

DOI: 10.12209/CAIM202410080003

· 中西医结合临床案例 ·

小儿推拿治疗1例鼻炎患儿的护理体会

魏粉粉

(北京市昌平区中西医结合医院 儿科, 北京, 102208)

摘要: 本文总结1例采用小儿推拿的方法善患儿鼻炎症状的护理经验,从中医的整体观和辨证论治的角度出发,通过护理评估、辨证分析、护理诊断,制定合理的护理方案,运用小儿推拿中医外治法,达到益气固表、疏风散邪、固护脾胃、调和阴阳的效果,最终有效提高患儿免疫机能,改善患儿鼻炎症状,降低复发风险。

关键词: 变应性鼻炎; 鼻鼾; 小儿推拿; 临床护理

Treatment experience of pediatric massage for a child with rhinitis

WEI Fenfen

(Department of Pediatrics, Beijing Changping Hospital of Integrated Chinese and
Western Medicine Pediatrics, Beijing, 102208)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of a case of children's rhinitis symptoms treated with pediatric massage. From the perspective of holistic view of traditional Chinese medicine and syndrome differentiation, through nursing evaluation, syndrome differentiation analysis and nursing diagnosis, a reasonable nursing plan is formulated, and the external treatment of pediatric massage with traditional Chinese medicine can achieve the effect of tonifying qi and strengthening exterior, expelling wind and dispelling evil, strengthening spleen and stomach, and harmonizing Yin and Yang. Finally effectively improve the immune function of children, improve the symptoms of rhinitis, reduce the risk of recurrence.

KEY WORDS: Allergic rhinitis; Nasal congestion; Pediatric massage; Clinical care

过敏性鼻炎(allergic rhinitis, AR)影响着全球1%~45%的儿童,是困扰儿童的主要健康问题^[1]。2022年国内荟萃分析显示,中国0~18岁儿童青少年AR患病率达到18.46%^[2]。因此,AR成为全球关注的健康问题。AR属于中医“鼻鼾”,认为此病多由脏腑虚损、卫表不固、风寒异气乘虚而入犯及鼻窍,邪正相搏,使肺气不得通调,津液停聚,鼻窍壅塞所致^[3]。AR已然成为严重影响儿童身体健康的常见疾病,大部分患儿如果能够及时规范治疗,症状可得到有效缓解或改善。目前西医治疗儿童AR效果比较明显,大部分能够快速见效,但停药后患儿仍有较高的复发率,且长期用药不良反应较多,影响患儿的生长发育。中医护理具有预防为主、扶正祛邪、护病求本的特征,针对疾病的本质进行护理和治疗,是根治众多慢性病和疑难杂症的重要方法^[4]。小儿推拿在小儿腹泻、小儿便秘、AR方面取得了良好的临床效

果。本文总结1例采用小儿推拿的方法善患儿鼻炎症状的护理体会,现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患儿女,2岁,因“鼻塞流涕”就诊,患儿于2天前出现鼻塞流涕,2024-05-28遂来我院就诊。

1.2 查体

患儿神清,精神反应尚可,下眼睑可见青色,舌质淡胖,舌苔薄白,咽部充血,下鼻甲轻度肿胀,鼻道有清涕,纳可。双鼻黏膜苍白,水肿,鼻中隔居中,双中下鼻道见清晰分泌物,阵发咳嗽;大便日解,不成形,夜寐一般,喜趴睡。患儿无发热,晨起打喷嚏明显,夜间打呼噜、咳嗽等现象时有发生。

1.3 诊断

中医诊断:鼻鼾;肺脾气虚型。西医诊断:变应性鼻炎。

收稿日期:2024-10-08

OPEN ACCESS

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

1.4 治疗

中医治疗方案:头部四大手法,按揉印堂、鼻通、迎香穴,黄蜂入洞,补脾,清肺经,推三关,摩腹,揉肺腧,揉足三里。协助患儿取舒适体位,搓手至温热,开始进行小儿经穴推拿。1次/d,30 min/次;每6 d为1个疗程,共治疗2个疗程。第1疗程治疗结束后,患儿鼻塞、流涕及咳嗽等症状明显缓解;第2疗程后,患儿症状消失,家长结束治疗。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 鼻部症状评估

采用鼻部症状总评分(TNSS)对患儿鼻部症状进行评估,0分为无症状,3分为最严重,四大症状总分为0~12分。1次连续打喷嚏的个数得分为2分,每日擤鼻次数得分为3分,鼻塞得分3分,鼻痒得分2分,本例患儿总得分为10分。

