

DOI: 10.12209/CAIM202411250005

· 中西医结合临床案例 ·

运用镜像疗法联合中医护理改善 1 例 锁骨骨折后肢体功能受损患者临床症状的护理

董春玲, 李 菁, 温宗麟, 张 颖

(上海中医药大学附属曙光医院 推拿科, 上海, 201203)

摘要: 本文总结 1 例运用镜像疗法联合中医护理改善锁骨骨折后肢体功能受损患者临床症状的护理体会。在镜像疗法康复锻炼的基础上运用中医特色护理技术, 包括中药封包技术、五行音乐疗法、耳穴埋豆及芳香疗法等, 较好的促进患者患侧上肢活动功能的恢复, 改善心理状态, 提高患者生活质量。

关键词: 镜像疗法; 中医特色护理; 锁骨骨折; 活动受限; 护理报告

Nursing care of a patient with limb dysfunction after clavicle fracture using mirror therapy combined with traditional Chinese medicine nursing to improve clinical symptoms

DONG Chunling, LI Jing, WEN Zonglin, ZHANG Ying

(Department of massage, Shuguang Hospital Affiliated to Shanghai University of

Traditional Chinese Medicine, Shanghai, 201203)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of using mirror therapy combined with traditional Chinese medicine nursing to improve the clinical symptoms of a patient with limb dysfunction after clavicle fracture. On the basis of mirror therapy rehabilitation exercise, traditional Chinese medicine characteristic nursing techniques are applied, including traditional Chinese medicine packaging technology, five element music therapy, ear acupoint embedding and aromatherapy, etc., which effectively promote the recovery of upper limb activity function on the affected side of the patient, improve psychological status, and enhance the patient's quality of life.

KEY WORDS: mirror therapy; Traditional Chinese Medicine characteristic nursing; clavicle fracture; restricted activities; nursing report

因骨质疏松、营养状况欠佳、疼痛及制动时间久等问题, 老年人骨折后的愈合相对较慢, 功能恢复时间较长, 影响患者生活质量, 甚至增加跌倒的风险。研究表明, 镜像疗法在骨折术后康复过程中表现出明显优势, 对疼痛缓解、功能恢复都有良好的效果^[1]。本案例将镜像疗法运用肢体康复锻炼中, 并联合中药封包、耳穴压丸、音乐疗法及芳香疗法等, 改善 1 例锁骨骨折后肢体功能受损的老年患者临床症状, 效果良好, 现报告如下。

1 病历资料

1.1 一般资料

患者女性, 71 岁, 因“右侧肢体活动不利 1 年余”于 2024 年 9 月 14 日收入我科。入院时患者神志清, 纳一般, 寐可, 大小便正常。既往 2 型糖尿病 1 年, 空腹最高血糖 7 mmol/L, 目前服用阿卡波糖片 50 mg 口服, 3 次/d, 捷诺维 100 mg, 1 次/d, 以控制血糖, 血糖控制可; 高血压病 1 年余, 最高至 160/90 mm Hg, 目前口服苯磺酸氨氯地平 10 mg, 1 次/d, 以控制血压, 血压控制可; 帕金森病 4 月

收稿日期: 2024-11-25

基金项目: 上海市卫生健康委员会中医药科研项目(2022QN091);

上海市体育科技项目(24Q001)

OPEN ACCESS

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

余,口服盐酸金刚烷胺片 100 mg,1 次/d,多巴丝肼片 1/4 粒,3 次/d,多奈哌齐片 5 mg,1 次/d。目前患者呈焦虑状态,现口服赛乐特 20 mg,1 次/d。患者于 2024 年 3 月不慎外伤导致右锁骨骨折,活动不利,X 线提示右锁骨干骨折后,右肩胛盂下缘形态欠规则;右肩退变,骨质疏松。于 2024 年 04 月行臂丛下(右)锁骨骨折切开复位内固定术,术顺安返,术后予消炎止痛、消肿、营养神经、改善循环、营养支持及促进骨折愈合等对症治疗后出院,后长期进行康复治疗。

1.2 查体

患者神志清楚,呼吸平稳,对答欠佳,记忆力、逻辑能力、定向力减退,计算力减退,无眼睑下垂,无流涎,颈部无抵抗,四肢肌张力 1+,右上肢肌力 4 级,右下肢肌力 4 级,左侧肢体肌力 5 级,右侧巴氏征(+)。舌暗,苔薄白,脉弦。

