

中医刮痧干预对外感头痛患者疗效的影响

陈敏

(泰州市中医院 江苏 泰州 225300)

【摘要】目的：探究外感头痛的中医刮痧干预效果。方法：将近一年本医院收治的外感头痛病例，选取62例进行系统抽样并随机分组。其中探究组采用中医刮痧干预治疗的模式，参照组采用基础治疗。结果：两组病患入组前各项指标无显著差异，而经过两种不同模式的治疗后，探究组的病患治疗总有效率高于参照组；探究组病患生活质量各项指标评分均优于参照组；探究组病患对于治疗的综合满意度(96.77%)较参照组(80.65%)也更高。结论：采用中医刮痧干预在外感头痛病患中的临床疗效较好，能够有效改善病患的病情，提升病患生活质量与治疗满意度，方法有用，值得推广。

【关键词】外感头痛；中医刮痧；治疗效果

Effect of TCM Gua Sha intervention on patients with external headache

Min Chen

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

[Abstract] Objective: To explore the effect of traditional Chinese medicine scraping intervention on external headache. Methods: 62 cases of external headache admitted to our hospital in the past year were systematically sampled and randomly grouped. The treatment mode of gua sha intervention was used in the inquiry group, and the basic treatment was used in the reference group. Results: There was no significant difference between the two groups of patients before enrollment, and after two different modes of treatment, the total effective rate of the inquiry group was higher than that of the reference group. All the indexes of life quality in the inquiry group were better than those in the control group. Overall satisfaction with treatment was also higher in the inquiry group (96.77%) than in the control group (80.65%). Conclusion: The use of traditional Chinese medicine Gua Sha intervention in external headache patients with good clinical efficacy, can effectively improve the patient's condition, improve the quality of life and treatment satisfaction, the method is useful, worthy of promotion.

[Key words] External headache; TCM scraping; Effect of treatment

外感和内伤可以根据起病的方式、病程的长短、疼痛的性质等特点来进行辨证。外感头痛主要是指突然感受了风寒、风热等邪气而形成头痛。发病特点为起病较急，病情较重，传播较快。根据感受邪气的不同，治疗上采用不同的方法^[1]。而刮痧可以起到疏通经络，祛瘀，止痛的治疗作用，经常被用于治疗感冒，头痛，或者局部的劳损的疾病，是我国传统的中医治疗方法之一^[2]。基于以上情况，我科室开展了外感头痛病患的临床治疗研究，探究了中医刮痧在此类病患中的应用效果，以下为本次探究的详细分析与报告：

1 资料和方法

1.1 资料

将近一年本医院收治的外感头痛病例抽选62例，男、女各33、29例，年龄在17-69岁之间，平均为(42.39±7.53)岁；病程分布1-12天，均值为(4.16±0.88)天。将所有病患进行系统抽样并随机分组(探究组/参照组)各31例。两组入组P>0.05无统计学意义。

1.2 方法

1.2.1 参照组

本组病患采用基础治疗，方法如下：

①病患入院身份识别、体检，查询病史、家族史、用药禁忌等，对病患进行整体评估，了解病患病情，制定针对性的治疗方案。②对病患进行健康教育，治疗注意事项详细告知。③给予病患补液、降温治疗，同时根据病患病情辨证给予中成药口服：针对有风寒症的病患，给予柴胡饮颗粒口服治疗，每次3g，每日口服三次，或是口服感冒清热冲剂，每次12g，每日口服三次；针对有风热症的病患，给予双黄连口服液口服治疗，每次20ml，每日口服三次，或是口服银黄颗粒，每次8g，每日两次，抑或是口服疏风解毒胶囊，每次2.08g，每日三次；针对有暑湿证的病患，给予藿香正气水口服治疗，每次0.25g，每日口服两次，或是口服暑热感冒颗粒，每次20g，每日三次。在治疗期间根据病患实际病情情况进行用药用量以及疗程的及时调整。④对病患做好规范用药指导，保障水电解

质与酸碱平衡,做好营养支持,连续30天定期记录病患症状、体征方面的变化情况,并记录病患用药期间的不良反应情况。⑤根据日常交流与观察作好记录,总结病患的生活和饮食特点,及时纠正病患的不科学生活和饮食习惯,根据病患病情治疗进展帮助其制定科学健康的食谱。以低脂清淡的饮食为主,忌食生冷硬辣刺激的食物,蛋白质、维生素摄取应充足^[3]。作息规律,适量运动,依据病患治疗与恢复情况,制定合理的运动计划,督促病患进行及时有效的运动管理,有效提高自身抵抗力。提醒病患及时来院进行病情复查,提醒病患家属对病患进行及时督促。⑥做好记录,对所有病患的治疗效果观测,总结数据并进行分析。

