

DOI: 10.12209/CAIM202411080007

· 中西医结合临床案例 ·

1 例虎符铜砭刮痧改善眩晕病 肾气亏虚证患者失眠的护理

范 艳, 刘燕娜, 王雪送, 李陈晨, 胡世荣

(北京中医药大学东方医院 脑病二科, 北京, 100078)

摘要: 本文总结 1 例虎符铜砭刮痧技术改善眩晕病肾气亏虚证患者失眠的护理经验。基于中医辨证施护, 采用虎符铜砭循经刮痧, 经过 7 d 的护理, 患者的睡眠质量、头晕及焦虑程度均有明显好转, 提高了患者的生活质量。

关键词: 铜砭刮痧; 眩晕; 肾气亏虚; 失眠; 焦虑

Nursing care of a case of tiger fu copper needle scraping improving insomnia in patients with vertigo and kidney qi deficiency syndrome

FAN Yan, LIU Yanna, WANG Xuesong, LI Chenchen, HU Shirong

(Department 2 of Brain Disease, Dongfang Hospital Beijing University of

Traditional Chinese Medicine, Beijing, 100078)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of using Tiger Fu Copper Needle Scraping Technique to improve insomnia in patients with vertigo and kidney qi deficiency syndrome. Based on the diagnosis and treatment of traditional Chinese medicine, Hu Fu copper needle meridian scraping therapy was used. After 7 days of nursing, the patient's sleep quality, dizziness, and anxiety levels all improved significantly, improving their quality of life.

KEY WORDS: copper needle scraping; dizziness; deficiency of kidney qi; insomnia; anxious

眩晕病患者肾气亏虚的失眠与通常所说的失眠有所不同, 眩晕病肾气亏虚患者失眠的症状表现有入睡困难与睡眠中断并存, 以乏力、头晕、头痛为主, 且多梦且梦境与眩晕有关^[1]。通常失眠的症状表现为入睡困难型、睡眠维持困难型及早醒型^[2]。眩晕病患者的失眠提示在研究和治疗这两种疾病时, 应该考虑到它们之间的相互影响。眩晕病和失眠的流行病学数据表明, 眩晕病和失眠之间存在一定的关联^[3]。中枢神经系统功能紊乱可能导致眩晕感, 同时也可能干扰正常的生物节律, 进而影响睡眠质量, 引发失眠。

眩晕病患者的失眠中医外治法在改善睡眠质量方面确实具有疗效^[4], 干预措施包括中药泡足、刮痧、针灸及按摩等。虎符铜砭刮痧是中医常用外治法之一^[5], 在临床应用广泛, 因虎符铜砭刮痧板进行刮痧能够使人体达到最优的共振频率, 从

而进一步增强疗效, 其在改善失眠方面具有独特的优势, 它可根据不同的病症和人体气血状况, 采用不同的手法和力度^[6]。比如, 对于肾气虚的患者可采用轻柔缓和的手法, 起到补气的作用, 虎符铜砭在操作过程中能够精准地作用于气血运行的关键经络和穴位, 通过刺激刮拭部位来调整气血的分布和运行状态, 改善肾气亏虚^[7]。本文总结采用虎符铜砭刮痧技术改善眩晕病肾气亏虚型失眠的护理经验, 现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者男性, 43 岁, 主诉“头晕伴失眠半年加重 2 d”于 2024 年 8 月 2 日收治入院。患者既往高血压 4 年, 否认食物及药物过敏史。患者神志清楚, 头晕, 时有胸闷气短, 平卧加重, 时有自汗, 腰膝酸

收稿日期: 2024-11-08

OPEN ACCESS

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

软,纳可,眠差,大便2 d一行,小便清长。专科查体:四肢肌力正常。

1.2 诊断及治疗

中医诊断为眩晕,辨证为肾气亏虚证;西医诊断为头晕查因。辨证依据:患者舌质淡,苔薄白、腻,脉沉、弦,主诉头晕、失眠多梦,时有胸闷气短,健忘,自觉乏力,中医辨证为肾气亏虚证型。肾气亏虚又分为肾阴虚和肾阳虚,结合患者的临床症状辨证为肾阳虚。

中医以温通经络、温补肾阳为主,治疗以虎符铜砭刮痧技术按循经方案进行为主。西药以扩展血管、抗晕治疗。患者入科后予头部虎符铜砭刮痧治疗,在辨证施护的同时予以心理护理。干预5 d后,患者睡眠评分降至30分,失眠症状好转;干预7 d后,患者SDRS评分降至21分,HAMA评分降至11分,其失眠和焦虑症状明显改善,并于8月9日出院。经过7 d的治疗,患者眩晕及失眠得到有效的改善。