1.3 诊断及治疗

入院中医诊断为痹症(气滞血瘀证),西医诊断为锁骨骨折(术后)、脑梗死后遗症、老年性骨质疏松、炎性脊椎病、帕金森综合征、高血压病 2 级(极高危)、2 型糖尿病、焦虑状态。根据患者的临床症状,采取“活血化瘀,舒筋通络”的中医治疗原则。自入院后运用镜像疗法,联合中药封包、耳穴埋豆等中医护理技术进一步促进患者康复,并采用五行音乐疗法及芳香疗法改善患者情绪。经过 14 d 的治疗干预,患者已于 2024 年 9 月 27 日出院,肩关节与手功能得到改善,肩关节疼痛已缓解,生活自理能力已提高到轻度依赖,患者住院期间无跌倒坠床等不良事件发生。

2 护理

2.1 护理评估

予患者肩关节功能评估,Constant 肩关节评分总分为 100 分,分数越高,表示肩关节功能越好。本例患者入院时评分为 25 分,说明肩关节功能差。手部功能评估采用雷蒙迪手功能分级评估,具体分为 0~5 级,等级越高,表示手功能恢复情况越好。患者入院时手功能为 1 级,说明手功能情况较差。患者肩关节疼痛 NRS 评分为 4 分,属中度疼痛。自理能力 ADL 评分为 20 分,属重度依赖。约翰霍普金斯跌倒风险评估为 20 分,属高风险。

2.2 护理诊断

躯体活动障碍与右锁骨干骨折损伤有关;自

理能力缺陷与骨折后肢体功能障碍有关;疼痛与右锁骨干骨折手术有关;有跌倒的危险与患者年老体虚、肢体功能障碍有关。

2.3 护理计划

根据患者实际及因疼痛原因康复锻炼依从性欠佳等问题,制定个性化护理计划和目标。予患者个性化中西医结合护理,运用镜像疗法为主,多种康复动作为辅助的功能锻炼方法,改善患者肩部和手部的活动障碍,提高生活自理能力、降低跌倒的危险;运用中医特色护理技术减轻患者肩部疼痛症状,改善不良情绪促进康复依从性。

2.4 护理措施

2.4.1 基础护理及安全护理

本例患者喜静,为患者提供安静舒适、温湿度适宜的病房环境。注意观察肩部疼痛及活动受限的时间、强度、与体位变化关系及有无皮肤感觉异常,每日定时测量血糖。预防跌倒也是该患者的重要护理内容,护士协助病人完成个人日常活动,穿防滑鞋,注意地面湿滑等问题,同时也做好家属的安全教育。

2.4.2 饮食指导

老年患者饮食偏清淡,为促进患者骨骼的愈合,建议患者吃低蛋白、低热量且易消化的食物,避免辛辣刺激性、坚硬难消化的食物,保持大便通畅。

2.4.3 情志护理

针对患者比较明显的焦虑状态,除日常关心安慰外,根据患者的喜好选择五行音乐疗法,日间患者进行各项康复治疗时多选择宫音,如《春江花月夜》及《平湖秋月》等,曲调悠扬沉静、醇厚庄重,入脾;角音,如《蓝色多瑙河》及《汉宫秋月》等曲调清切爽朗,舒畅调达,入肝;徵调,如《百鸟朝凤》及《山居吟》等,旋律热烈欢快、活泼轻松,入心;商调,如《金蛇狂舞》及《嘎达梅林》等,铿锵肃劲,使人安宁,入肺。五行音乐疗法能够减轻疼痛感和焦虑,从而提高锻炼依从性。患者入睡前,多选择运用徵调音乐养心,配合羽乐,促进患者睡眠。予患者芳香疗法,科室采用薰衣草精油、佛手柑精油、天竺葵精油以 1:2:3 配比调和成复方精油,或根据患者的喜好,选用具有止痛或安眠作用的精油,在患者病房中,于晨起后 1 h 和入睡前 1 h 加入插电式香薰灯中,2 次/d,30~60 min/次。