2.1.2 咳嗽评估

使用咳嗽程度评分表(CET)进行咳嗽评估。采用Likert五分量表法,每个条目为1~5分,量表总分为5~25分,得分越高,表明咳嗽越严重。患儿总得分9分。

2.1.3 睡眠质量评估

使用BEARS睡眠筛查工具进行睡眠质量评估,根据入睡情况(Bedtime)、日间过度嗜睡(Excessive daytime sleepiness)、夜间觉醒(night Awakening)、睡眠习惯和时间(Regularity and duration of sleep)及打鼾(Snoring)5个方面询问家长患儿的睡眠情况。如果得到“是”的回答,则引起注意,需要进一步询问。患儿入睡时间>20 min,平均夜间觉醒2次,整夜打鼾,患儿存在3项睡眠问题。

2.2 护理诊断

清理呼吸道无效,与呼吸道过敏有关;睡眠状态紊乱,与分泌物过多有关;营养失调与脾胃不适,痰湿内生有关;知识缺乏,与家长缺乏对本病的认识有关;存在皮肤完整性受损的危险,与分泌物过多频繁擦拭有关。

2.3 护理计划

根据护理诊断制定护理计划:①从生活、饮食、心理方面进行健康指导,使患儿养成良好的生活习惯,科学合理地饮食,减少因病引起的心理负担。②发挥中医特色护理技术,清宣肺气,利通鼻窍。改善患儿的免疫系统及提高人体机能并重,最终达到培元固本、增强抗疫能力,防止病情的复发。

2.4 护理措施

2.4.1 中医护理特色技术

2.4.1.1 头部四大手法:即开天门、推坎宫、揉太阳和揉耳后高骨。①开天门:用双手拇指交替从两眉正中推至前发际,推100~150次,可以疏风解表,开窍醒脑,有助于缓解小儿鼻炎引起的头痛、鼻塞等症状。②推坎宫:用双手拇指从眉头向眉梢分推,推100~150次。推坎宫能够疏风清热,明目止痛,对于改善小儿鼻炎引起的眼部不适和头部胀痛有一定的帮助。③揉太阳:眉梢与眼角延长线相交处,眉后按至凹陷处,以拇指或中指指端在穴位上,由此做弧形或环形运转推动,次数200次,具有疏风解表,调节阴阳,清利头目,止头痛。④揉耳后高骨:耳后入发际,乳突后缘下陷中,即两侧耳后入发际高骨下凹陷中,次数200次。此法起到疏风解表,宣通鼻窍,补肺健脾,温阳通脉的作用。

2.4.1.2 按揉印堂:印堂穴位于面部,两眉头连线的中点,次数200次。此法具有疏通气血,疏散外邪,宣通鼻窍之功。

2.4.1.3 按揉鼻通、迎香穴:鼻通位于鼻甲与鼻翼软骨的交界处,次数300次。迎香在鼻翼旁0.5寸,鼻唇沟中,次数300次。擦鼻骨两侧,从鼻根擦至迎香穴,上下搓揉至透热为度。此法使得鼻部气血流畅,经络疏通,宣泄邪气,宣通鼻窍。

2.4.1.4 黄蜂入洞:用食指和中指两个手指头,放到患儿鼻孔的下边轻轻揉动,揉2 min。此法起到疏风解表、通鼻开窍作用,缓解鼻塞,温补阳气。

2.4.1.5 补脾经:脾经位于拇指末节罗纹面,操作时,患儿拇指屈曲,循拇指桡侧边缘向掌根方向直推为补,称补脾经,次数300次。

2.4.1.6 清肺经:肺经位于无名指末节罗纹面。操作时由指根向指尖方向直推,称为清肺经,次数300次。肺经与脾经属五经穴,推拿五经穴可以健脾和胃补气血,调节脏腑机能,增强卫气功能,抵住外邪侵入。

2.4.1.7 摩腹:将手掌置于肚脐部,然后采取一定力度以脐部为圆心,由小到大做环形而有节律地抚摸,称为摩腹,时间约5分钟。此法具有调理脾胃之气,能补气健脾,消食导滞。

2.4.1.8 按揉肺腧:肺腧位于儿童背部第三胸椎棘突下,旁开1.5寸处,次数300次。肺俞穴是肺脏的经气汇聚于背部之所在,是足太阳膀胱经上面的一个重要穴位,本身有着宣肺止咳以及通络

的效果,能补益肺气。

2.4.1.9 按揉足三里穴:足三里穴位于小腿前外侧,当犊鼻下3寸距胫骨前缘一横指,次数300次,具有健脾益胃,和中补气,培元固本的功效。

2.4.1.10 推三关:三关穴位于前臂桡侧,腕横纹至肘横纹,即太渊至曲池成一直线。用食指、中指指腹,自手腕向手肘做直推,称为推三关,次数300次。此法能温阳散寒,补气行气,可以刺激儿童的免疫功能,增强抗病能力。

