜以及小儿近视等的保健效果不错。

现代医学认为音乐通过谐振组合而产生的物理能引起体内固有震动频率的改变,可通过协调脑干网状结构与大脑皮质各部分之间的关系,对人体心理、内分泌及睡眠等方面产生影响,影响中枢神经系统的活动水平^[17]。五音疗法能舒缓患者焦虑情绪,安抚神志,提高失眠患者的睡眠质量,联合中医外治法使用可提升疗效,且安全性较高。在五音疗法中,宫音通脾,商音通肺,角音通肝,徵音通心,羽音通肾,体现辨证施治、个性化治疗的优势。针对不同疾病的患者,予聆听对应的音乐,纠正病变器官的振动频率,使之与全身其他器官振动频率保持协调一致,以此达到治病目的。音乐治疗是患者增强自我和控制情绪的一种特殊手段。音乐通过调节人脑的边缘系统和网状结构,增强神经细胞的兴奋性,以此改善情绪。此外,通过神经调节和体液调节,人体分泌多种生理活性物质,如激素、酶和乙酰胆碱,从而改善人体功能。综上所述,耳穴压豆联合五音疗法对PCI术后患者睡眠改善效果确切,此治疗操作简单、成本低,可供临床推广借鉴。

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] 熊珊,王永霞,陈召起,等. 经皮冠状动脉介入治疗冠心病的现状和疗效研究[J]. 中国中医药现代远程教育, 2020, 18(9): 142-144.
- XIONG S, WANG Y X, CHEN Z Q, et al. Research on the current situation and curative effect of percutaneous coronary intervention in the treatment of coronary atherosclerotic heart disease [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2020, 18(9): 142-144. (in Chinese)
- [2] 于红静,曹小翠. 对冠状动脉介入治疗患者手术前后睡眠障碍的护理调查分析[J]. 中国医药科学, 2011, 1(12): 79-80.
- YU H J, CAO X C. Nursing investigation and analysis of sleep disorder before and after coronary intervention therapy [J]. China Med Pharm, 2011, 1(12): 79-80. (in Chinese)
- [3] 翁少英,胡春萍. 舒乐安定片助眠效果及药物依赖情况分析[J]. 药物评价研究, 2015, 38(5): 554-556.
- WENG S Y, HU C P. Hypnosis effect of Estazolam Tablet and its drug dependency analysis [J]. Drug Eval Res, 2015, 38(5): 554-556. (in Chinese)
- [4] 刘苗苗,童莺歌,柴玲,等. 耳穴压豆治疗急性及慢性非癌性疼痛效果及实施方法的系统评价[J]. 中国实用护理杂志, 2019, 35(26): 2072-2081.
- LIU M M, TONG Y G, CHAI L, et al. A systematic review of the effects of auricular acupressure therapy on relieving acute and chronic nonmalignant pain and its operating methods [J]. Chin J Pract Nurs, 2019, 35(26): 2072-2081. (in Chinese)
- [5] 林法财,贺娜娜,黄德弘. 浅探《黄帝内经》中五行音乐疗法[J]. 中华中医药杂志, 2015, 30(11): 4161-4162.
- LIN F C, HE N N, HUANG D H. Primary exploration on music therapy based on five elements in Inner Canon of Huangdi [J]. China J Tradit Chin Med Pharm, 2015, 30(11): 4161-4162. (in Chinese)
- [6] 王雪,张婷. 耳穴压豆对原发性高血压治疗效果的影像[J]. 中国药物经济学, 2014, 9(S1): 230-230, 231.
- WANG X, ZHANG T. Image of therapeutic effect of auricular point pressing beans on essential hypertension [J]. China J Pharm Econ, 2014, 9(S1): 230-230, 231. (in Chinese)
- [7] 朱超,吴生兵,周美启,等. 神门穴主治作用浅析[J]. 安徽中医药大学学报, 2020, 39(6): 47-50.
- ZHU C, WU S B, ZHOU M Q, et al. Analysis on the main function of Shenmen point [J]. J Anhui Univ Chin Med, 2020, 39(6): 47-50. (in Chinese)
- [8] 倪克茜. 神门、皮质下、肾上腺三耳穴的临床应用[J]. 福建中医药, 1990, 21(3): 28-29.
- NI K Q/X. Clinical application of Shenmen, subcortical and adrenal auricular points [J]. Fujian J Tradit Chin Med TCN, 1990, 21(3): 28-29. (in Chinese)
- [9] 赵广兰. 养心三穴宜常摩[J]. 家庭医学, 2015(8): 50.
- ZHAO G L. Three points of nourishing the heart should be rubbed regularly [J]. Fam Med, 2015(8): 50. (in Chinese)
- [10] 贺雅琪,梁冰雪,冯文岳,等. 穴位贴敷治疗高血压临床选穴及用药规律研究[J]. 中国针灸, 2020,

- 40(5): 565–569.
- HE Y Q, LIANG B X, FENG W Y, et al. Rules of acupoint selection and drug use in clinical treatment of hypertension with acupoint application therapy [J]. *Chin Acupunct Moxibustion*, 2020, 40 (5): 565–569. (in Chinese)
- [11] 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)
- [12] 刘雨欣, 翁家俊, 洪婷, 等. 基于《黄帝内经》五音疗疾探析其现代临床应用[J]. *中医临床研究*, 2022, 14(3): 145–148.
- LIU Y X, WENG J J, HONG T, et al. Effect analysis of Wuxing music treatment of disease on the basis of Huangdi Neijing and its modern clinical application [J]. *Clin J Chin Med*, 2022, 14(3): 145–148. (in Chinese)
- [13] 魏淑, 樊茜茜, 平延培, 等. 失眠类型、中医证候与病程相关性的临床观察[J]. *长春中医药大学学报*, 2020, 36(2): 301–304.
- WEI S, FAN X X, PING Y P, et al. Clinical observation on the relationship between insomnia type, TCM syndrome and disease course [J]. *J Changchun Univ Chin Med*, 2020, 36 (2): 301–304. (in Chinese)
- [14] 秦晓艳, 曹璐畅, 韩莹莹, 等. 从脏腑阴阳角度论治肿瘤相关性汗证[J]. *辽宁中医杂志*, 2023, 50 (9): 70–73.
- QIN X Y, CAO L C, HAN Y Y, et al. Treatment on cancer-related sweating from perspective of Yin and Yang of Zang-fu organs [J]. *Liaoning J Tradit Chin Med*, 2023, 50(9): 70–73. (in Chinese)
- [15] 苏雪娟, 陈青, 陈晓妹. 失眠患者采用耳穴压豆法改善睡眠质量效果分析[J]. *齐齐哈尔医学院学报*, 2021, 42(20): 1790–1794.
- SU X J, CHEN Q, CHEN X M. Analysis of the effect of pressing beans on ear acupoints on improving sleep quality of patients with insomnia [J]. *J Qiqihar Med Univ*, 2021, 42(20): 1790–1794. (in Chinese)
- [16] 金晶, 孙利华. 王不留行籽耳穴压豆法治疗偏头痛 56 例临床观察[J]. *内蒙古中医药*, 2017, 36(17): 80–81.
- JIN J, SUN L H. Clinical observation on 56 cases of migraine treated by pressing beans at seed ear points without cowherb seeds [J]. *Inn Mong J Tradit Chin Med*, 2017, 36(17): 80–81. (in Chinese)
- [17] 刘颖. 音乐节奏影响情绪加工的神经机制[D]. 重庆: 西南大学, 2019.

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。