

DOI: 10.12209/CAIM202411120001

· 中西医结合临床案例 ·

穴位按摩联合耳穴贴压治疗 1 例 慢性胃炎胃痛患者的护理体会

李艳林, 许 冰

(北京中医药大学东方医院 脾胃肝胆科, 北京, 100078)

摘要: 本文总结 1 例穴位按摩联合耳穴贴压治疗慢性胃炎胃痛患者的护理体会。基于辨证施护理论, 给予中医特色护理技术耳穴贴压和穴位按摩, 治疗期间配合饮食护理、用药护理、疼痛护理及康复指导等, 有效缓解患者临床症状, 减轻疼痛, 从而提高患者睡眠及生活质量。

关键词: 慢性胃炎; 穴位按摩; 耳穴贴压; 胃痛; 中医护理

Nursing experience of acupressure combined with ear acupressure in the treatment of a patient with chronic gastritis and stomach pain

LI Yanlin, XU Bing

(Department of Spleen, Stomach, Liver and Gallbladder, Dongfang Hospital Beijing University of Traditional Chinese Medicine, Beijing, 100078)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of a patient with chronic gastritis and stomach pain treated with acupressure combined with ear acupressure. Based on the theory of dialectical nursing, traditional Chinese medicine characteristic nursing techniques such as ear acupressure and acupoint massage are given. During the treatment period, dietary care, medication care, pain care, and rehabilitation guidance are combined to effectively alleviate patients' clinical symptoms, reduce pain, and improve their sleep and quality of life.

KEY WORDS: chronic gastritis; acupoint massage; ear acupressure; stomachache; Traditional Chinese Medicine nursing

慢性胃炎是指病程长、反复发作的胃炎, 常常影响患者的生活质量^[1]。慢性胃炎患者会有胃脘疼痛、腹胀、暖气、恶心、呕吐及泛酸等症状^[2], 中医理论认为, 慢性胃炎发病机制为肝、脾、肾功能失调, 饮食不节、情志不畅、外邪犯胃等导致胃气升降失调、气滞血瘀、不通则痛^[3]。传统的治疗方法包括药物治疗、饮食调理等, 但是这些方法存在一定的局限性。近年来, 耳穴贴压和穴位按摩作为一种非药物治疗方法, 逐渐被应用于慢性胃炎的治疗中^[4]。耳穴贴压和穴位按摩可通过刺激耳穴和身体穴位, 调整人体的气血流通, 促进消化功能的恢复, 从而达到治疗慢性胃炎的效果^[5]。通过耳穴贴压和穴位按摩治疗方式配合护理干预, 腹痛症状明显缓解, 不良反应小, 具有安全、经济及操作简便

等优势^[6]。本文回顾 1 例穴位按摩联合耳穴贴压治疗慢性胃炎胃痛患者的护理体会, 现报告如下。

1 临床资料

1.1 基本资料

患者男, 36 岁, 于 2024 年 9 月 2 日由门诊步行入院。患者有胃病史 3 年, 近 3 年来反复发作胃脘胀满疼痛, 服用多潘立酮或气滞胃痛颗粒可以缓解, 胃镜检查提示慢性浅表性胃炎、幽门螺旋杆菌阳性。行根除幽门螺旋杆菌治疗后, 近 1 年未再发作。患者 3 d 前与同事聚餐, 进食较多, 其后出现胃脘胀痛, 食后加重, 为求进一步诊治收住入院。刻下症见: 胃脘胀满, 疼痛明显, 食后加重, 暖气或矢气后可减轻, 暖气频作, 时有恶心反酸, 食

收稿日期: 2024-11-12

通信作者: 许冰, E-mail: 104593899@qq.com

OPEN ACCESS

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

欲较差,夜寐不安,小便调,大便 1 次/3~4 d,偏干。既往史:慢性胃炎 3 年,无其他慢性病史。

1.2 体格检查

患者体温(T)36.2℃,脉搏(P)62 次/min,呼吸(R)17 次/min,血压(BP)100/65 mm Hg;神志清楚,形体适中,心肺正常,腹软,剑突下轻压痛,肝脾肋下未及,墨菲征(-),余无其他阳性体征;舌质暗、有裂纹,苔薄白,脉滑。理化检查:2000 年胃镜检查提示慢性浅表性胃炎、幽门螺旋杆菌阳