2.4.1.11 捏脊:位置在龟尾至大椎穴的一条直线。操作时患儿取俯卧位,从龟尾穴捏至大椎穴,次数6遍。

2.4.2 健康指导

让患儿尽量避免接触已知的过敏原,如宠物羽毛、花粉等。保持室内定时通风,被褥保持干燥,定期晾晒,家中不要使用地毯,夏天尽量不吹空调,或避免空调直吹,夜晚不受空调风。鼓励患儿经常参加体育锻炼,如登山、跑步、跳绳、骑车等,有利于宣肺加强利气,益气固表的作用,使得抵抗力增强,抗病能力加强。运动时多接受太阳照射,规律作息,早睡早起。注意气候的影响,不要骤然进出冷热聚变的环境,秋冬季节气温变化,

应及时添加衣服。

2.4.3 饮食指导

饮食调理宜多吃维生素C含量丰富的蔬菜、水果、谷类。维生素可有效减缓过敏现象,如胡萝卜、深绿色的蔬菜、燕麦等。一些凉性的食物应少吃或不吃,如西瓜、冷饮等。避免生冷、油腻、辛辣刺激食物、鱼虾以及已知的致敏食物。

2.4.4 情志护理

由于年龄的不同,患儿的心理特点也不同,护理人员应仔细观察患儿情绪变化,关心体贴患儿,多与患儿进行沟通交流;保持亲切、温和的态度,语气要温柔、和蔼、热情,使其减少恐惧,有安全感,取得患儿的信任;安慰患儿,减轻其负面情绪;加强与患儿家长的沟通,鼓励其参与到患儿的治疗和护理工作中。

2.5 护理评价

第一次治疗后患儿喷嚏流涕症状较前好转,连续治疗六次1个疗程后,患儿鼻塞、流涕、打喷嚏症状明显好转,经过2个疗程规范的治疗后,患儿精神状态明显好转,流涕、鼻塞、咳嗽症状消失,偶有喷嚏,大便正常,饮食尚可,眠安。患儿较前活泼好动,面色红润,详见表1。

表1 疗效评估

评估项目	治疗前	治疗1疗程后	治疗2疗程后	评定标准
TNSS/分	10	5	0	无鼻部症状
CET/分	9	5	5	无咳嗽
BEARS	3项回答“是”	1项回答“是”	无	睡眠质量好

3 结果和随访

经干预,有效地控制患儿打喷嚏、鼻塞及流涕的症状,改善患儿的睡眠。治疗结束1周后,给予电话随访,家属诉患儿鼻塞、咳嗽症状消失,眠安。中医特色护理有效改善患儿的临床症状,提高患儿的生活质量,缓解家长的焦虑情绪。

4 讨论

AR病症的引起原因主要是两个方面,一个是遗传因素,另一个是环境因素。AR的最大特点是复发性,患儿在接触到致敏原后,病症会复发。AR的高复发率严重影响患儿身体发育。目前对AR患儿主要是采用西医治疗,其的优点是能快速缓解其临床症状,但是复发率高。中医疗法注重标本兼治,中医外治法在临床多个领域取得良好的反馈^[5-6]。临床上使用中医推拿治疗AR

患儿时,首先需要充分掌握AR中医发病机制。中医认为AR疾病属于“鼻鼽”范畴,病症引起原因是肺脾虚弱,引起患者身体正气不足,正气朝导致外邪乘虚而入,因此形成AR。基于辨证分型,患儿AR多由于肺脾正气不足引起,可以使用宣肺通窍、扶正祛邪、调理脏腑为主要治疗原则^[7]。根据中医治疗理论,对患儿使用推拿治疗,其手法选择的穴位中,主要以宣肺通窍为主,并且携带疏通经络,调理脏腑;推拿的穴位中加入祛邪扶正穴位,以此来帮助患儿根除疾病,减少AR病症的复发^[5,8-9]。小儿AR的病位在脾肺,因此治疗应以补脾益肺、卫外固表为原则。本案采用辨证论治施以中医外治疗法,在小儿相应的腧穴位置,运用推、按、揉、捏等手法进行穴位推拿,对人体机能产生良性刺激,达到增强身体免疫力、缓解患儿鼻炎症状^[10-11]。

综上所述,推拿治疗鼻炎患儿的临床应用价

值较为理想,有利于缓解临床症状,提升临床治疗效率,加快患儿康复进程,有利于改善患儿预后。但本病例疗效观察仍存在一些不足,仅为个案分析,缺少系统性、全面性的长期观察。关于推拿治疗鼻炎患儿的特色疗法的效果,还需在临床上进行更加深入、长远的探究,以更好地进行优化,从而为患儿提供更优质的护理服务。

