

DOI: 10.12209/CAIM202408060002

· 中西医结合临床案例 ·

# 虎符铜砭刮痧改善 1 例心脾两虚型失眠 伴便秘患者的护理体会

吴兰兰

(贵州中医药大学第二附属医院 中医特色护理门诊, 贵州 贵阳, 550001)

**摘要:** 本文总结 1 例虎符铜砭刮痧改善心脾两虚型失眠伴便秘患者的护理体会。通过辨证施术, 选用适宜中医护理技术并结合功能锻炼、饮食指导等常规护理措施, 达到改善睡眠质量及便秘情况, 从而提高患者生活质量的目。

**关键词:** 心脾两虚; 失眠; 便秘; 中医护理

## Nursing experience of using Hufu Tongbian Guasha to improve a patient with insomnia and constipation of heart and spleen deficiency type

WU Lanlan

(Traditional Chinese Medicine Characteristic Nursing Clinic, the Second Affiliated Hospital of  
Guizhou University of Chinese Medicine, Guiyang, Guizhou, 550001)

**ABSTRACT:** This article summarizes the nursing experience of a patient with heart and spleen deficiency type insomnia accompanied by constipation treated with Hufu Tongbian Guasha. By using syndrome differentiation and selecting appropriate traditional Chinese medicine nursing techniques, combined with routine nursing measures such as functional exercise and dietary guidance, the goal is to improve sleep quality and constipation, thereby enhancing the quality of life of patients.

**KEY WORDS:** heart and spleen deficiency; insomnia; constipation; Traditional Chinese Medicine nursing

中医称失眠为“不寐”, 中医认为心藏神, 神不安则眠欠安; 脾为后天之本, 为气血生化之源, 主运化、升清, 可将水谷精微化气上奉于心, 使心神得以濡养; 脾虚则神不化, 心脾两虚, 气血不足最终导致不寐发生<sup>[1]</sup>, 临床以心脾两虚型最为多见。不寐使机体无法得到正常休息, 可引起免疫功能下降、内分泌功能失调, 甚至加重原发病病情<sup>[2]</sup>, 从而造成负面影响。对于失眠症患者的治疗主要采用催眠、镇静等药物, 如舒乐安定等, 可收到一定疗效。但药物不良反应较大, 可产生注意力不集中、情绪起伏波动等不良反应, 对患者日间活动和工作影响较大, 且长期应用易对药物产生耐受性<sup>[3-4]</sup>。中医学认为便秘多是由于饮食不节、情志失调、年老体虚等致肺、脾、胃等脏腑功能

失调, 气血不畅, 大肠传导失司所致, 临床干预应注重疏通经络、调理脏腑功能及气血运行<sup>[5-6]</sup>。失眠和便秘同时存在, 严重干扰患者生活质量, 药物治疗易反复, 中医护理技术具有操作简便, 疗效好, 不良反应少等特点。

虎符铜砭刮痧以调气为首, 通过铜砭发挥其疏经通络、调达气血的作用, 有利于化解脉内瘀结, 将气通达至更远更深处, 直至到达脏腑。同时调动人体的气血活动, 所刮之处能调气、催气, 还能守气、辨气, 且由表入里, 通过自身溶痧, 调动机体的恢复能力, 减轻患者症状<sup>[7]</sup>。该技法是李道政先生独创并提出通论、整体论、脊柱中心错位致病论、肝胆论、谿谷论、四井排毒论、徐而和论、生物全息胚论的八大理论, 运用中医整体观的思维,

收稿日期: 2024-08-06

OPEN ACCESS

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

采用徐而和的操作手法,调动阳气,扶正祛邪,以通为治,以通为补,最终达到“沟通阴阳”<sup>[8]</sup>,根据不同的穴位经络特点施以点刮、线刮或磨刮,以刮透为标准,进而对全身进行施治,最终达到疏通经络、改善脏腑功能、未病先防及既病防变的治疗目的<sup>[9]</sup>。

本案例应用其通论,即以通为健、以通为治、以通为补、以通为泻,采用徐而和的手法在人体皮部上刮痧,以调动阳气达到扶正祛邪,从而治疗疾病。其所用材质铜的热传导性较强,刮拭部位温度升高,入脉之气亦温,通过运用中医辨证思维选取经络穴位施治,从而通达脏腑,增强疗效,缓解患者症状<sup>[10]</sup>。

## 1 临床资料

### 1.1 一般资料

患者女,36岁,于2021年8月23日就诊。患者诉入睡困难,易醒,醒后难以入睡,晨起头昏,心慌;便秘,腹胀明显,时有腹痛不适,大便色量正常;月经稀少,色黑,规律,汗出,沿发际线。患者既往体健,5年前行剖腹产,术后恢复可,否认糖尿病、高血压等病史。

