

耳穴贴压及穴位按摩在 PHN 患者的应用研究

赵 静 李晓静 曹慧娜 李镇铮

上海交通大学医学院附属仁济医院浦南分院 上海 200125

【摘要】：目的：探讨耳穴贴压联合穴位按摩护理对带状疱疹后遗神经痛（PHN）患者疼痛及睡眠的改善效果，研究耳穴贴压联合穴位按摩护理在住院患者中的应用价值。**方法：**选取我院 2020 年 8 月到 2021 年 8 月收治的带状疱疹后遗神经痛患者 80 例作为研究对象，根据其入院时间排序编号，单数 40 例设置为研究组，给予耳穴贴压联合穴位按摩护理；双数 40 例设置为对照组，给予常规治疗和护理。观察两组患者的视觉模拟评分法（VAS）、匹茨堡睡眠质量指数量表（PSQI）、护理满意度的变化，比较两组患者的疼痛及睡眠情况。**结果：**80 例 PHN 患者，研究组的 VAS 评分（ 4.69 ± 0.36 ）分低于对照组（ 6.36 ± 0.55 ）分，组间差异具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）；研究组的 PSQI 评分为（ 0.80 ± 0.51 ）分，明显低于对照组（ 1.70 ± 0.64 ）分（ $P < 0.01$ ）；研究组的护理满意度高于对照组，组间差异具有统计学意义（ $P < 0.05$ ），患者的总有效率为 92.5%，平均住院天数减少 5.39 天。**结论：**耳穴贴压联合穴位按摩护理能够有效改善 PHN 患者的疼痛和睡眠情况，降低患者复发率，提高生活质量，提升患者满意度。

【关键词】：耳穴贴压联合穴位按摩护理；带状疱疹后遗神经痛；疼痛管理；睡眠质量

Application of Auricular Point Sticking and Massage in Patients with PHN

Jing Zhao Xiaojing Li Huina Cao Zhenzheng Li

Renji Hospital Affiliated to Shanghai Jiaotong University Hospital Punan Branch Shanghai 200125

Abstract: Objective: To investigate the effect of auricular point sticking combined with acupoint massage nursing on pain and sleep improvement in patients with postherpetic neuralgia (PHN), and to study the application value of auricular point sticking combined with acupoint massage nursing in hospitalized patients. Methods: A total of 80 patients with postherpetic neuralgia admitted to our hospital from August 2020 to August 2021 were selected as research objects. According to their admission time, 40 cases with singular number were set as study group, and they were given auricular acupoint sticking combined with acupoint massage. An even number of 40 cases were set as control group and given routine treatment and nursing. Visual analog scale (VAS), Pittsburgh Sleep Quality Index Scale (PSQI) and nursing satisfaction were observed in the two groups, and pain and sleep conditions were compared between the two groups. Results: In 80 PHN patients, VAS score of the study group (4.69 ± 0.36) was lower than that of the control group (6.36 ± 0.55), and the difference between the groups was statistically significant ($P < 0.05$). The PSQI score of the study group was (0.80 ± 0.51) points, significantly lower than that of the control group (1.70 ± 0.64) points ($P < 0.01$). The nursing satisfaction of the study group was higher than that of the control group, and the difference between the groups was statistically significant ($P < 0.05$). The total effective rate of patients was 92.5%, and the average length of hospitalization was reduced by 5.39 days. Conclusion: Auricular point sticking combined with acupoint massage nursing can effectively improve the pain and sleep conditions of patients with PHN, reduce the recurrence rate of patients, improve the quality of life, improve patient satisfaction.

Keywords: Ear acupoint pressing combined with acupoint massage nursing; Neuralgia after herpes zoster; Pain management; Sleep quality

带状疱疹（HZ）是由水痘-带状疱疹病毒引起的急性炎症性皮肤病，经治疗带状疱疹皮疹临床愈合后疼痛持续存在超过 1 个月，称为带状疱疹后遗神经痛（PHN）[1]，是带状疱疹常见而严重的并发症，是一种中重度神经病理性疼痛，典型临床表现为闪电样、撕裂样或烧灼样疼痛[2]。有数据显示带状疱疹后遗神经痛发病率为 9~34% [1]，发病率随着年龄的增长而增加，70 岁以上达到 75%，其中疼痛不能缓解高达 50% [3]，严重影响患者情绪、心理以及睡眠及患者生活质量 [4]，超过 50% 剧烈疼痛的患者有自杀的想法。目前对 PHN 患者的治疗，国外研究显示有联合用药和微创介入治疗，短期内有较好的镇痛效果但弊端在于患者服药后会出现便秘、恶心呕吐等副作用，加之药物治疗效不稳定，存在疾病复发的情况 [4-5]，现将耳穴贴压及穴位按摩运用于住院 PHN 患者的报道如下：

