

循经刮痧联合艾灸对足少阳胆经头痛病的 中医护理干预效果评价

丁思思

(泰州市中医院 江苏 泰州 225300)

【摘 要】目的：探究循经刮痧联合艾灸对足少阳胆经头痛病的中医护理干预效果。方法：从本院足少阳胆经头痛病中抽选 102 例，均分为两组。常规组用医药治疗和常规护理，实验组用小柴胡汤加减辅以循经刮痧联合艾灸中医护理，分析两组干预效果。结果：在无其他因素的干扰之下，实验组患者干预效果优于常规组，且患者满意度较高， $P < 0.05$ 。结论：足少阳胆经头痛危害患者身心健康，应引起重视，要加强对患者身心健康状况的关注，同时医院应采取安全有效的措施对其进行治疗和护理。小柴胡汤加减辅以刮痧联合艾灸效果理想，能有效缓解患者头痛症状，帮助患者维持就医治疗期间的良好心理状态。同时刮痧、艾灸操作简便、风险较小，患者接受度较高，能提高患者遵从性，保障患者治疗结局的良好。同时进一步提升科室治疗及护理的质量，避免医患矛盾，保障医疗工作平稳有序推进，值得临床推广。

【关键词】循经刮痧；艾灸；足少阳胆经；中医护理

Effect evaluation of traditional Chinese medicine nursing dry preconditioning for foot Shaoyang gallbladder headache by combing and scraping combined with moxibustion Sisi Ding

(Taizhou Hospital of Traditional Chinese Medicine, Taizhou, Jiangsu, 225300)

[Abstract] Objective: To explore the effect of traditional Chinese medicine nursing intervention of Shujing scraping combined with moxibustion on foot Shaoyang gallbladder meridian headache. Methods: A total of 102 patients with headache of foot Shaoyang and gallbladder were selected and divided into two groups. The conventional group was treated with medicine and routine nursing, while the experimental group was treated with small chaihu decoction supplemented with meridian scraping combined with moxibustion and traditional Chinese medicine nursing. The intervention effects of the two groups were analyzed. Results: Without the interference of other factors, the intervention effect of the experimental group was better than that of the conventional group, and the patients' satisfaction was higher, $P < 0.05$. Conclusion: Foot Shaoyang Gallbladder headache harms the physical and mental health of patients, which should be paid more attention to, and the hospital should take safe and effective measures to treat and care for them. The effect of small chaihu decoction supplemented with scraping combined with moxibustion is ideal, which can effectively relieve the headache symptoms of patients and help patients maintain a good psychological state during medical treatment. At the same time, scraping and moxibustion are easy to operate, less risky, and highly accepted by patients, which can improve patient compliance and ensure good treatment outcomes. At the same time, it is worthy of clinical promotion to further improve the quality of treatment and nursing in the department, avoid the contradiction between doctors and patients, and ensure the smooth and orderly progress of medical work.

[Key words] Meridian scraping; Moxibustion; Foot Shaoyang gallbladder meridian; The doctor of traditional Chinese medicine nursing

小柴胡汤加减辅以循经刮痧联合艾灸效果较好，副作用较小，安全性高、易操作，更易被患者所接受，进而改善患者遵医行为^[1]。本文分析循经刮痧联合艾灸的中医护理效果，现将具体措施及结果报道如下：

1 资料和方法

1.1 资料

本次研究抽选 102 例本院足少阳胆经头痛病患者，

常规组 51 例，年龄为 22 至 68 岁，均龄 (47.89 ± 2.14) 岁，进行常规护理和西药治疗；实验组 51 例，年龄为 21 至 66 岁，均龄 (46.36 ± 2.47) 岁，用小柴胡汤加减辅以循经刮痧联合艾灸中医护理。

1.2 方法

1.2.1 常规组 西药治疗及常规护理，首先按照规定流程对所有被选取为研究对象的患者进行常规体

检,按照药物治疗的规范标准进行治疗。主要包括:

1.2.1.1 给予患者芬必得、散列痛,避免服用可诱发偏头痛的西药。提醒患者按医嘱规定准时用药,后续及时获取患者所反馈信息,对患者其他情况进行评估,进一步为其提供科学有效的治疗措施。

1.2.1.2 对患者实施常规护理,提醒患者注意保暖、避风寒,忌食刺激性食物,规律作息。

1.2.2 实验组 小柴胡汤加减辅以循经刮痧联合艾灸护理,主要包括:

1.2.2.1 小柴胡汤处方:柴胡 24 克,半夏、茯苓各 12 克,党参、生姜 9 克,大枣 4 枚,水煎,早晚各服 1 次,按患者情况逐量增减药物,10 天一疗程。

1.2.2.2 循经刮痧:足少阳胆经腧穴为主要经脉,用 75% 乙醇消毒刮痧板,患者端坐,清洁操作部位,刮痧板从患侧经外奇穴与皮肤呈 45° 刮起,循胆经单角刮法主刮风池穴,其次是侠溪穴等。操作时用力均匀,避免使患者受伤。刮痧时关注患者感受,结束后指导患者饮温水,休息 30min,恢复情绪平静。刮痧后忌酒、刺激性食物。两天进行一次刮,10 天一疗程^[2]。

1.2.2.3 中医情志护理:护理人员根据中医情志理论,利用五行相生相克原则,结合五行中的怒、喜、思、悲、恐对患者实施干预。护理人员对待患者要语言轻柔,多予以患者鼓励和支持,可适当播放音乐,调节患者情绪,使患者心情舒畅,改善患者遵医行为,引导患者形成积极的态度。护理人员始终坚持对患者负责的原则,注意语音清晰和措辞准确,用通俗易懂的解释,使患者加深对自身情况和护理模式的理解,对于不确定的问题不予以盲目回答,避免误导患者。

1.2.2.4 掌握患者情况:循经刮痧及艾灸护理期间,及时提醒患者相关注意事项,了解患者是否出现不适情况。护理人员需及时检查患者病情和生理状况,分析患者病情加重的诱发因素,尽量避免此类不良行为发生,详细记录患者各项数据,获取患者所反馈的情况,定期评估患者功能恢复状况。

1.2.2.5 认知干预:多数患者缺乏对自身情况及足少阳胆经头痛的了解,因此常出现抗拒心理,容易产生担忧、不安甚至抑郁等消极心理,降低患者治疗信心。护理人员结合患者具体情况,积极向患者解释循经刮痧和艾灸的安全性,减轻患者排斥心理,缓解其心理压力,避免风险事件的出现。科室还可组织健康教育培训以及开展专家讲座,帮助患者了解足少阳胆经头痛的患病因素,向患者解释刮痧和艾灸后可能出现的不良反应,教会患者及家属有效的头痛缓解方法。并发放健康知识手册,加深患者及家属对足少

阳胆经头痛及中医护理理念的认识与理解^[3]。

1.2.2.6 加强风险管理:定期培训,各护理人员需掌握足少阳胆经头痛防控知识,熟练掌握中医护理的原则和具体操作流程,并对患者的常见问题和风险进行集中探讨,积极提出应对方案。

1.2.2.7 医患沟通:护理人员重视与患者家属交流,提高家属对护理工作的配合度,为护理服务延伸至患者家庭奠定基础。同时护理人员要具备共情能力,要理解、关爱患者,帮助患者调整心态,倾听患者想法,帮助患者消除无助、缺乏安全感等问题,让其感受到尊重与理解。

1.2.2.8 加强基础护理:护理人员做好基础性工作,保护病房干净卫生、空气清新,病房内放置盆栽、书籍、报刊等,为患者提供良好的环境。由专门护理人员做好相关用品及药品的检查、管理工作,按科室相关规定,定期对病房、相关用品进行消毒,避免用品使用过程中引发患者感染,保障患者的生命健康和安全。

1.3 统计学方法

用 SPSS 22.0 软件处理。计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示,用 t 检验;计数资料以 % 表示,用 χ^2 检验。 $P < 0.05$ 统计学意义。

2 结果

2.1 根据统计数据,实验组总有效率高于常规组, $P < 0.05$,具体数据见表 1:

表 1 两组总有效率比较 (n, %)

组别	常规组	实验组	χ^2	P
例数	51	51	/	/
显效	19 (37.25)	29 (56.86)	/	< 0.05
有效	20 (39.22)	18 (35.29)	/	< 0.05
无效	12 (23.53)	4 (7.84)	/	< 0.05
总有效率	39 (76.47)	47 (92.16)	/	< 0.05

2.2 根据统计数据,护理后实验组 SDS、SAS、VAS 评分低于常规组, $P < 0.05$,具体数据见表 2:

2.3 据统计数据,实验组生活质量优于常规组, $P < 0.05$,具体数据见表 3:

3 结论

足少阳胆经是人体十二经脉之一,头痛患者以足少阳胆经循行部最常见,表现为单侧或双侧跳痛,严重影响患者正常生活,应予以重视,患者应及时进行诊疗,避免病情发展。随着医学理念的更新,中医刮痧及艾灸疗法广泛应用,并配合一系列科学合理的护理措施,缓解患者头痛症状,进一步巩固治疗的效果^[4]。

表 2 两组 SDS、SAS、VAS 评分比较 (n, %)

组别	例数	SAS		SDS		VAS	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
常规组	51	47.43 ± 5.78	37.24 ± 4.53	48.56 ± 5.26	48.56 ± 5.47	8.69 ± 1.14	6.24 ± 1.02
实验组	51	47.58 ± 4.23	30.76 ± 4.14	41.21 ± 4.78	33.21 ± 4.25	8.64 ± 1.19	3.47 ± 1.12
t	/	/	/	/	/	/	/
P	/	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

表 3 两组生活质量比较 ($\bar{x} \pm s$)

项目	时间	常规组 (n = 51)	实验组 (n = 51)	t	P
生理职能	护理前	70.62 ± 13.06	72.38 ± 14.53	/	> 0.05
	护理后	76.58 ± 12.16	83.47 ± 11.92	/	< 0.05
社会功能	护理前	74.81 ± 15.22	76.58 ± 15.01	/	> 0.05
	护理后	75.83 ± 14.72	85.54 ± 13.51	/	< 0.05
情感职能	护理前	61.62 ± 15.36	62.38 ± 13.56	/	> 0.05
	护理后	76.58 ± 12.19	79.47 ± 12.92	/	< 0.05
活力	护理前	65.59 ± 13.06	64.73 ± 12.56	/	> 0.05
	护理后	74.38 ± 9.09	77.49 ± 8.92	/	< 0.05
精神健康	护理前	71.35 ± 13.02	70.56 ± 12.41	/	> 0.05
	护理后	77.83 ± 10.28	80.74 ± 9.08	/	< 0.05
总体健康	护理前	43.36 ± 19.01	42.72 ± 15.62	/	> 0.05
	护理后	51.35 ± 14.05	57.56 ± 14.41	/	< 0.05

中医护理对护理人员要求相对较高,护理人员需具备较高的专业素养,积极学习中医护理理论及刮痧、艾灸疗法的规范操作,定期参加培训,不断学习新型护理理念,更新观念,提升自身专业素养,护理人员加强与临床医师的配合,全面掌握相关药物的用药剂量等,避免对患者造成影响。护理人员树立起责任意识,具备良好的共情能力,充分照顾患者情绪,给予患者情感关怀与心理疏导,用人文关怀帮助患者走出负面情绪,要做到帮助缓解患者病症的同时排解患者负面情绪,使患者感到温暖,帮助患者增强治疗信心^[5]。通过科室医护人员的高度配合,共同推进中医护理干预工作高效有序进行,推动临床治疗达到预期效果,提高科室治疗及护理的质量与水平。根据本研究可知,实验组整体情况较好,且各项数据都表明,小柴胡汤加减辅以循经刮痧联合艾灸中医护理,充分体现中医治病的优势,具有极大发展性优势和前进性意义,能有效缓解患者的头痛症状,降低不良事件发生的风险,提升患者的治疗体验,进一步加快患者康复

进程,且刮痧、艾灸成本相对较低,一定程度能减轻患者治疗负担,得到广泛认可,值得推广。

参考文献:

- [1] 陈会滨. 针灸配合按摩手法治疗偏头痛的研究进展 [J]. 内蒙古中医药, 2022, 41(06): 155-156. DOI: 10.16040/j.cnki.cn15-1101.2022.06.062
- [2] 徐冰泉, 潘全慧. 开天门联合头部刮痧护理干预偏头痛临床观察 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20(12): 159-161
- [3] 李海楠. 循经刮痧拔罐艾灸联合中药贴敷的中医综合护理干预在卒中恢复期偏瘫患者中的应用 [J]. 医疗装备, 2021, 34(03): 152-153
- [4] 曹高凡, 张霞. 循经刮痧联合艾灸对足少阳胆经头痛病的中医护理干预效果观察 [J]. 中外女性健康研究, 2018(19): 9-10+34
- [5] 鲁利香, 杨辉. 浅谈足少阳胆经头痛 [C]// 贵州省第七届中西医结合神经科学学术年会论文汇编, 2015: 196-199. DOI: 10.26914/c.cnkihy.2015.001847