### 1.2 查体

患者体温(T)36.6℃,脉搏(P)85次/min,呼吸(R)21次/min,血压(BP)122/70 mm Hg,体重60 kg,身高160 cm。中医四诊:望:患者形态适中,面色萎黄,唇色淡,舌质淡,苔白腻;闻诊:无特殊气味;问诊:入睡困难,易醒,醒后难以入睡,平素怕冷,喜热饮,多汗,感身体困倦,时有头昏心慌不适,小便可,大便秘结,纳少,健忘;切诊:脉弦细,腹胀明显。

### 1.3 诊断及治疗

中医诊断:不寐,心脾两虚、气机瘀滞型;西医诊断:睡眠障碍,便秘。患者于2023年11月06日中医特色护理门诊第一次就诊,通过对患者的评估,予患者基础护理、药物护理及中医外治方法虎符铜砭刮痧治疗;2023年11月06日至2023年12月25日,患者共进行8次刮痧治疗,同时指导患者生活起居、饮食、药物相关注意事项。

## 2 护理

### 2.1 护理评估

#### 2.1.1 睡眠质量评估

采用匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)评估

患者睡眠质量,其中包括睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠效率、睡眠障碍、白天功能、催眠药物等,患者得分越低,说明患者睡眠质量越好。匹兹堡睡眠质量指数量表总分为0~5分,睡眠质量很好;总分6~10分,睡眠质量较好;总分11~15分,睡眠质量一般;总分16~21分,睡眠质量差。本例患者总分为18分,患者睡眠质量差。

#### 2.1.2 焦虑评估

汉密尔顿焦虑量表(HAMA)评定方法能够很好地反映焦虑症状的严重程度,包含两大类因子结构:躯体性焦虑和精神性焦虑,汉密尔顿焦虑量表评分总分 $\geq 29$ 分,可能为严重焦虑; $\geq 21$ 分,肯定有明显焦虑; $\geq 14$ 分,肯定有焦虑;超过7分,可能有焦虑;如小于7分,没有焦虑症状。本例患者汉密尔顿焦虑量表治疗前评估为18分,表示肯定有焦虑情况。

#### 2.1.3 便秘评估

采用布里斯托大便分类法(Bristol Stool Scale)评估患者便秘程度,分为7型,1型为坚果状大便,2型为干硬状大便,3型为有褶皱的大便,4型为香蕉状大便,5型为软大便,6型为略有形状的大便,7型为水状大便。根据评价标准,本例患者为2型,干硬状大便。

### 2.2 护理诊断

根据患者的情况得出以下诊断:失眠与患者心神不宁,心神失养有关;心慌与患者气失宣降有关;便秘与患者脾失运化,大肠运化失司有关;焦虑与疾病反复发作有关。

### 2.3 护理计划

结合患者实际,充分发挥中医护理技术优势,运用虎符铜砭刮痧法配合情志护理,功能锻炼等治疗措施,达到补益脾肾、调理脏腑及宁心安神的目的,以改善患者失眠、心慌及便秘的症状。

### 2.4 护理措施

#### 2.4.1 铜砭刮痧

患者取坐位,采用徐而和的手法在躯体相应部位进行刮痧,具体如下:①首刮四穴(大椎、大杼、膏肓、神堂)及开阳脉(督脉和膀胱经)为主,调动人体一身之阳气,骶尾部刮透,从长强穴带出,重点穴位在天枢、大肠俞、脾俞、胃俞;②肝脾区重刮,肝脾同调;肝脾区沿肋骨走向刮透,不留白,刮至腋中线;③刮大肠经—三焦经—小肠经—肺经—心包经—心经—胃经—脾经,先上后下,先阳经再阴经,重点穴位在曲池、手三里、支沟、太渊、孔

最、太溪、复溜、公孙及太白；④便秘重点穴位：大横调理肠胃，温中散寒；天枢调理脾胃气机；关元培补元气，补益下焦；腹结健脾理气；⑤刮拭头部，重点刮百会、四神聪、风池、风府、安眠、翳风、申脉、照海，四井排毒；⑥刮痧时应力求一次刮透，同样的力度和同样的频率范围里不再重复刮一个新痧为标准，常做刮痧操的人一般不容易刮出痧，以使毛孔正常张开为度，以感到皮肤微微发热为度；⑦刮拭时间不宜过长，背部刮痧时间在 30~45 min 为宜，四肢刮痧时间在 40 min 左右为宜，头部刮痧时间在 20~30 min 为宜；⑧刮痧 4~8 次为一疗程，治疗 1 次/周，待痧退后行下一次刮痧；⑨在刮痧过程中强调徐而和的手法，以通为补，以通为健、以通为治、以通为泻，经反复催气造气，气冲病灶，得气见效。