1 资料及方法

1.1 一般资料

收集 2020 年 8 月到 2021 年 8 月我院中医科住院治疗的 80 例带状疱疹后遗神经痛患者，在其同意参与研究的前提下，设为研究对象，根据其入院时间排序，单数 40 例设置为研究组，双数 40 例设置为对照组。对照组患者：男性 19 例，女性 21 例；年龄均介于 46~82 岁，平均（ 61.31 ± 4.86 ）岁；病程平均（ 1.61 ± 1.08 ）个月。研究组患者：年龄均介于 43~79 岁，平均（ 60.24 ± 3.16 ）岁；病程平均（ 1.41 ± 0.99 ）个月。分析两组性别、年龄、临床症状及病程比较，差异无统计学意义（ $P > 0.05$ ），具有可比性。

1.2 方法

1.2.1 对照组行常规治疗及护理

主要包括①用药护理：提高机体免疫力、营养神经、抗病毒药物护理、心理护理、饮食护理、健康宣讲以及病情观察等措施。②饮食调理：选择低盐、低脂肪、低胆固醇、

富含钙质和维生素的新鲜蔬果，少吃油腻、寒凉、刺激性食物。③生活起居护理：每天通风换气，空气消毒，保持病室整洁。④心理护理：高血压和失眠是慢性身心疾病，长期治疗给患者造成经济和心理负担。告知患者喜怒等过激情绪会对睡眠产生不良影响，要保持心态平和。

1.2.2 研究组在常规治疗和护理的基础上行耳穴贴压和穴位按摩护理。

(1) 耳穴贴压 护理人员在患者耳穴埋籽时选穴：查阅文献，咨询专家确定穴位，主穴：神门穴、交感、皮质下；配穴：脾穴、肝穴、肾上腺，患者身体无不适方可进行耳穴贴压；操作方法：①耳穴贴压开始前患者取正坐位，专业医护人员检查皮肤完整性；②贴压开始一手持耳轮后上方，一手持探棒由外而内由上而下寻找患者敏感点，寻找到痛感最为明显处，选神门穴、交感、皮质下 3 个主穴，脾穴、肝穴、肾上腺 3 个配穴；③使用酒精棉签为患者耳朵内而外、由上而下进行消毒，待干燥后将粘有王不留行籽的胶布粘贴于患者耳穴敏感点，3~4d 更换一次。

(2) 穴位按摩 夹脊穴穴位选择：查阅文献和咨询推拿科专家确定穴位。主穴：患侧夹脊穴；配穴：足三里、肝俞。手法多用拇指或食指指腹点按或指揉，以患者可耐受、舒适为度。操作方法：①操作者每天在患者睡前进行穴位按摩，协助患者取仰卧位；②操作者右手拇指或食指指腹紧贴穴位皮肤呈 90 度，强度由轻到重，禁止暴力按揉，以患者有酸、麻、胀痛感为度。主穴：患侧夹脊穴 夹脊穴定位是第一颈椎到第五腰椎，每椎下正中旁开 1.5 ~ 1 寸，在患侧相应的神经节段对应的上下取 2 ~ 4 个夹脊穴，于其上垂直点压，慢慢用力，使患者产生得气感后，坚持点压 10min，旋转 90° 慢慢放松。

1.3 指标判定

干预后对 PHN 患者进行视觉模拟评分法 (VAS)、匹茨堡睡眠质量指数量表 (PSQI) 的监测，比较干预前后 PHN 患者的疼痛情况、睡眠情况的变化，并分析治疗效果及治疗后复发率。

VAS 评分标准^[6]。

PSQI 评分标准^[7]。

护理满意度：出院时，采用百分制评分法对两组患者进行护理满意度调查。其中总护理满意度 = (一般人数 + 满意人数 + 非常满意人数) / 总填表人数 × 100%。

治疗效果评判标准^[9]，总有效率 = [(临床治愈 + 显效 + 有效) / 总例数] × 100。

1.4 统计学方法

采用 SPSS20.0 统计软件进行数据分析，t 检验用 ($\bar{x} \pm s$) 代表的视觉模拟评分结果和匹茨堡睡眠质量指数量表总分结果， χ^2 检验用 n (%) 代表的护理满意度，分析两组数据之间的组间差异，如果 $P < 0.05$ ，则证明当前研究讨论的组间差异具有统计学意义。

2 结果

参考文献：

- [1] 于生元, 万有, 万琪, 等. 带状疱疹后神经痛诊疗中国专家共识 [J]. 中国疼痛医学杂志, 2016, 22(03): 161-167.
[2] 杜天乐, 张学勇, 景春晖. 中医药治疗带状疱疹后遗神经痛的研究进展 [J]. 湖南中医杂志, 2015, 31(8): 194-195.

