

个性化中医护理结合铜砭刮痧对乳腺增生患者抑郁焦虑的影响

曾小丽

湖北医药学院附属人民医院针灸科 湖北 十堰 442000

【摘要】：目的：探究个性化中医护理结合铜砭刮痧对乳腺增生患者抑郁焦虑的影响。方法：选择 2022-01 至 2022-12 医院中医科室收治的 80 例乳腺增生患者为研究对象，计算机分组研究组、对照组，各 40 例，对照组使用常规护理，研究组使用个性化中医护理+铜砭刮痧，对比两组焦虑/抑郁情绪、乳房疼痛、肿块症状评分、生活质量评分以及护理满意度。结果：护理前，两组焦虑/抑郁评分差异可忽略（ $P>0.05$ ），护理后研究组焦虑情绪，抑郁情绪评分低于对照组（ $P<0.05$ ）；护理前，两组乳房疼痛、肿块症状评分差异可忽略（ $P>0.05$ ），护理后研究组乳房疼痛、肿块症状评分低于对照组（ $P<0.05$ ）；研究组生理功能、心理功能、躯体功能、认知功能评分高于对照组（ $P<0.05$ ）；研究组护理满意度 97.50% 高于对照组 85.00%（ $P<0.05$ ）。结论：乳腺增生患者采用个性化中医护理+铜砭刮痧护理对于改善患者不情绪，提高患者生活质量有重要积极作用。

【关键词】：个性化中医护理；铜砭刮痧；乳腺增生；抑郁焦虑；影响

To Explore the Effect of Individualized Traditional Chinese Medicine Nursing Combined with Copper Bianstone Scraping on Depression and Anxiety in Patients with Breast Hyperplasia

Xiaoli Zeng

Department of Acupuncture and Moxibustion, People's Hospital Affiliated to Hubei University of Medicine Hubei Shiyan 442000

Abstract: Objective: To explore the effect of individualized traditional Chinese medicine nursing combined with copper bianstone scraping on depression and anxiety in patients with breast hyperplasia. Methods: A total of 80 patients with breast hyperplasia admitted to the Department of Traditional Chinese Medicine of our hospital from January 2022-December 2022-22 were selected as the research objects. They were divided into the study group and the control group by computer, with 40 cases in each group. The anxiety/depression, breast pain, lump symptom scores, quality of life scores and nursing satisfaction were compared between the two groups. Results: Before the nursing, the difference in anxiety/depression scores between the two groups was negligible ($P>0.05$). After the nursing, the anxiety and depression scores of the study group were lower than those of the control group ($P<0.05$). Before nursing, the differences in symptom scores of breast pain and lump between the two groups were negligible ($P>0.05$). After nursing, the symptom scores of breast pain and lump in the study group were lower than those in the control group ($P<0.05$). The scores of physiological function, psychological function, physical function and cognitive function in the study group were higher than those in the control group ($P<0.05$). The nursing satisfaction of the study group was 97.50%, which was higher than 85.00% of the control group ($P<0.05$). Conclusion: Personalized traditional Chinese medicine nursing combined with scraping nursing with copper bianstone plays an important and positive role in improving the patient's depression and quality of life in patients with breast hyperplasia.

Keywords: Personalized TCM nursing; Scraping with copper bian; Hyperplasia of mammary glands; Depression and anxiety; Impact

乳腺增生为良性乳腺性疾病，多发生在 30~50 岁女性群体之间，发病后临床表现主要以乳腺疼痛，结节或肿块为主，部分患者存在乳头溢液^[1]。中医在针对疾病分析过程中将其归为“乳癖”“乳中结核”范畴，导致其发生多与患者情志不畅，肝气郁结，血瘀气滞存在重要关联，因此针对该疾病的治疗应以解郁疏肝，理气调气，疏通经络，活血化瘀为主^[2]。除此之外，更加需要重视关于情志的调节工作。铜砭刮痧作为中医特色护理技术，在治疗过程中能够起到化瘀活血，经络疏通，排毒祛血等效果，目前被广泛应用于乳腺增生疾病患者治疗过程中，而且该种治疗方式创伤性小，患者接受度高，在铜砭刮痧治疗的过程中为患者实施个性化中医护理，利于患者心理疏导，认知干预以及睡眠改善，能够从整体上提高患者临床疾病治疗效果，减少患者焦虑，抑郁情绪，提高患者生活质量^[3]。

基于此，研究纳入医院 2022-01 至 2022-12 收治的 80 例乳腺增生患者为研究对象，对个性化中医护理+铜砭刮痧可实践性价值进行分析。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择医院中医科 2022-01 至 2022-12 收治的 80 例乳腺增生患者为研究对象，计算机分组研究组、对照组，各 40 例。对照组年龄 20-48 岁，平均年龄（ 35.25 ± 2.45 ）岁，病程 5-16 个月，平均病程（ 8.63 ± 1.25 ）个月。研究组年龄 22-49 岁，平均年龄（ 35.30 ± 2.51 ）岁，病程 4-15 个月，平均病程（ 8.60 ± 1.21 ）个月。将两组患者数据输入计算机系统对比差异可忽略，具有可比性。研究符合医学伦理要求，且参与研究患者对本次研究

内容研究方案有充分认识并表示自愿参与。纳入标准：符合：乳腺增生疾病诊断；具备正常交流沟通能力；B超检查确诊；临床资料完整。排除标准：严重精神障碍性疾病；恶性肿瘤者；妊娠期，哺乳期女性；绝经女性。