2.4.4 镜像疗法

在患者的右侧肩关节及上肢功能锻炼过程

中,采用镜像疗法,即将一面镜子沿中矢状面放置,反射面位于患者左侧。患者身体微向前倾,以能看清镜面内的健侧肢体为宜。健侧上肢在医师指导下进行深呼吸并注意缓慢至全角度为原则。指导患者使用未健侧手臂进行锻炼和活动,包括耸肩、上肢上举、体侧外旋、前屈、外展及手部抓握等锻炼,锻炼过程中注意从镜子中观察健侧手臂的移动,并想象镜中的倒影是活动受限的右肩和右臂。予患者镜像疗法 1 次/d, 10~30 min/次,详见图 1。



图1 镜像疗法

2.4.5 中医护理技术

2.4.5.1 中药封包

采用科室自拟方进行中药封包技术,组方包括桂枝、制川乌、制草乌、千年健、路路通、木瓜、没药、乳香、地枫皮及红花等。通过专用蒸锅用隔水蒸的方式将药包加热 2 h 至 70℃,用毛巾包裹后温度降至患者能耐受为宜,置于患处。创新用一次性保温袋外包封包袋,再绷带固定局部,使封包在 30 min 内温度恒定在 45~50℃,达到功效的同时,保护患者皮肤避免烫伤。住院期间中药封包治疗,2 次/d, 20 min/次,2 周为一疗程。

2.4.5.2 耳穴贴压

为改善患者肩部疼痛症状,选取取肩、锁骨、肝、脾、皮质下、交感及神门等穴,将磁珠用医用胶布固定后贴于耳穴并固定,用大拇指和食指每穴按压,3 次/d, 3 min/次,贴压 48 h 后更换对侧耳穴治疗,双耳交替进行。本例患者住院期间隔日治疗 1 次,累计治疗 7 次。

2.4.6 健康指导

采用多种形式加强对患者的健康指导,与患者及家属共同探讨病情,制定适合该患者个人的康复锻炼内容。采用手绘、卡通、卡片及视频等多种形式,指导患者学会肩关节功能锻炼方法。手绘及卡通制作正确姿势图片发放给患者,帮助患

者学会动作要领,锻炼内容具体如下:①手指爬墙:患者面向墙壁站立,患侧手指接触墙面从低到高向上爬行,当手指爬行到最大高度后,手掌稍用力压墙面,然后缓缓爬回原处,重复 2~3 次。②划圈法:站立,患肢伸直手臂,以肩膀为中心,在空中做画圆圈动作,顺时针和逆时针交替,重复 10~15 次。③体后棍棒操:患者双手在身体后握住棍棒,比肩稍宽,健肢通过棍棒带动患肢做左右摆动和上下摆动,各摆动 10~15 次。各项功能锻炼循序渐进,避免损伤。

2.5 护理评价

经综合护理干预后,患者出院时 Constant 肩关节评分为 45 分;雷蒙迪手功能分级为 2 级;肩关节疼痛 NRS 评分为 0 分,属于无痛;ADL 评分 45 分,属重度依赖;跌倒评分为 13 分,属中风险。患者能保持良好的生活习惯及清淡饮食,能按时服药,血糖控制稳定。目前患者情绪稳定,积极配合康复锻炼,夜寐安,干预前后各项指标改善情况,详见表 1。

表1 疗效评估

评估项目	干预前	干预后
Constant 肩关节评估	25 分	45 分
雷蒙迪手功能分级	1 级	2 级
NRS	4 分	0 分
ADL	20 分	45 分
约翰霍普金斯跌倒风险评估	20 分	13 分

3 结果和随访

本例患者经过 14 d 的中西医治疗与护理,已于 2024 年 9 月 27 日出院,生活自理能力已提高到轻度依赖,住院期间无跌倒坠床等不良事件发生。在中医护理技术治疗期间,镜像疗法联合中药封包治疗、五行音乐疗法等依从性及耐受度均达到 100%。患者出院一周内进行电话随访,患者生活自理能力较出院时无下降,意识清晰,饮食已逐步恢复正常,心理状况良好。指导患者每日进行康复锻炼,保持良好的生活习惯,定期来院复诊。

4 讨论

该个案患者年龄较大,活动康复本身存在一定的困难,对老年患者而言,骨折后的康复尤其困难,加之患者因疼痛对康复锻炼有一定的抗拒,导致患者上肢、手指存在一定的废用性萎缩。因此,寻找一种更有效的康复治疗方法至关重要^[2-3]。