2 护理

2.1 护理评估

本例患者跌倒Braden评分为45分^[8],日常生活能力评分(ADL)评分为90分^[9],睡眠障碍评定量表(SDRS)评分为45分^[10],汉密尔顿焦虑量表(HAMA)评分为21分^[11]。

2.2 护理诊断

睡眠型态紊乱(失眠)与肾气亏虚有关;焦虑与胸闷气短,担心疾病有关;有受伤的危险与头晕有关。

2.3 护理计划

临床护理干预,包括安排安全舒适、温湿度适中、光线充足的环境,保持病室安静,避免噪声干扰睡眠;引导患者熟悉病房环境,减轻焦虑;放置床挡,保持地面干燥无障碍物,避免患者跌倒坠床,防止受伤。

2.4 护理措施

2.4.1 虎符铜砭刮痧

虎符铜砭刮痧时,患者取坐姿。患者和刮拭者均要保持心情宁静,静方能松,松方能通^[12]。刮痧手法强调徐而和,用点、熨、摩法,自上而下,自左到右,刮板角度与皮肤呈30~45°,重点刮拭穴位每个穴位1 min,主穴可刮2 min,每次刮的距离不超过3寸为宜,皮肤不强调出痧,操作时刮痧板涂抹润滑油,降低摩擦系数,此操作1次/d,3次为一疗程,本例患者持续治疗两个疗程的。刮痧的

力度以患者耐受为宜,根据患者情况逐渐增加力度,可有效改善睡眠。虎符铜砭刮痧时可选择的穴位有如背部的大椎、大杼、膏肓及神堂^[13];头部的四条经脉督脉、膀胱经、胆经及三焦经均要刮拭,重点刮透百会、四神聪、风池及陶道等穴;刮颈背部,其中督脉、足太阳膀胱经、肝俞及肾俞为重点。其次,足少阴肾经,重点刮透阴谷、太溪及涌泉穴等。注意事项:每次刮痧后嘱患者勿吹风受寒,4 h后方可洗澡,以免汗孔扩张后导致寒邪湿邪入侵机体。饮食宜清淡,忌辛辣油腻之品,以免影响气机运行,可饮温开水或红糖水,以补充体内消耗的津液,加速新陈代谢^[14]。

2.4.2 心理护理

患者存在明显焦虑情绪,护士应针对性开展心理干预,缓解其负性情绪:①鼓励患者适度宣泄焦虑情绪,帮助患者正确面对疾病。多与他人交流,多听风趣幽默的故事,保持精神放松,以积极的心态克服焦虑忧伤等情绪,从而改善睡眠。②转移注意力,如聆听舒缓优美的轻音乐,为患者进行五音疗法(羽音为主的男调式乐曲,苍京荡如水,风格清纯,与琴音调补肾),每晚睡前指导其放松,呼吸深长均匀,以此消除紧张情绪,促进睡眠。③白天进行适度的锻炼,如八段锦,有助于改善患者症状,改善患者精神状态,促进睡眠。

2.4.3 知识宣教

帮助患者熟悉病房环境,减轻患者焦虑。放置床挡,保持地面干燥无障碍物,避免患者坠床,防止受伤。加强巡视,及时发现并处理潜在危险因素。嘱患者穿防滑拖鞋,防止跌倒。加强宣教,避免受伤,本例患者住院期间未受伤。

3 结果和随访

患者经过7 d治疗,睡眠评分降至30分,SDRS评分降至21分,HAMA评分降至11分,其失眠和焦虑症状明显改善。分别于患者出院后第7天、第14天进行电话随访,询问患者回家后的饮食、起居、胸闷气短、头晕及失眠是否发作等情况,患者表示恢复良好。

4 讨论

眩晕病失眠的发病机制可归纳为与机体阴阳失衡有关,人体阳主动、阴主静,阴阳平衡才能正常入眠,失眠多由心、肝、脾三脏失衡^[15],机体处于应激状态所致,长期处于应激状态会对人体产生

一定负面影响,常导致患者产生心理变化,甚至出现焦虑、抑郁等情绪,严重者甚至出现自杀倾向等。而在治疗眩晕病失眠的技术特点方面,中医治疗眩晕病失眠主要采用中药、针灸及刮痧等方法,强调辨证施治^[16]。

