

刮痧疗法治疗 1 例胃肠积热型便秘的护理

宋延芳, 尹海兰, 王 潇, 王翠婷

(北京中医药大学东方医院 儿科, 北京, 100078)

摘要: 本文通过总结采用全息刮痧治疗 1 例胃肠积热型便秘患儿的护理经验, 探讨刮痧疗法治疗便秘患儿的可行性。在中医辨证施护理论的指导下, 采取耳部全息刮痧加八髎穴刮痧的治疗方法, 在治疗胃肠积热型便秘患儿临床应用中取得显著治疗效果。

关键词: 胃肠积热型便秘; 刮痧; 中医护理

Nursing care of a case of gastrointestinal heat accumulation constipation treated with scraping therapy

SONG Yanfang, YIN Hailan, WANG Xiao, WANG Cuiting

(Department of Pediatrics, Dongfang Hospital Beijing University of
Traditional Chinese Medicine, Beijing, 100078)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of using holographic scraping therapy to treat a child with gastrointestinal heat type constipation, and explores the feasibility of using scraping therapy to treat constipation in children. Guided by the theory of traditional Chinese medicine syndrome differentiation and care, the treatment method of ear holographic scraping and Ba Liao acupoint scraping has achieved significant therapeutic effects in the clinical application of treating constipation in children with gastrointestinal heat accumulation type.

KEY WORDS: gastrointestinal heat accumulation type constipation; scraping therapy; Traditional Chinese Medicine nursing

便秘是指每周排便少于 3 次, 粪便干硬、排便困难。通常由于粪便在消化道中移动太慢, 或粪便在肠道内停留时间过长, 水分被充分吸收后导致粪便脱水、变硬和干燥, 从而引发的便秘。便秘的中医古今病名很多, 如“阳结”“阴结”及“虚秘”等。偶尔发生便秘是常见现象, 当便秘持续大于 12 周则为慢性便秘, 便秘在人群中很常见, 发病率为 10~15%^[1]。随着年龄增长, 患病率明显增加, 不良的饮食习惯、生活方式、心理压力等都是便秘发生的因素。中医又将便秘分为实秘和虚秘^[2]。本病例为胃肠积热型, 属实秘。本文旨在采用耳部全息刮痧加八髎穴区刮痧治疗积热型便秘的效果观察, 总结治疗期间采取的护理干预的措施, 现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患儿男, 7 岁, 家长代诉患儿大便干结, 排便

困难一月余, 大便 3~5 d 一行。平日喜食辛辣炙煨之品, 常有腹胀, 口干, 易口舌生疮。现大便 5 d 未行, 腹胀腹痛, 小便短赤, 夜寐不安, 于 2024 年 9 月 17 日儿科门诊就诊。患儿体型偏胖, 舌质红, 苔黄腻, 脉滑实。

1.2 诊断和治疗

中医诊断: 便秘(胃肠积热症); 西医诊断: 功能性便秘。予患儿耳部全息刮痧加八髎穴刮痧治疗, 2 次/周。经 1 个月治疗后, 患儿 1~2 d 排便 1 次, 排便通畅, 质软, 腹胀腹痛症状消失。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 睡眠质量评估

使用 BEARS 睡眠筛查工具进行睡眠质量评估^[3], 根据入睡情况、日间过度嗜睡、夜间觉醒、睡眠习惯和时间及打鼾五个方面询问家长患儿的睡

眠情况,如果存在三项睡眠问题,就可诊断睡眠形态紊乱。患儿现存在入睡困难,夜间觉醒,每日23时后才可入睡,故可诊断睡眠障碍。

2.1.2 便秘评估

采用便秘评分量表(Chronic Constipation Severity Score, CCS)评估患儿便秘症状,总分为30分,0分为最低分,分数越高,排便程度越重。本例患儿得分为22分,属重度便秘。

2.1.3 疼痛评估

采用视觉模拟量表(VAS)评估患儿疼痛程度,其中0代表无痛,10代表剧痛。根据患儿的陈述和疼痛表现,本例患儿的疼痛评分为4分,属轻度疼痛范畴,可正常进行日常学习生活。