性;大便常规:潜血(-)。

1.3 诊断及治疗

中医诊断:胃痛(胃气壅滞,气滞血瘀);西医诊断:慢性胃炎。予患者中脘穴、太冲穴、气海穴、神阙穴及后膝眼穴穴位按摩,每个穴位每天按摩 3 次,每次按摩 5~10 min。予患者耳穴贴压治疗,取穴肝、脾、胃、内分泌、神门、交感,嘱患者按压 2~3 次/d,3~5 min/次,患者 VAS 评分由 6 分降至 2 分。本例患者治疗干预过程,详见表 1。

表 1 治疗干预过程

时间	治疗干预
2024 年 9 月 2 日	入院后告知患者清淡饮食、补液治疗,予患者注射用间苯三酚肌肉注射治疗,穴位按摩及耳穴贴压治疗 1 次
2024 年 9 月 6 日	予患者继续清淡饮食并补液治疗,穴位按摩及耳穴贴压治疗 1 次
2024 年 9 月 10 日	予患者清淡饮食,穴位按摩及耳穴贴压治疗 1 次

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 疼痛评估

应用视觉模拟评分法(VAS)^[7],0 分为无痛,1~3 分为轻微痛(轻度),4~6 分为比较痛(中度),7~9 分为非常痛(重度),10 分为剧痛(极重度)。本例患者 VAS 评分为 6 分,属中度疼痛。

2.1.2 睡眠质量评估

匹兹堡睡眠质量量表(PSQI)总分范围 0~21 分,得分越高,表示睡眠质量越差^[8]。0~5 分为睡眠质量很好,6~10 分为睡眠质量还行,11~15 分为睡眠质量一般,16~21 分为睡眠质量很差。本例患者评分为 11 分,睡眠质量一般。

2.1.3 大便性状评估

Bristol 大便性状分型量表(BSFS)分为 7 个等级^[9],分别为 I 型(粪便呈分散坚果样)、II 型(粪便呈现腊肠样或硬结状)、III 型(粪便呈腊肠样,表面有裂缝)、IV 型(粪便表明较为光滑,呈现柔软样腊肠便)、V 型(粪便为软团状)、VI 型(糊状便)及 VII 型(水样便)。本例患者大便性状为 II 型。

2.2 护理诊断

急性疼痛与脉络瘀阻有关;睡眠形态紊乱与疼痛有关;便秘与胃肠功能紊乱有关。

2.3 护理计划

经过一系列的护理评估及辨证分析,确定护理原则为疏通经络、化瘀散结,予患者耳穴贴压联合穴位按摩治疗。根据患者自身情况、心理状态及生活方式,为患者制定个性化健康教育计划,并

督促患者主动执行相关健康行为,以消除胃痛症状,改善睡眠质量,保持大便通畅,提高生活质量。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理

2.4.1.1 耳穴贴压

根据患者疾病特征选取穴位肝、脾、胃、内分泌、神门及交感。治疗前首先检查患者耳部有无破损及过敏情况,其次用探棒或止血钳在耳廓相应穴位上进行点按,当患者出现酸、麻、胀、痛为其阳性反应点,最后用 75% 酒精进行擦拭,把王不留行籽贴在相应穴位上进行按压点揉,随后加强刺激^[10]。耳穴贴压每周贴 2 次,7 d 为一疗程,嘱患者每天按压 2~3 次,3~5 min/次。

2.4.1.2 穴位按摩

慢性胃炎是一种常见的胃部疾病,可使用穴位按摩来进行治疗。选取的穴位为中脘穴、足三里穴、气海穴、神阙穴及天枢穴,按摩时使用拇指或中指,以顺时针方向按揉或以旋转或揉捏的方式按摩,以上每个穴位每天按摩 3 次,按摩 5~10 min/次,连续治疗 7 d。以上穴位按摩可帮助患者缓解胃部不适,促进胃肠蠕动,提高消化功能等,但需要注意的是穴位按摩不能完全替代药物治疗,如果患者的症状严重或持续时间较长,应引起重视^[11]。

2.4.2 饮食调理

该患者除胃痛外,幽门螺旋杆菌检测为阳性,要避免暴饮暴食辛辣、油腻、刺激性食物,少喝咖啡、酒等刺激性饮料,包括腌菜、腊肉及腊鱼等食物,多食清单易消化和富含纤维素多的食物,如米粥、面条、蒸鱼及水果蔬菜等。