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] 中华耳鼻咽喉头颈外科杂志编辑委员会鼻科组,中华医学会耳鼻咽喉头颈外科学分会鼻科学组、小儿学组. 儿童变应性鼻炎诊断和治疗指南(2022年,修订版)[J]. 中华耳鼻咽喉头颈外科杂志, 2022, 57(4): 392-404.
CHINESE JOURNAL OF OTOLARYNGOLOGY HEAD AND NECK SURGERY EDITORIAL COMMITTEE NASAL DEPARTMENT GROUP, CHINESE MEDICAL ASSOCIATION OTOLARYNGOLOGY HEAD AND NECK SURGERY BRANCH NASAL SCIENCE GROUP, PEDIATRIC GROUP. Guideline for diagnosis and treatment of pediatric allergic rhinitis (2022, revision) [J]. Chin J Otorhinolaryngol Head Neck Surg, 2022, 57(4): 392-404. (in Chinese)
- [2] 王睿坤,梁洁琼,韩伟,等. 2001—2021年中国儿童青少年过敏性鼻炎患病率的Meta分析[J]. 中华预防医学杂志, 2022, 56(6): 784-793.
WANG R K, LIANG J Q, HAN W, et al. Prevalence of allergic rhinitis in Chinese children from 2001 to 2021: meta analysis [J]. Chin J Prev Med, 2022, 56(6): 784-793. (in Chinese)
- [3] 齐丹,李天星,郑洁,等. 儿童过敏性鼻炎中医外治法研究进展[J]. 中国民间疗法, 2024, 32(9): 107-110.
QI D, LI T X, ZHENG J, et al. Research progress on external treatment of allergic rhinitis in children with traditional Chinese medicine [J]. China's Naturopathy, 2024, 32(9): 107-110. (in Chinese)
- [4] 陈秀香,邹泰基,张书山,等. 过敏性鼻炎中西医结合诊疗综述[J]. 中国医药导刊, 2019, 21(3): 148-151.
CHEN X X, ZOU T J, ZHANG S S, et al. Review on the diagnosis and treatment of allergic rhinitis by integrating traditional Chinese and western medicine [J]. Chin J Med Guide, 2019, 21(3): 148-151. (in Chinese)
- [5] 荆丽娟,冉红梅,陈凤国. 小儿推拿治疗儿童变应性鼻炎的临床疗效观察[J]. 深圳中西医结合杂志, 2020, 30(12): 39-41.
JING L J, RAN H M, CHEN F G. Clinical observation on children's allergic rhinitis treated by massage [J]. Shenzhen J Integr Tradit Chin West Med, 2020, 30(12): 39-41. (in Chinese)
- [6] 王悦,刘文可,张英,等. 小儿推拿呵护孩子健康成长(五十八): 过敏性鼻炎的推拿治疗[J]. 家庭中医药, 2019, 26(5): 23-25.
WANG Y, LIU W K, ZHANG Y, et al. Massage for children to protect their healthy growth (58) — massage therapy for allergic rhinitis [J]. Fam Tradit Chin Med, 2019, 26(5): 23-25. (in Chinese)
- [7] 徐晓伟,李守栋. 宣肺健脾推拿疗法治疗小儿过敏性鼻炎的临床观察[J]. 浙江中医药大学学报, 2018, 42(7): 576-579.
XU X W, LI S D. Clinical study of dispersing the lung Qi, strengthening the spleen massage in treatment of pediatric allergic rhinitis [J]. J Zhejiang Chin Med Univ, 2018, 42(7): 576-579. (in Chinese)
- [8] 励雄. 通元固本法推拿治疗学龄前期儿童过敏性鼻炎的临床疗效观察[D]. 广州: 广州中医药大学, 2020.
- [9] 时亚娟,张娟,赵颖,等. 推拿治疗小儿变应性鼻炎的系统评价[J]. 辽宁中医杂志, 2018, 45(2): 229-232.
SHI Y J, ZHANG J, ZHAO Y, et al. Systematic evaluation on clinical curative effects of tuina for allergic rhinitis in children [J]. Liaoning J Tradit Chin Med, 2018, 45(2): 229-232. (in Chinese)
- [10] 柯珂,张宏,王晓伟. 推拿联合鼻炎膏治疗小儿过敏性鼻炎临床观察[J]. 山西中医, 2020, 36(11): 34-35.
KE K, ZHANG H, WANG X W. Clinical observation on massage combined with rhinitis ointment in the treatment of allergic rhinitis in children [J]. Shanxi J Tradit Chin Med, 2020, 36(11): 34-35. (in Chinese)
- [11] 严蕴华,廖彩凤. 推拿辅助治疗儿童过敏性鼻炎临床观察[J]. 光明中医, 2023, 38(17): 3414-3416.
YAN Y H, LIAO C F. Massage-assisted therapy in the treatment of allergic rhinitis in children [J]. Guangming J Chin Med, 2023, 38(17): 3414-3416. (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。