2.2 护理诊断

便秘与饮食习惯有关;睡眠型态紊乱与大肠积热有关;慢性疼痛与大便秘结,排出困难有关。

2.3 护理目标

根据护理诊断,拟定如下护理目标:便软成形,不费力,1~2 d行1次;肛周皮肤清洁干燥无损伤;夜寐安宁,疼痛症状缓解。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理

本患儿为胃肠积热型便秘,故采取刮痧治疗。刮痧具有行气通络,清热解毒,消肿止痛的作用,针对患儿便秘问题,选取2个部位进行刮痧,一是耳部全息刮痧,二是八髎穴刮痧。均选择虎符铜砭刮痧板,李氏虎符铜砭刮痧板是由黄铜所制,能与人体达到非常强的共振频率。刮拭部位温度升高迅速,入脉之气也随之升高,有利于化解脉里的瘀结,它还可调动人体气血,引邪出表,疾患由里走表,通过自身溶痧,调动自愈力。

2.4.1.1 耳部全息刮痧

耳部全息刮痧顺序为由下向上,由外向内,由前再后的顺序。①操作前评估患儿全身情况,检查耳部皮肤情况,进行望诊和触诊,确定耳部全息铜砭刮痧个体方案。②耳部涂抹按摩油,双手前后按摩耳廓20~50次,至耳部发热、发红为宜。③耳前和耳后各个部位进行基础刮痧,顺序为正耳面→耳前→耳背→耳后方→后方至胸锁乳突

肌。然后根据患儿具体情况辨证施术,选择重点部位刮拭,如三角窝(相当于人体盆腔)和耳轮脚周围(相当于人体消化道,沿口→食道→贲门→胃→十二指肠→小肠→大肠的顺序进行刮拭)。尤其在大肠穴区处刮拭过程中,要利用刮痧板去感受皮下有无结节,如有,用推法、揉法刮拭结节,有利于其消散^[4]。④耳部全息刮痧,双耳均刮拭,时间为30 min,2次/周,4周为一疗程。

2.4.1.2 八髎刮痧

八髎穴属于足太阳膀胱经,位于腰骶部,总共有八个穴位,分别为上髎穴、次髎穴、中髎穴和下髎穴。①操作前评估患儿皮肤情况。②嘱患儿俯卧,从髂后上棘至第4骶椎进行刮拭,先在患儿骶尾部涂抹刮痧油,刮痧板与皮肤呈30~45°,由上髎穴到下髎穴进行刮拭,力度由轻到重,刮成倒八字形,每侧刮拭20~30次,不强求出痧。但八髎部位肌肉比较薄弱,儿童尤甚,所以力度要适宜,以免引起疼痛,阻碍治疗进程,影响疗效。③八髎穴刮痧,1次/周,4周为一疗程。

2.4.2 常规护理

①饮食护理,调整该患儿饮食结构,避免肥甘厚腻辛辣刺激之品,增加膳食纤维的摄入以改善粪便性状、促进肠道蠕动,有利粪便排出。维生素丰富的水果主要包括梨、带皮的苹果、香蕉、橘子等;富含纤维的蔬菜有韭菜、西兰花、萝卜、芹菜等。同时,还建议使用粗粮,如燕麦、糙米、全麦面包等^[5],饮食结构要缓慢进行,因为如果突然摄入较多,可能导致腹胀和暖气。另外嘱其多饮温水,可每日晨起饮一杯蜂蜜水。②养成每日定时排便习惯,如清晨5:00~7:00进行如厕。不要忽视便意,如厕时长控制在5 min,且排便时保持注意力集中,避免看书或玩手机等^[6]。③合理安排作息,保障充足睡眠时间,还要坚持每天户外运动不少于1 h。④指导患儿家长掌握正确的按摩腹部方法,嘱其每日睡前顺时针按摩患儿腹部5~10 min,以促进肠道蠕动,有利排便^[7]。

2.5 护理评价

经治疗,患儿各项评估指标得到有效改善,具体评估结果详见表1。

表1 疗效评估

评估项目	治疗前	治疗后	评定标准
CCS/分	22	3	大便呈香肠状,1~2 d行一次
BEARS	入睡困难,不安稳	正常	入睡安稳,时长不少于8 h
VAS/分	4	0	疼痛缓解