1.2.2 探究组

本组病患在基础治疗之上加入中医刮痧干预,具体方法如下:

指导病患采用坐位的治疗姿势,根据病患病情辩证选择穴位、经络进行刮痧治疗:从背部督脉及足太阳膀胱经循行区域:大椎、风门、肺俞采用面刮法依次刮至颈部督脉循行区域,再行至头后部正中督脉循行区域,再至顶部正中督脉循行区域,并依次点按头侧部足少阳胆经循行区域:太阳、印堂、缠竹、鱼腰、丝竹空,以及双侧足少阳胆经循行区域:风府、风池、哑门、大椎、肩井,并根据病患可耐受力度调整刮拭强度,每次1-2s,体质虚弱或老年病患应注意手法轻柔,多加观察病患耐受力度。每次治疗刮拭一次,治疗时间20分钟以内。

做好记录,对所有病患的治疗效果观测,总结数据并进行分析。

1.3 疗效指标

若病患经过治疗后头痛完全消失即为治愈;若病患经过治疗后头痛持续时间仅有原来的三分之一,头痛程度大幅下降2级,其他各项症状显著减轻即治疗为显效;若病患经过治疗后头痛持续时间缩减三分之一,头痛程度下降1级,即治疗为有效;若病患经过治疗后各项均无明显改善即治疗为无效。

1.4 统计学方法

SPSS20.0数据处理并分析,采用t值/ χ^2 值检验, $P < 0.05$ 则有统计学意义。

2 结果

2.1 两组病患治疗效果对比

本研究具体计算分析两组观察记录,可发现探究组治疗总有效病例数高于参照组。具体结果详情见下文表2-1:

2.2 两组病患治疗前后生活质量评分对比

表2-1 两组病患治疗效果对比 (n, %)

观察指标	探究组	参照组	χ^2	P
病例数	31	31	0.000	> 0.05
治愈	15 (48.39%)	12 (38.71%)		
显效	10 (32.26%)	7 (22.58%)		
有效	5 (16.13%)	6 (19.35%)		
无效	1 (3.23%)	6 (19.35%)		
总有效率	30 (96.77%)	25 (80.65%)	6.372	< 0.05

本研究具体计算分析对两组病患的六个月随访观察记录,可发现治疗前两组差异不大,探究组治疗后生活质量评分更高,表示本组病患生活质量更佳。具体结果详情见下文表2-2:

2.3 两组病患治疗综合满意度对比

本研究具体计算分析对两组病患的随访记录,可发现两组经不同治疗后探究组病患对于治疗的综合满意度更高。具体结果详情见下文表2-3:

3 结论

发生头痛首先要根据伴随症状,明确头痛的具体病因,再选择针对性方案。实证头痛主要是以去邪为主,外感头痛引起的实证头痛,主要是以祛除外邪为主,而瘀血阻滞头痛主要是以活血化瘀止痛为主,痰浊阻滞头痛主要是以理气化痰止痛为主^[4-5]。

刮痧疗法是传统的中医治疗方法,最早用扁食,或是铜钱、瓷片等。刮痧可以宣肺和胃,帮助机体抵御外邪,祛湿、祛寒、防止感冒,对风寒感冒的人更适合^[6]。刮痧可以疏通经络,感冒的时候身体会出现各种疼痛现象,刮痧能有效的疏经活络、缓解感冒症状,对外感风热还能够解表清热、降低体温,清泄风热^[7-8]。

本研究通过采用中医刮痧干预治疗的模式,对外感头痛病患进行治疗,效果较为优异。根据本次实验可发现两组病患入组前各项指标无显著差异,而采用中医刮痧干预的探究组病患治疗后治疗总有效病例数为30例,占比96.77%,高于参照组25例、80.65%;探究组病患生活质量各项指标评分情绪功能(76.73±13.75)、躯体功能(72.21±11.67)、社会功能(74.92±13.39)、角色功能(76.51±14.68)、认知功能(80.38±11.26)、活力(77.54±5.22)、精神健康(79.76±5.12)、生理健康(80.72±6.41)、综合评分(80.36±3.47)均优于参照组(69.24±12.40)、(67.57±11.65)、(69.39±11.49)、(71.43±12.65)、(73.10±11.27)、