2.4.3 疼痛护理

记录患者疼痛的时间、部位、性质、程度及伴随症状,诱发因素有哪些;做好胃痛的心理护理,做好思想工作,帮助其建立战胜疾病的信心,告知患者胃痛是慢性胃炎发作的一个症状,治疗后会逐渐缓解,如腹痛剧烈难以忍受,可遵医嘱使用止痛药。

2.4.4 药物治疗

针对患者病情及病因,遵医嘱予患者消炎药抗酸剂、胃黏膜保护剂、抗幽门螺旋杆菌药物,具体为注射用奥美拉唑、左氧氟沙星注射液,阿莫西林克拉霉素分散片、枸橼酸铋钾胶囊等。

2.4.5 生活方式改善

保持良好的生活习惯,如规律作息,避免熬夜昼夜颠倒,早睡早起;适量运动,每周规律活动2~3次,以快走或慢跑为宜,以运动后感觉轻松愉快为适量,如果感觉疲劳不适即为过度;学会减轻压力,可以多与家人沟通交流,保持愉快的心情,当有压力时,可以做深呼吸、伸展运动等释放压力。

2.5 护理评价

根据疗效评定标准,干预1个疗程后,患者VAS疼痛评分由6分降至2分,疼痛明显减轻;BSFS等级由II型转至IV型,大便性状较前改善;患者PSQI测试总分11分降至6分,睡眠质量明显改善。

3 结果和随访

经过住院8d的治疗,患者腹痛症状较前明显改善,医生准许出院。患者出院7d后,进行电话随访,了解患者腹痛情况,患者自诉在家每日进行穴位按摩,经过改善饮食结构、适量运动等胃痛未再次复发。

4 讨论

慢性胃炎是指黏膜长期受到炎症刺激,导致胃黏膜的病理改变和功能障碍的一种疾病。常见症状包括上腹部疼痛、恶心、呕吐、食欲不振及腹胀等。慢性胃炎分为非萎缩性胃炎和萎缩性胃炎两种类型,其中萎缩性胃炎还会增加患胃癌的风险^[12]。常见的病因包括细菌感染、饮食不当、长期使用非甾体类抗炎药物等。诊断需要通过胃镜检查和组织病理学检查^[13]。慢性胃炎的常规治疗包括药物治疗、饮食调节、生活方式改变等。其中,

药物治疗是常用的方法,但是存在以下缺点:①药物治疗效果不稳定:不同患者对同一种药物反应可能不同,治疗效果也不稳定;②药物的副作用:常用的药物如抗生素、抗酸药等会对肝脏、肾脏等器官造成损害,长期使用还可能导致药物的耐受性^[14];③治疗周期长:慢性胃炎是一种慢性病,需要长期治疗,而药物的治疗效果可能需要几个月才能显现;④治疗费用高:药物治疗需要长期使用,费用较高,对患者经济负担较大。

“耳者宗脉之所聚也”,人体“十二经皆同于耳”,耳通过十二经络与肢体器官有着密切的联系。因此,当人体有疾病发生时,耳廓所对应的部位就会呈现病理反应点,通过刺激耳廓上的穴位就可减轻疼痛。耳穴贴压大都应用于疼痛、发热、降压及腹胀等疾病^[15]。耳穴贴压是一种简便易行、安全无副作用的疗法,使用于多种常见病、慢性病的辅助治疗。相应部位是根据人体患病时所采用的穴位,是耳穴贴压治疗原则中的首选穴位^[16]。本病例中采取的穴位分别为脾、胃、内分泌、神门及交感。脾、胃:选取此二穴为中医辨证穴,起到调和肝脾、恢复气机升降作用;内分泌穴:有抗炎作用,能抵御外来毒素的侵害,增加机体的抗毒功能,并降低血管通透性,使炎症渗出减少,提高机体免疫功能;神门:神门穴为镇静安神要穴,并具有镇痛的效果。

穴位按摩是一种中医疗法,在人体的穴位上施加压力或按摩,以调节人体的气血和功能^[17]。穴位按摩可促进血液循环、增强免疫力、缓解疼痛和改善身体的内部平衡。本病例所选的穴位之中,神阙属任脉的要穴,为“经络之总枢穴,经气之汇海”,能调和阴阳,具有“利水固脱”之功效;气海、中脘穴属任脉穴位,具有“温中化湿、和胃健脾、补气益元”的效果,指按其可减轻胃部幽门的痉挛,刺激胃蠕动;天枢与足三里穴是足阳明胃经穴位,具有“扶正培元、疏通经络”等作用,揉按其可缓解胃肠胀痛,改善机体免疫力。主穴合用,共同起到“和胃健脾、疏通经络、调理脾胃”的作用。宋艳平研究^[1]表明穴位按摩能有效改善慢性胃炎胃痛的症状。以上各穴联合按摩可共同改善胃肠道疾病,另外,穴位按摩安全便捷,患者易于接受,因此在临床应用较为广泛^[18]。慢性胃炎患者并发胃痛严重影响其生活质量,通过穴位按摩及耳穴贴压治疗能够有效缓解患者胃痛症状,改善睡眠,提高患者生活质量,并且方法简单、成本低,不良