3 结果和随访

于患儿就诊当日进行耳部全息刮痧和八髎穴刮痧治疗,第2日大便一次,质干,呈球状,仍有腹胀,排便时腹部和肛周部疼痛,当日睡眠安稳。治疗1周后,大便3 d行一次,大便粗硬,有皱褶,稍有腹胀,排便时肛周轻微疼痛,小便调,睡眠基本正常。治疗3周后,大便2 d行一次,大便偏硬,有轻微皱褶,无腹胀,排便时肛周无疼痛,夜寐安宁。4周后,大便1~2 d行一次,大便成型,无皱褶,小便调,夜寐安宁。患儿排便正常,治疗结束。有效改善患儿饮食结构,经过一个月的习惯培养,现能重视便意,养成排便习惯,治疗效果满意。

4 讨论

便秘是常见的疾病,儿童便秘发生率也较高。便秘日久,常常会引起腹胀、腹痛、食欲减退及睡眠不安等,并易继发痔疮、肛裂等疾病,还可增加患心脑血管病的风险^[8]。中医认为便秘不仅与大肠的传导功能失调有关,而且与脾胃的升降纳运、肾的温化功能失常有关。随着现在生活水平的提高,饮食失节、劳倦过度、情志失调等导致大肠功能失常的因素增加,使便秘普遍发生。适当的运动,如散步、慢跑等,能够促进肠道蠕动,帮助排便。

“全息”是指“全部信息”的简称,生物全息理论阐明生物体局部与整体具有统一性,生物体的每一局部都具有全身缩影特征。耳是全息穴区,与人体的脏腑经络有着密切的联系,当人体产生疾病时,可在耳朵的相应穴区出现反应,通过刺激耳廓相应穴区可达到治疗保健的目的,效果明显。清代《厘正按摩要术》察耳篇曰:“耳虽为肾窍,而五脏所结”。由此可见,耳与全身经络及五脏六腑都有着密切的关系,通过刺激耳部穴位,调节各个脏腑的功能。因此,耳部全息刮痧不仅能够直接作用于局部,更能通过经络的传导作用,深入脏腑,舒筋活络,调整全身的气血运行,达到阴阳平衡的状态,从而达到预防和治疗疾病的目的。八髎穴首载于《素问·古空论篇》,为足太阳膀胱经腧穴,位于人体下焦,主一身气血,启闭魄门,自古为治疗便秘之要穴^[9]。八髎穴位于骶骨后部,依次对称分布在第1~4骶后孔中^[10]。八髎穴具有调节气血、补益下焦及强腰利湿等功效,其中补益下焦,下焦包括肾、膀胱、大肠等脏腑,通过刺激八髎

穴,增强脏腑功能,来达到治疗脏腑器官的疾病。

中医认为人体患病是气血流通不畅,经络不通引起的,刮痧具有疏通经络,调和气血,清热解毒,驱邪止痛的功效。刮痧疗法是一种绿色、自然的疗法,通过对经络物理刺激,达到平衡阴阳、协调脏腑功能的作用。中医外治护理以中医理论为指导,加以极具特色的中医护理技术及食疗、情志护理等方法,重视人体的统一性、完整性及其与自然界相互关系,形成独具特色的中医护理体系。中医护理的整体观念和辨证施护与“为人民群众提供全方位全周期健康服务”理念完全契合^[11]。此患儿选择铜板进行刮痧,是因为铜是一种优秀的导热材料,传导速度快,使用时皮肤奏理打开迅速,可加快内热外出,所以有散热降温的作用。

综上所述,耳部全息刮痧加八髎刮痧可治疗胃肠积热型便秘,治疗效果明显。此项中医护理操作减少口服和肛门用药的痛苦,易于患儿及家属认可和接受,提高护理满意度,值得在临床护理中推广。但个案分析样本量较小,存在局限性,在今后的研究中可进一步扩大样本量,提高研究的可靠性和有效性。