2.1 对比两组带状疱疹后遗神经痛患者的视觉模拟评分情况比较

分析得到：PHN 患者干预前的视觉模拟评分为 (8.15±1.22) 分，对照组患者的视觉模拟评分为 (8.11±1.25) 分，其研究结果为 ($t=0.264$, $p=1.231$)，组间差距均没有统计学意义 ($P > 0.05$)；干预后研究组患者的视觉模拟评分为 (4.69±0.36) 分，对照组患者的视觉模拟评分为 (6.36±0.55) 分，其研究结果为 ($t=4.632$, $p=0.016$)，组间数据差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。

2.2 对比两组带状疱疹后遗神经痛患者的睡眠质量指数量表总分比较

分析得到：PHN 患者干预前两组患者疼痛对睡眠影响评分比较，差异均无统计学意义 ($P > 0.05$)；干预后研究组患者疼痛对睡眠影响 (0.85±0.51) 分比较明显轻于 (1.70±0.64) 分，差异有高度统计学意义 (均 $P < 0.01$)。

2.3 对比两组带状疱疹后遗神经痛患者的护理满意度情况

分析得到：PHN 患者干预后患者护理满意度高于干预前，组间差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。

2.4 PHN 患者的临床疗效及住院天数：

PHN 患者的总有效率为 92.5% (37/40) 高于对照组总有效率 85% (34/40)；平均住院天数减少 5.39 天。

3 讨论

带状疱疹带来的不规则中重度疼痛可持续数月数年甚至终身，发作时疼痛剧烈患者难以忍受，严重影响患者情绪、心理以及睡眠及患者生活质量^[5]，从而发展成为某些严重的精神系统的疾病，同时也会增加家庭及社会的负担^[6]，甚至患者家属出现情绪障碍^[7]。而目前临床上对 PHN 患者的治疗尚无特效治疗方案，方法多样且疗效差异较大，主要以营养神经、镇痛、抗病毒及物理治疗为主。

西医疗法的方法虽然短期内有较好的镇痛作用，但存在的不良反应且禁忌证较多，尤其对老年患者不适用，加之疗效不稳定，容易增加患者的复发率。现代研究证明，耳穴镇痛的作用基础与中枢神经内的脑干网状结构、脊髓灰质后角及延髓等感觉整合中枢有关，耳廓血管壁内有丰富的交感神经、副交感神经及迷走神经等，所以耳穴贴压疗法的镇痛作用与神经调节有关^[7]，并改善血液循环功能，调节脏腑功能^[8]。

耳穴贴压和穴位按摩的联合在带状疱疹后遗神经痛的相关报道较少，两者相互取长补短，耳穴贴压能长时间刺激耳穴，刺激强度比穴位按摩小，患者临睡前按压耳穴有放松心理压力的作用。穴位按摩通过高强度刺激局部组织，达到身体肌肉放松目的，但总按摩时间较短。

综上所述，耳穴贴压和穴位按摩护理的联合使用，能够显著提升 PHN 患者的生存质量及自我疼痛管理能力，值得临床上进一步推广应用。

- [3] 吴夏波, 宁林. 个性化护理干预对带状疱疹患者神经痛及负性情绪的影响 J. 河北医学, 2016, 22(9): 1569-1571, 1572
- [4] 高倩. 老年带状疱疹患者神经痛的中西医结合护理体会 [J]. 湖南中医杂志, 2016, 32(4): 134-135.
- [5] 郑洁芳, 陈小芬, 杨燕清. 早期护理干预对带状疱疹后遗神经痛患者康复的影响 [J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2015, 36(3): 419-421.
- [6] 马英. 耳穴压豆法及穴位按摩在妇科腹腔镜术后胃肠功能恢复中的观察及护理 [J]. 中国现代药物应用, 2014, 12(21): 201-202.
- [7] 董玲娜, 俞琦, 叶君儿, 等. 耳穴贴压对剖宫产术后疼痛及血清皮质醇、白细胞介素 6 浓度的影响 [J]. 中华护理杂志, 2015, 50(7): 839-844.
- [8] 贾媛媛, 喻霞, 刘俊萍, 等. 穴位贴敷结合穴位按摩治疗呼吸系统疾病的临床应用 [J]. 临床医学研究与实践, 2016, 1(26): 145-146.

基金项目:

上海市浦东新区科技发展基金项目: 耳穴贴压联合穴位按摩护理对带状疱疹后遗神经痛患者生存质量的影响。

项目编号为: PKJ2020-Y88。