反应少,可供临床参考。

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] 宋艳平. 耳穴压豆联合穴位按摩对慢性胃炎患者 NRS 评分及患者满意度的影响[J]. 实用临床医学, 2023, 24(1): 86-88.
SONG Y P. Effect of auricular point compression and acupoint massage on NRS score and patient satisfaction in patients with chronic gastritis [J]. Pract Clin Med, 2023, 24(1): 86-88. (in Chinese)
- [2] 胡婷婷, 杜毅. 胃脘痛病人中医特色护理研究进展[J]. 辽宁中医药大学学报, 2019, 21(10): 211-213.
HU T T, DU Y. Research progress of TCM nursing for patients with epigastric pain[J]. J Liaoning Univ Tradit Chin Med, 2019, 21(10): 211-213. (in Chinese)
- [3] 万晓燕. 中医护理方案对胃脘痛患者临床症状及护理效果的改善作用[J]. 国际护理学杂志, 2017, 36(10): 1365-1367.
WAN X Y. Effect of traditional Chinese medicine nursing scheme on improving clinical symptoms and nursing effect of patients with epigastric pain[J]. Int J Nurs, 2017, 36(10): 1365-1367. (in Chinese)
- [4] 熊引. 耳穴压豆联合穴位按摩护理对慢性胃炎患者心理状态、生活质量、疼痛程度的影响[J]. 当代护士(中旬刊), 2022, 29(11): 27-29.
XIONG Y. Effects of auricular point compression and acupressure nursing on mental state, quality of life and pain degree of patients with chronic gastritis [J]. Mod Nurse, 2022, 29(11): 27-29. (in Chinese)
- [5] 曹淑芝, 张乐乐, 张立敏. 四联疗法联合穴位按摩护理对 HP 相关胃炎患者的干预效果分析[J]. 四川中医, 2022, 40(1): 174-177.
CAO S Z, ZHANG L L, ZHANG L M. Analysis on intervention effect of quadruple therapy combined with acupoint massage nursing for patients with HP related gastritis [J]. J Sichuan Tradit Chin Med, 2022, 40(1): 174-177. (in Chinese)
- [6] 田征, 叶云. 耳穴贴压联合穴位按摩治疗老年人慢性咳嗽 1 例的护理病例报告[DB/OL]. 中西医结合临床案例库, 2024. DOI: 10.12209/CAIM202404100005.
TIAN Z, YE Y. Nursing report of a case of auricular point sticking combined with acupoint massage for the treatment of chronic cough in the elderly. [DB/OL]. Clinical archives of integrative medicine, 2024. DOI: 10.12209/CAIM202404100005. (in Chinese)
- [7] 王东, 唐兢, 莫珊, 等. 基于视觉模拟评分法和免疫功能指标评估全身麻醉复合腰方肌阻滞在老年妇科肿瘤患者围术期的应用价值[J]. 中国医刊, 2023, 58(4): 417-421.
WANG D, TANG J, MO S, et al. Evaluation of the perioperative application value of general anesthesia combined with quadratus lumborum block in elderly patients with gynecological tumors based on visual analog score and immune function indexes [J]. Chin J Med, 2023, 58(4): 417-421. (in Chinese)
- [8] 张红, 邓建华, 王芳. 中药药枕联合耳部按摩、耳穴贴压应用于 1 例慢性肾功能衰竭失眠患者的护理体会[DB/OL]. 中西医结合临床案例库, 2024. DOI: 10.12209/CAIM202405200003.
ZHANG H, DENG J H, WANG F. Nursing experience of using traditional Chinese medicine pillow combined with ear massage and ear acupoint pressing to treat a patient with chronic renal failure and insomnia. [DB/OL]. Clinical archives of integrative medicine, 2024. DOI: 10.12209/CAIM202405200003. (in Chinese)
- [9] RIEGLER G, ESPOSITO I. Bristol scale stool form. A still valid help in medical practice and clinical research [J]. Tech Coloproctol, 2001, 5(3): 163-164.
- [10] 叶璟, 叶玉珠, 潘铨. 耳穴压豆在改善高血压患者头痛头晕症状中的应用护理分析[J]. 中国现代医生, 2020, 58(5): 171-174.
YE J, YE Y Z, PAN Q. Nursing analysis of auricular acupoint pressing on improving headache and dizziness in patients with hypertension [J]. China Mod Dr, 2020, 58(5): 171-174. (in Chinese)
- [11] 韩广明, 赵伟, 吕迎春. 温中和胃汤联合耳穴压豆对脾胃虚寒型慢性胃炎患者治疗疗效及对血清 VIP、MTL 水平的影响[J]. 辽宁中医杂志, 2024, 51(7): 92-96.
HAN G M, ZHAO W, LYU Y C. Therapeutic effect of Wenzhou hewei decoction combined with ear acupoint pressing beans on patients with chronic gastritis of spleen and stomach deficiency cold type and its impact on serum VIP and MTL [J]. Liaoning J Tradit Chin Med, 2024, 51(7): 92-96. (in Chinese)
- [12] 王丽, 李玉春, 亚东, 等. 清热利湿和胃法联合穴