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] 王晓娟, 闫皓. 功能性便秘治疗进展[J]. 医学综述, 2003, 9(2): 99-101.
WANG X J, YAN H. Progress in the treatment of functional constipation[J]. Med Recapitul, 2003, 9(2): 99-101. (in Chinese)
- [2] 吴丽波. 芩仁通秘汤治疗小儿便秘(燥热便秘)的临床疗效观察[D]. 长春: 长春中医药大学, 2023.
- [3] 中国医师协会睡眠专业委员会儿童睡眠学组, 中华医学会儿科学分会儿童保健学组, 中国医师协会儿童健康专业委员会, 等. 中国6岁以下儿童就寝问题和夜醒治疗指南(2023)[J]. 中华儿科杂志, 2023, 61(5): 388-397.
Children's Sleep Group of Sleep Professional Committee of Chinese Medical Doctor Association, Children's Health Group of Pediatrics Branch of Chinese Medical Association, and Children's Health Professional Committee of Chinese Medical Doctor Association. Chinese guideline for the treatment of bedtime problems and night wakings in children under 6 years

- of age (2023) [J]. *Chin J Pediatr*, 2023, 61 (5): 388-397. (in Chinese)
- [4] 贾宗祎, 胡海荣, 唐玲. 中医全息刮痧治疗功能性便秘 1 例的护理 [J]. *中西医结合护理*, 2022, 8 (1): 62-64.
- JIA Z Y, HU H R, TANG L. Nursing of a patient with functional constipation treated by Traditional Chinese Medicine holographic scraping [J]. *Chin J Integr Nurs*, 2022, 8(1): 62-64. (in Chinese)
- [5] 刘敏, 刘丽. 老年便秘患者的健康宣教分析 [J]. *世界最新医学信息文摘*, 2019, 19(91): 230-231.
- LIU M, LIU L. Analysis of health education in elderly patients with constipation [J]. *World Latest Med Inf*, 2019, 19(91): 230-231. (in Chinese)
- [6] 张惠. 慢性便秘护理门诊的建立与实施方案 [J]. *中国肛肠病杂志*, 2020, 40(6): 76-77.
- ZHANG H. Establishment and implementing program of nursing clinic for chronic constipation [J]. *Chin J Coloproctology*, 2020, 40 (6): 76-77. (in Chinese)
- [7] 王亚丽, 魏永春, 鄂海燕, 等. 经穴推拿治疗 1 例湿热型便秘患者的护理 [J]. *中西医结合护理*, 2022, 8(2): 86-89.
- WANG Y L, WEI Y C, E H Y, et al. Observation and nursing of a patient with constipation of damp-heat type treatment by acupoint massage [J]. *Chin J Integr Nurs*, 2022, 8(2): 86-89. (in Chinese)
- [8] 张世新, 麻向伟, 张媛媛. “运轴行轮”法选穴推拿治疗小儿功能性便秘 [J]. *中医学报*, 2024, 39 (4): 877-881.
- ZHANG S X, MA X W, ZHANG Y Y. Treatment of functional constipation in children with “Yun Zhou Xing Lun” method of acupoint selection massage [J]. *Acta Chin Med*, 2024, 39(4): 877-881. (in Chinese)
- [9] 许楠, 张靖, 常艺. 八髎穴埋线联合生物反馈治疗出口梗阻型便秘的疗效观察 [J]. *中医研究*, 2024, 37(5): 66-70.
- XU N, ZHANG J, CHANG Y. Observation on the curative effect of Baliao embedding and biofeedback in the treatment of outlet obstructive constipation [J]. *Tradit Chin Med Res*, 2024, 37 (5): 66-70. (in Chinese)
- [10] 黄梅, 王峰, 严晶, 等. “八髎穴”文献考证及临床应用 [J]. *中医药导报*, 2016, 22(13): 72-75.
- HUANG M, WANG F, YAN J, et al. Literature research and clinical application about “baliao point” [J]. *Guid J Tradit Chin Med Pharm*, 2016, 22 (13): 72-75. (in Chinese)
- [11] 唐玲. 传承创新发展, 全面提升中医护理能力: 北京市中医护理能力提升工程专栏导语 [J]. *中西医结合护理*, 2021, 7(3): 1-3.
- TANG L. Inheritance and innovation to comprehensively improve the Traditional Chinese Medicine nursing competence: an introduction [J]. *Chin J Integr Nurs*, 2021, 7(3): 1-3. (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。