#### 2.4.2 常规护理

①病情观察：观察患者疾病进展，倾听患者的主诉，评估患者病情变化；②起居护理：保持房间温湿度适宜，适时开窗通风，保持环境清洁，保证休息，避免过度劳累；③用药护理：患者服用养血安神药，枣仁安神胶囊，指导患者正确认识药物的不良反应，观察用药后的反应，如有无反酸、口唇麻木等；④观察中医外治法应用后的反应；⑤饮食护理：指导患者多食清淡易消化，高维生素的饮食，少吃产气食物，多食蔬菜水果，睡前不宜服用咖啡、浓茶等兴奋性饮品；⑥情志护理：做好患者的心理护理，可听一些舒缓的音乐，结合五音疗法和子午流注，可选用徵调及宫调的音乐，如徵调《春光美》，可在晚上放松时聆听，以达到舒缓心情和促进睡眠的目的，在 21:00~23:00 进行，宫调可选择曲目《十面埋伏》，在餐后 1 h 聆听，以刺激肠胃消化吸收的功能。

### 3 结果和随访

患者治疗前后分别进行睡眠质量、焦虑程度及便秘程度评估，经治疗，患者症状得到一定改善，详见表 1。于患者治疗结束后一月进行电话回访，患者主诉睡眠质量可，未出现心慌等症，大便一日一行。指导患者注意饮食，避免辛辣刺激的食物，注意休息，避免劳累，注意劳逸结合。

### 4 讨论

随着社会的发展，人类生存压力逐渐增加，在日新月异的今天，因外在因素、自我因素等，越来越

表 1 疗效评估

| 评价项目                | 治疗前  | 治疗后 |
|---------------------|------|-----|
| PSQI                | 18 分 | 5 分 |
| HAMA                | 18 分 | 6 分 |
| Bristol Stool Scale | 2 型  | 4 型 |

越多的人出现失眠的情况，伴随或不伴随相关症状。李氏砭法是李道政先生经 40 余年的钻研实践，守正创新“八大核心理论”“虎符铜砭”刮痧工具而形成独具中医特色的疗法体系。李氏砭法在临床实践中突破许多现代医学病种的瓶颈，为中医带来全新的治疗技术和临床思维<sup>[11]</sup>。调理不寐宜健脾，养心安神定志，温经通脉，改善患者心神不宁、五脏过极状况。刮痧可调理脏腑的功能，起到调补气血阴阳，宁心安神定志，养肝血、补虚损的作用，从而改善睡眠结构，提高睡眠质量<sup>[12]</sup>。

本例患者因心脾两虚、肝郁气结、心神不宁、脾胃功能失调引起的失眠伴便秘的情况，应用虎符铜砭刮痧八大理论中的通论及整体论，调理失眠的同时也改善了便秘的情况。治则以补益心脾、调理气血、宁心安神为准则。刮痧所用方案中，其中开四穴（大椎、大杼、膏肓、神堂）以养血、宣肺、滋阴、安神；督脉为阳脉之海，以提升一身之阳气，扶正祛邪；大肠经、小肠经、脾经以改善患者消化功能，肺与大肠相表里，故予刮拭手太阴肺经，有助于肺气的宣发肃降；肝脾同调，故肝脾区重刮；心经、心包经刮拭以稳定上焦，引邪下行。综上所述，虎符铜砭刮痧可有效改善患者的失眠情况，同时应用其八大理论，解决伴随症状。

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] 安云霞, 蒋涛, 崔艳菊. 皮内针联合子午流注五音疗法用于心脾两虚型不寐临床观察[J]. 中国中医药现代远程教育, 2024, 22(7): 91-94.  
AN Y X, JIANG T, CUI Y J. Intradermal needle combined with midnight-noon ebb-flow and five-tone therapy in the treatment of insomnia of deficiency of heart and spleen type[J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2024, 22(7): 91-94. (in Chinese)
- [2] 梁艳艳, 曹丹凤, 曹文君, 等. 子午流注择时耳穴贴压治疗心脾两虚型老年失眠的效果观察[J]. 检验医学与临床, 2020, 17(8): 1118-1121.