镜像疗法(Mirror Therapy, MT)是一种通过模仿正常运动方式来帮助康复的方法,让患者进行对称运动来提高肢体功能和运动能力,广泛应用于卒中患者的康复,对卒中引起的各种障碍产生积极的影响^[4]。近年来,越来越多的文献报道MT可改善卒中引起的运动功能障碍^[5],缓解卒中患者的肩痛问题^[6]。在其他关节损伤的康复治疗中,镜像疗法已取得良好的效果^[7-8]。MT基于镜像神经元理论,中枢作用机制获得神经生理学研究的支持^[9],镜像疗法会使大脑内的镜像网络被广泛激活,其中一部分包括运动前区、中央前回下部、额下回后部以及顶下小叶嘴侧,另一部分为岛叶、杏仁核、扣带回前部、基底节区前一部分和运动计划相关,而后一部分则同情绪、疼痛中枢调节相关。因此,虽然方法本身是“被动”的,但却在肢体功能恢复中起到积极的促进作用^[10]。

镜像疗法在术后康复过程中表现出明显优势,疼痛缓解效果显著,肩关节功能恢复速度较快^[11]。该案例采用早期介入镜像疗法,通过想象进行运动锻炼,强调借助视觉反馈效应,健侧活动及想象刺激大脑镜像神经元,从而在重建中枢神经系统的基础上,实现受损区域支配运动功能的恢复^[12]。故有助于提高患肢的存在意识及敏感性,并通过机体内部刺激实现运动感觉的诱发,使患者在患肢功能障碍期间仍可诱发运动感觉,进而激活与实际运动相似的神经生理作用^[13]。

该案例同时配合中医五行音乐疗法^[14],通过宣导经络,流通气血,舒体悦心,调治人体。对五音疗法的使用,注意个性化选择,遵循“三因”制宜,即因人、因时、因地制宜,配合芳香疗法^[15]和耳穴埋豆,经由机体五脏相应的耳穴疗法疏导情志,从而对机体脏腑经络施以有效调节,促进机体内部阴阳平衡,气血调和,能够更好的缓解患者情绪^[16],且在减轻疼痛方面有较好的疗效^[17]。另外,应用中药封包活血化瘀、疏筋通络、散寒止痛,以热为媒介,将中药随热经皮肤作用到病灶,经皮吸收发挥药物的疗效,助长其通络温中之效^[18],进一步印证音乐疗法、芳香疗法在缓解患者负面心理方面的积极作用。

通过采用镜像疗法结合多种中医护理技术,能够改善老年患者的焦虑情绪改善,提高康复锻炼的依从性,促进老年患者锁骨骨折后的康复。操作简便廉,对于老年骨折患者的康复具有积极的作用。该个案研究未采用实验抽样的方法,缺

乏实验控制的严谨性,存在代表性不足等问题,普适性需进一步临床数据验证。

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] 张凯三, 冯雯雯, 丁晓明, 等. 镜像原理在骨科临床诊断与治疗中应用的研究进展[J]. 中国骨与关节损伤杂志, 2023, 38(5): 558-560.
ZHANG K S, FENG W W, DING X M, et al. Research progress on the application of mirror principle in clinical diagnosis and treatment of orthopedics [J]. Chin J Bone Jt Inj, 2023, 38(5): 558-560. (in Chinese)
- [2] GAGNIER J, BEDI A, CARPENTER J, et al. A 5-year follow-up of patients treated for full-thickness rotator cuff tears: a prospective cohort study[J]. Orthop J Sports Med, 2021, 9(9): 23259671211021589.
- [3] AUDIGÉ L, AGHLMANDI S, GROBET C, et al. Prediction of shoulder stiffness after arthroscopic rotator cuff repair [J]. Am J Sports Med, 2021, 49(11): 3030-3039.
- [4] GANDHI D B, STERBA A, KHATTER H, et al. Mirror therapy in stroke rehabilitation: current perspectives [J]. Ther Clin Risk Manag, 2020, 16: 75-85.
- [5] THIEME H, MORKISCH N, MEHRHOLZ J, et al. Mirror therapy for improving motor function after stroke [J]. Cochrane Database Syst Rev, 2018, 7(7): CD008449.
- [6] 蒋洁, 马妍洁, 孙琦. 镜像疗法治疗肩手综合征所引起疼痛的效果分析[J]. 护理与康复, 2019, 18(4): 69-72.
JIANG J, MA Y J, SUN Q. Effect of mirror therapy on pain caused by shoulder-hand syndrome [J]. J Nurs Rehabil, 2019, 18(4): 69-72. (in Chinese)
- [7] FOELL J, BEKRATER-BODMANN R, DIERS M, et al. Mirror therapy for phantom limb pain: brain changes and the role of body representation [J]. Eur J Pain, 2014, 18(5): 729-739.
- [8] ARYA K N, PANDIAN S T, PANDEY D, et al. Task-based and magnified mirror therapy for unilateral spatial neglect among post-stroke subjects: study protocol for a randomized controlled trial [J]. PLoS One, 2024, 19(1): e0296276.