- 位按摩治疗Hp阴性慢性糜烂性胃炎(脾胃湿热型)的临床疗效评价[J]. 中国中医药现代远程教育, 2021, 19(24): 79-81.
- WANG L, LI Y C, YA D, et al. Evaluation on the clinical effect of clearing heat and promoting diuresis for harmonizing stomach method combined with acupoint massage in the treatment of hp negative chronic erosive gastritis (dampness-heat of spleen and stomach type) [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2021, 19(24): 79-81. (in Chinese)
- [13] 余婉贞. 抑酸和胃汤联合穴位按摩治疗肝郁脾虚型胆汁反流性胃炎34例临床观察[J]. 中国民族民间医药, 2021, 30(16): 97-99, 114.
- YU W Z. Clinical observation of 34 cases of bile reflux gastritis treated by Yic acid and Wei Decoction combined with acupoint massage [J]. Chin J Ethnomed Ethnopharmacy, 2021, 30 (16) : 97-99, 114. (in Chinese)
- [14] 陈英, 张宁, 游秋烟. 子午流注辰时穴位按摩对慢性胃炎疼痛的影响[J]. 临床合理用药杂志, 2021, 14(14): 150-151.
- CHEN Y, ZHANG N, YOU Q Y. Influence of acupoint massage on chronic gastritis pain during meridian day [J]. Chin J Clin Ration Drug Use, 2021, 14 (14): 150-151. (in Chinese)
- [15] 谢薇. 传承创新充分发挥中医特色优势: “耳穴特色疗法” 专栏导读[J]. 中西医结合护理, 2022, 8 (6): 1.
- XIE W. Inheritance and innovation: Giving play to the unique advantages of Traditional Chinese Medicine [J]. Chin J Integr Nurs, 2022, 8(6): 1. (in Chinese)
- [16] 陈秀慧, 王冬梅. 通腑泄热逐瘀汤灌肠联合耳穴压豆治疗重症急性胰腺炎临床观察[J]. 中国中医急症, 2022, 31(1): 133-135.
- CHEN X H, WANG D M. Clinical observation on the treatment of severe acute pancreatitis by Tongfu exhaling heat Zhuyu Decoction enema combined with ear-point pressure Dou [J]. J Emerg Tradit Chin Med, 2022, 31(1): 133-135. (in Chinese)
- [17] 王雪静, 卢英, 杨曼, 等. 腹部穴位按摩联合耳穴贴压治疗1例气血两虚型产后便秘患者的护理体会[J]. 中西医结合护理, 2022, 8(6): 103-106.
- WANG X J, LU Y, YANG M, et al. Abdominal acupoint massage combined with auricular point sticking and pressing for a patient with postpartum constipation with Qi and blood deficiency and related nursing measures [J]. Chin J Integr Nurs, 2022, 8 (6): 103-106. (in Chinese)
- [18] 许珊珊, 戴新娟, 王江玲. 基于内容分析法的气滞胃痛诊疗经穴文献研究[J]. 中国实用护理杂志, 2018, 34(25): 1983-1988.
- XU S S, DAI X J, WANG J L. Literature research on meridians and acupoints of stomachache with qi stagnation based on content analysis [J]. Chin J Pract Nurs, 2018, 34(25): 1983-1988. (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。