表 2-2 两组病患治疗前后生活质量评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

观察指标	探究组	参照组	t	P	
病例数	31	31	0.000	> 0.05	
情绪功能	治疗前	61.86 ± 10.20	61.78 ± 10.65	0.129	> 0.05
	治疗后	76.73 ± 13.75	69.24 ± 12.40	22.562	< 0.05
躯体功能	治疗前	61.15 ± 10.61	61.14 ± 10.65	0.135	> 0.05
	治疗后	72.21 ± 11.67	67.57 ± 11.65	19.626	< 0.05
社会功能	治疗前	64.58 ± 10.41	64.39 ± 10.18	0.451	> 0.05
	治疗后	74.92 ± 13.39	69.39 ± 11.49	25.492	< 0.05
角色功能	治疗前	67.15 ± 10.31	67.74 ± 10.60	0.232	> 0.05
	治疗后	76.51 ± 14.68	71.43 ± 12.65	19.853	< 0.05
认知功能	治疗前	69.76 ± 10.93	69.37 ± 10.65	0.241	> 0.05
	治疗后	80.38 ± 11.26	73.10 ± 11.27	26.742	< 0.05
活力	治疗前	66.87 ± 2.36	66.85 ± 2.11	0.442	> 0.05
	治疗后	77.54 ± 5.22	70.05 ± 4.74	26.236	< 0.05
精神健康	治疗前	65.54 ± 2.04	65.76 ± 2.12	0.321	> 0.05
	治疗后	79.76 ± 5.12	72.75 ± 4.64	22.762	< 0.05
生理健康	治疗前	64.69 ± 3.76	64.29 ± 3.76	0.272	> 0.05
	治疗后	80.72 ± 6.41	75.28 ± 5.65	20.673	< 0.05
综合评分	治疗前	61.48 ± 2.59	61.58 ± 2.47	0.374	> 0.05
	治疗后	80.36 ± 3.47	71.36 ± 3.58	30.583	< 0.05

表 2-3 两组病患治疗综合满意度对比 (n, %)

观察指标	探究组	参照组	χ^2	P
病例数	31	31	0.000	> 0.05
综合满意度	非常满意	20 (64.52%)	16 (51.61%)	\
	基本满意	10 (32.26%)	9 (29.03%)	
	不满意	1 (3.23%)	6 (19.35%)	
	总满意度	30 (96.77%)	25 (80.65%)	

(70.05 ± 4.74)、(72.75 ± 4.64)、(75.28 ± 5.65)、(71.36 ± 3.58)；探究组病患对于治疗的综合满意度(96.77)较参照组(80.65)也更高。

由此，可得：采用中医刮痧干预在外感头痛病患中的临床疗效较好，能够有效改善病患的病情，提升病患生活质量与治疗满意度。这与其他专家对此类研究的结果相符，可积极应用于医院临床治疗中。

参考文献：

[1] 侯媛媛, 张慧, 孙雯. 头部循经刮痧配合重复

经颅磁刺激用于紧张型头痛的疗效评价 [J]. 陕西中医药大学学报, 2022, 45(04): 101-104

[2] 林鑫阳. 后枕部刮痧结合推拿治疗颈源性头痛的临床疗效观察 [D]. 福建中医药大学, 2022

[3] 黄双, 刘向哲. 按摩结合辨证刮痧治疗紧张性头痛临床观察 [J]. 实用中医药杂志, 2022, 38(04): 652-653

[4] 龚青春. 中医铜砭刮痧法在原发性头痛护理中的应用及效果 [J]. 当代护士 (中旬刊), 2021, 28(11): 58-60

[5] 胡书凤, 冯金星. 特定穴位刮痧疗法治疗外感头痛疗效观察 [J]. 中国中医急症, 2016, 25(07): 1423-1425

[6] 黄美, 龚秀琴. 中医刮痧干预对外感头痛患者疗效的影响 [J]. 中外女性健康研究, 2020(20): 2

[7] 王芬芬, 殷虹, 籍曾洋. 循经刮痧对肝阳上亢型偏头痛的疗效观察 [J]. 重庆医学, 2020

[8] 龚青春. 中医铜砭刮痧法在原发性头痛护理中的应用及效果 [J]. 当代护士 (学术版), 2021, 028(011): 58-60