刮痧作为极具中医特色的临床治疗方法,刮痧板作用于人体体表特定部位,从而达到调节机体生理、病理状况,继而实现治疗疾病的作用^[17]。对于肾气亏虚引起的眩晕病失眠,则可采用刮痧调动气血为法,刮拭头部及督脉为主。刮痧的手法作用于人体头部,能促进毛细血管的扩张,增强脑部血流量,使脑的血液循环得到良好改善,疏通经脉,调和营卫,引阴入阳^[18],从而起到调和阴阳平衡的作用,达到安神定志的功效^[19],可有效治疗失眠。但目前刮痧器具众多,依据患者中医辨证分型和临床症状,进行个体化的治疗,以虎符铜砭刮痧调气为首,能更好的调动人体的气血运动,以通为治,以通为补,以通为泻^[20]。虎符铜砭刮痧属非药物治疗的中医操作,具有绿色无创伤、刺激小、舒适度高及安全性高等优点^[21],在临床治疗中易于推广且患者接受度高^[22]。该个案的辨证思维遵循经络腧穴理论和脏腑学说,循经方案是本个案的核心。从个案干预前后的评价效果看,虎符铜砭刮痧对于改善眩晕病肾气亏虚证患者的失眠确具疗效,患者睡眠质量明显改善,睡眠效率有所提高^[23]。

本文旨在通过分析案例积累临床经验,对整个疗护过程进行总结归纳,以便更好地将这虎符铜砭刮痧技术推广应用于临床。但个案分析样本量有限,存在一定的局限性,需进一步研究,更好为临床应用提供理论支持。

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] 单希征,石丽亚,王恩彤,等. 6056例住院眩晕病例的临床流行病学分析[J]. 北京医学, 2019, 41(1): 46-51.
SHAN X Z, SHI L Y, WANG E T, et al. Clinical epidemiological analysis of vertigo in 6056 hospitalized patients[J]. Beijing Med J, 2019, 41(1): 46-51. (in Chinese)
- [2] 刘飞祥,林子璇,任飞,等. 关于全国高等中医药院校“十三五”规划教材《中医内科学》眩晕病若干问题的商榷[J]. 中国中医药现代远程教育, 2024, 22(3): 182-185.
LIU F X, LIN Z X, REN F, et al. The discussions on some problems about vertigo in internal medicine of traditional Chinese medicine of “the 13th Five-Year Plan” of national universities of Chinese medicine [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2024, 22(3): 182-185. (in Chinese)
- [3] 于莉. 基于古今文献研究真实世界中医“眩晕病”临床特征及TIA病证结合诊断模型[D]. 沈阳: 辽宁中医药大学, 2023.
- [4] 陈晶晶,谢乾梅,许凤全. 从“肝”论治失眠合并血精症验案举隅并理论探析[J]. 天津中医药大学学报, 2023, 42(4): 439-444.
CHEN J J, XIE Q M, XU F Q. A case study and theoretical analysis on the treatment of insomnia complicated with hematospermia by “liver” theory[J]. J Tianjin Univ Tradit Chin Med, 2023, 42(4): 439-444. (in Chinese)
- [5] 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 scrapping therapy[J]. Guangming J Chin Med, 2020, 35(21): 3475-3478. (in Chinese)
- [6] 庄平,王文莲,陈凤梅. 1例虎符铜砭刮痧改善失眠患者睡眠质量的护理个案[J]. 医药前沿, 2018, 8(23): 256-257.
ZHUANG P, WANG W L, CHEN F M. J Front Med, 2018, 8(23): 256-257. (in Chinese)
- [7] 张佳嘉,张伟焊,许智群. 针灸联合耳部全息铜砭刮痧治疗原发性失眠患者的效果[J]. 中外医学研究, 2024, 22(25): 40-45.
ZHANG J J, ZHANG W H, XU Z Q. Curative effect of acupuncture combined with ear holographic copper needle Guasha in the treatment of patients with primary insomnia[J]. Chin Foreign Med Res, 2024, 22(25): 40-45. (in Chinese)
- [8] 阮玉瑛. Braden评分表联合分级预防护理对压疮发生的影响分析[J]. 中国医药科学, 2021, 11(2): 132-135.
RUAN Y Y. Analysis on the impacts of Braden scale table combined with graded preventive nursing on the occurrence of pressure sores[J]. China Med Pharm, 2021, 11(2): 132-135. (in Chinese)
- [9] 孟杉杉. 天麻素注射液联合倍他司汀对眩晕症患者