- [9] HEYES C, CATMUR C. What happened to mirror neurons? [J]. *Perspect Psychol Sci*, 2022, 17(1): 153–168.
- [10] 杨建平. 镜像疗法治疗脑卒中运动性失语的效果及采用fMRI技术评价的意义[J]. *中国实用医药*, 2018, 13(15): 23–25.
YANG J P. Effect of mirror-image therapy in the treatment of stroke motor aphasia and the significance of fMRI technique evaluation [J]. *China Pract Med*, 2018, 13(15): 23–25. (in Chinese)
- [11] 刘钺天, 李冠融, 杨铨铭, 等. 镜像疗法对肩袖损伤关节镜修补术后康复的疗效分析[J]. *现代实用医学*, 2024, 36(7): 950–953.
LIU Y T, LI G R, YANG Q M, et al. Effect of mirror therapy on rehabilitation of rotator cuff injury after arthroscopic repair [J]. *Mod Pract Med*, 2024, 36(7): 950–953. (in Chinese)
- [12] 彭娟, 杨仕彬, 胥方元, 等. 早期介入镜像疗法对缺血性脑卒中患者偏瘫肢体功能恢复的影响[J]. *中华物理医学与康复杂志*, 2019, 41(3): 178–183.
PENG J, YANG S B, XU F Y, et al. Early mirror therapy and the functional recovery of hemiparetic stroke survivors [J]. *Chin J Phys Med Rehabil*, 2019, 41(3): 178–183. (in Chinese)
- [13] 王群, 王金萍, 任茜, 等. 早期介入镜像疗法联合音乐疗法对缺血性脑卒中后偏瘫患者康复效果的影响[J]. *中西医结合护理(中英文)*, 2022, 8(2): 94–96.
WANG Q, WANG J P, REN Q, et al. Rehabilitation effect of early interventional mirror therapy combined with music therapy on hemiplegic patients after ischemic stroke [J]. *J Clin Nurs Pract*, 2022, 8(2): 94–96. (in Chinese)
- [14] 宋振东, 门红. 中医五行音乐疗法解析[J]. *西部学刊*, 2020(3): 119–123.
SONG Z D, MEN H. Analysis of five elements music therapy of traditional Chinese medicine [J]. *J West*, 2020(3): 119–123. (in Chinese)
- [15] 陈雪飞, 叶涛. 芳香疗法在疼痛应用中的研究进展[J]. *上海医药*, 2020, 41(16): 33–35.
CHEN X F, YE T. Research progress of application of aromatherapy for relieving pain [J]. *Shanghai Med Pharm J*, 2020, 41(16): 33–35. (in Chinese)
- [16] 林梅燕, 林丽勤, 黄梅玉, 等. 五行音乐联合耳穴埋豆对颈椎病负性情绪及疗效的影响[J]. *中外医疗*, 2022, 41(16): 134–138.
LIN M Y, LIN L Q, HUANG M Y, et al. Influence of five elements music combined with ear acupoint burying beans on negative emotion and curative effect of cervical spondylosis [J]. *China Foreign Med Treat*, 2022, 41(16): 134–138. (in Chinese)
- [17] 钟思羽, 邱玲, 刘华, 等. 耳穴压豆在临床疼痛性疾病中的研究进展[J]. *实用中医内科杂志*, 2023, 37(8): 73–75.
ZHONG S Y, QIU L, LIU H, et al. Research progress of ear acupoint pressing beans in clinical pain diseases [J]. *J Pract Tradit Chin Intern Med*, 2023, 37(8): 73–75. (in Chinese)
- [18] 陈广林. 低温等离子联合中药治疗神经根型颈椎病的疗效观察及其机制的初步研究[D]. 南京: 南京中医药大学, 2018.

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。