- LIANG Y Y, CAO D F, CAO W J, et al. Observation on the effect of meridian flow injection and auricular point sticking on insomnia in the elderly with deficiency of both heart and spleen[J]. *Lab Med Clin*, 2020, 17(8): 1118–1121. (in Chinese)
- [3] 刘孟珍. 归脾汤加减治疗心脾两虚证失眠患者的疗效评价[J]. *世界睡眠医学杂志*, 2019, 6(8): 1057–1059.
- LIU M Z. Evaluation of Guipi Decoction in the treatment of insomnia with heart and spleen deficiency syndrome[J]. *World J Sleep Med*, 2019, 6(8): 1057–1059. (in Chinese)
- [4] 王晓宇, 张玮, 李华南, 等. 推拿手法治疗失眠心脾两虚证研究进展[J]. *陕西中医*, 2019, 40(6): 811–813.
- WANG X Y, ZHANG W, LI H N, et al. Research progress in the treatment of insomnia due to deficiency of heart and spleen with massage[J]. *Shaanxi J Tradit Chin Med*, 2019, 40(6): 811–813. (in Chinese)
- [5] 隋楠, 田振国, 鞠宝兆. 基于大肠主津理论应用助阳通便膏方治疗功能性便秘[J]. *中华中医药杂志*, 2019, 34(1): 168–170.
- SUI N, TIAN Z G, JU B Z. Treatment of functional constipation with Zhuyang Tongbian Ointment on basis of ‘large intestine dominating fluid’ theory[J]. *China J Tradit Chin Med Pharm*, 2019, 34(1): 168–170. (in Chinese)
- [6] 廖颖婴, 陈浩洋, 李伟林, 等. 食疗联合加减黄芪汤治疗老年功能性便秘的疗效分析[J]. *天津中医药*, 2019, 36(2): 153–155.
- LIAO Y Y, CHEN H Y, LI W L, et al. Therapeutic effect of food therapy combined with Jiajian Huangqi Decoction on senile functional constipation[J]. *Tianjin J Tradit Chin Med*, 2019, 36(2): 153–155. (in Chinese)
- [7] 刘丽荣, 孙惠金. 李氏虎符铜砭刮痧对功能性便秘患者的影响[J]. *中外医学研究*, 2022, 20(16): 161–164.
- LIU L R, SUN H J. Effect of Li’s hufu Tongbian scraping in patients with functional constipation[J]. *Chin Foreign Med Res*, 2022, 20(16): 161–164. (in Chinese)
- [8] 卢慧清, 王柏善, 谭锋慧. 李氏虎符铜砭刮痧疗法治疗心脾两虚证失眠症临床研究[J]. *新中医*, 2021, 53(15): 149–152.
- LU H Q, WANG B S, TAN F H. Clinical study on Li’s hufu Tongbian scraping therapy for insomnia with dual deficiency of the heart–spleen syndrome[J]. *J New Chin Med*, 2021, 53(15): 149–152. (in Chinese)
- [9] 王羽乔琳, 秦元梅, 钟远, 等. 虎符铜砭刮痧疗法的作用机制及临床应用进展[J]. *光明中医*, 2020, 35(21): 3475–3478.
- WANG Y, QIN Y M, ZHONG Y, et al. Mechanism and clinical application progress of Hufu Tongbian scraping therapy[J]. *Guangming J Chin Med*, 2020, 35(21): 3475–3478. (in Chinese)
- [10] 罗晓春, 吕曙光, 尚庆娟. 铜砭刮痧联合耳穴贴压治疗顽固性失眠疗效探析[J]. *中国民间疗法*, 2022, 30(10): 46–49.
- LUO X C, (LÜ/LV/LU/LYU) S G, SHANG Q J. Therapeutic effect of copper scraping combined with auricular point sticking on intractable insomnia[J]. *China’s Naturopathy*, 2022, 30(10): 46–49. (in Chinese)
- [11] 王雷, 李道政. 刍议李氏砭法八大理论特色[J]. *实用中医内科杂志*, 2021, 35(7): 92–94.
- WANG L, LI D Z. Characteristics of LI’s scraping method and eight core theories[J]. *J Pract Tradit Chin Intern Med*, 2021, 35(7): 92–94. (in Chinese)
- [12] 方凌菁, 郑晓萍. 李氏虎符铜砭刮痧联合耳穴压豆干预肝郁化火型不寐患者的效果[J]. *中国医学创新*, 2024, 21(12): 83–87.
- FANG L J, ZHENG X P. The effect of Li’s tiger talisman copper needle scraping combined with auricular point pressure beans on patients with insomnia with pattern of liver depression transforming into fire[J]. *Med Innov China*, 2024, 21(12): 83–87. (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。