- 者血液流变学及 ADL 评分的影响[J]. 临床研究, 2019, 27(9): 146-147.
- MENG S S. Effect of gastrodin injection combined with betahistine on hemorheology and ADL score in patients with vertigo[J]. Clin Res, 2019, 27(9): 146-147. (in Chinese)
- [10] 张琪. 中医护理干预失眠症效果的系统评价[J]. 牡丹江医学院学报, 2020, 41(1): 19-24.
- ZHANG Q. Systematic evaluation of the effect of Chinese medicine nursing intervention on insomnia[J]. J Mudanjiang Med Univ, 2020, 41(1): 19-24. (in Chinese)
- [11] 高慧英, 王春红. 焦虑及抑郁自评量表的临床效度[J]. 中国保健营养(下旬刊), 2013(9): 4955-4956.
- GAO H Y, WANG C H. Clinical validity of self-rating scale for anxiety and depression[J]. Chinese Journal of Health and Nutrition (Next issue), 2013(9): 4955-4956. (in Chinese)
- [12] 白春杰, 纪代红, 陈丽霞, 等. 失眠严重程度指数量表在临床失眠患者评估中的信效度研究[J]. 中国实用护理杂志, 2018, 34(28): 2182-2186.
- BAI C J, JI D H, CHEN L X, et al. Reliability and validity of Insomnia Severity Index in clinical insomnia patients[J]. Chin J Pract Nurs, 2018, 34(28): 2182-2186. (in Chinese)
- [13] 纪栓菊, 祝永福, 苗姝悦, 等. 虎符铜砭刮痧治疗肿瘤相关性失眠的效果观察[J]. 现代临床护理, 2024, 23(4): 41-46.
- JI S J, ZHU Y F, MIAO S Y, et al. Effectiveness of Guasha therapy with Hufu Tongbian in treating tumor-related insomnia[J]. Mod Clin Nurs, 2024, 23(4): 41-46. (in Chinese)
- [14] 干正, 顾伟, 李湘授. 论刮痧之补泻[J]. 中国中医药现代远程教育, 2021, 19(16): 143-145.
- GAN Z, GU W, LI X S. Discussion on reinforcing and reducing of scraping[J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2021, 19(16): 143-145. (in Chinese)
- [15] 蔡爽. 铜砭刮痧疗法治疗老年失眠的临床研究[D]. 广州: 广州中医药大学, 2020.
- [16] 郑娟霞, 郑娟丽, 张慧敏, 等. 虎符铜砭刮痧治疗膝痹的效果研究[J]. 护理研究, 2019, 33(20): 3636-3638.
- ZHENG J X, ZHENG J L, ZHANG H M, et al. Effect of hufu Tongbian scraping on treating knee osteoarthritis[J]. Chin Nurs Res, 2019, 33(20): 3636-3638. (in Chinese)
- [17] 赵佳田, 郑华, 马素平. 马素平教授虎符铜砭刮痧法治疗肝硬化胁痛经验撷英[J]. 亚太传统医药, 2019, 15(8): 82-83.
- ZHAO J T, ZHENG H, MA S P. Professor Ma Suping's experience in treating hypochondriac pain in liver cirrhosis by scraping with tiger-fu and copper-fu[J]. Asia Pac Tradit Med, 2019, 15(8): 82-83. (in Chinese)
- [18] 郭翠翠, 涂海菊. 全息经络刮痧在住院患者中的应用进展[J]. 中国中医药现代远程教育, 2023, 21(13): 203-205.
- GUO C C, TU H J. The application progress of holographic scraping in hospitalized patients[J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2023, 21(13): 203-205. (in Chinese)
- [19] 宫丽曼, 杜桂春. 耳部全息铜砭刮痧联合耳穴压豆干预 1 例颈部淋巴结结核伴失眠患者的护理体会[C]//第 35 届中国防痨协会全国学术大会暨第四届中国防痨科技颁奖大会论文汇编(护理篇). 湖州, 2024: 425-428.
- [20] 肖梓潍. 耳穴压豆联合循经刮痧对失眠症肝郁化火证患者的影响研究[D]. 长沙: 湖南中医药大学, 2022.
- [21] 陈雯. 基于“情志—气机—肝”轴探讨刮痧对肝阳上亢型高血压伴失眠患者的临床疗效[D]. 南京: 南京中医药大学, 2021.
- [22] 白春杰, 纪代红, 陈丽霞, 等. 失眠严重程度指数量表在临床失眠患者评估中的信效度研究[J]. 中国实用护理杂志, 2018, 34(28): 2182-2186.
- BAI C J, JI D H, CHEN L X, et al. Reliability and validity of Insomnia Severity Index in clinical insomnia patients[J]. Chin J Pract Nurs, 2018, 34(28): 2182-2186. (in Chinese)
- [23] 张鑫. 虎符铜砭循经刮痧对儿童期心脾积热型特异性皮炎瘙痒的效果观察[D]. 南昌: 江西中医药大学, 2023.

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。