1.2 方法

对照组采用常规护理，护理过程中按照医嘱为患者进行用药指导，同时基于患者健康知识掌握情况为患者科普关于乳腺增生的相关知识，例如危害，病症，治疗方式以及预后情况，提高患者综合性认知。针对情绪存在异常的患者需要进行心理疏导。叮嘱患者日常生活中保证情绪愉悦，能够更好更快地恢复健康。

研究组采用个性化中医护理+铜砭刮痧。

(1) 铜砭刮痧，患者干预过程中辅助患者保持坐位姿势，将润滑油涂抹在刮痧部位，刮痧油不宜太多，经络穴位选择心经、心包经、肺经、三焦经、颈椎、肩井穴；背部全刮，督脉膀胱经、肝脾肾投影区为重点；胸腺刮到云门中府，腋下极泉、副乳重点；两肋以下肝区脾区；膝盖以下刮脾经胃经胆经肝经，胫骨重刮，磨刮太溪、复溜补肾气，公孙、太白补脾气，冲脉、阴阳二跷脉。

(2) 个性化中医护理。①情志，个性化护理过程中需要重视情志护理，依据患者体质情况，症候积分情况以及乳腺增生症状情况，为患者提供科学的干预措施，例如依据患者喜好为患者播放喜欢的音乐，在为患者铜砭刮痧过程中通过音乐配合能够使患者保持身心放松，实现患者郁结血瘀的改善。积极鼓励患者、安慰患者，以此使患者增强对疾病的治疗信心。②中药调理，中医师在给予患者护理中可以结合患者实际情况为患者使用中医药，贝甲乳腺贴，该药物属于纯中药，纯天然萃取，将该药物贴敷在患者不适位置，1-2天更换一次，能够有效的改善患者乳房的不适感。③中医按摩，乳腺增生患者在日常生活中既需要保持情绪愉悦，更加需要有良好的睡眠。护理过程中可以为患者进行穴位按摩，选择太阳、印堂、百会、四神聪、内关、合谷、神门、三阴交、足三里、太冲等穴，对这些穴位进行按摩，时间控制在15分钟左右即可。还可以叮嘱患者进行生姜泡脚，这样更利于促进患者睡眠，睡前可以适当喝纯牛奶，保持睡前姿势，自然平躺，使双腿平直摆放，将脚后跟与床面紧贴，确保小腿与脚掌之间呈90度，这样姿势更利于患者进入睡眠状态。

1.3 观察指标

(1) 对比两组焦虑/抑郁情绪

使用SAS量表，SDS量表评估患者焦虑情绪，抑郁情绪，满分80分，分数越高患者焦虑情绪，抑郁情绪越严重。

(2) 对比两组乳房疼痛、肿块症状评分比

据《中医病证诊断疗效标准》对患者乳房肿块、乳房疼痛

症状积分评估满分为3分分数越高患者症状越严重

(3) 对比两组生活质量评分

生活质量采用SF-36量表进行评估，其中包括生理功能、心理功能、躯体功能、认知功能，满分均为100分，分数越高患者生活质量越好。

(4) 对比两组护理满意度

满意度由医院科室自制满意度调查问卷，内容包括护理效果、护理态度、环境、安全性。分为满意，基本满意，不满意。满意度=1-不满意度。

1.4 统计学分析

研究所有数据行统计数据，计量资料($\bar{x} \pm s$)表示、计数资料n(%)表示，组间对比t、检验， $P < 0.05$ ，统计意义标准，应用SPSS 24.0软件统计分析。

2 结果

2.1 两组焦虑/抑郁情绪

护理前，两组焦虑/抑郁评分差异可忽略($P > 0.05$)，护理后研究组焦虑情绪，抑郁情绪评分低于对照组($P < 0.05$)见表1。

表1 患者焦虑/抑郁评分情况($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	SAS 评分		SDS 评分	
	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组(n=40)	55.71 ± 4.17	45.28 ± 2.35	53.15 ± 3.41	45.66 ± 3.52
研究组(n=40)	55.20 ± 4.28	36.26 ± 2.31	54.55 ± 3.62	33.58 ± 2.19
t	0.540	17.312	1.780	18.429
P	0.591	<0.001	0.079	<0.001

2.2 两组乳房疼痛、肿块症状评分

护理前，两组乳房疼痛、肿块症状评分差异可忽略($P > 0.05$)，护理后研究组乳房疼痛、肿块症状评分低于对照组($P < 0.05$)见表2。

表2 两组乳房疼痛、肿块症状评分($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	乳房疼痛评分		乳房肿块评分	
	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组(n=40)	2.33 ± 0.20	1.78 ± 0.14	2.60 ± 0.33	1.63 ± 0.14
研究组(n=40)	2.34 ± 0.19	0.81 ± 0.09	2.61 ± 0.35	0.92 ± 0.20
t	0.229	36.861	0.131	18.394
P	0.819	<0.001	0.896	<0.001

2.3 两组生活质量评分

研究组生理功能、心理功能、躯体功能、认知功能评分高于对照组 ($P<0.05$) 见表 3。

表 3 两组生活质量评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别		对照组 (n=40)	研究组 (n=40)	t	P
生理功能	护理前	66.02±1.00	66.14±1.20	0.486	0.628
	护理后	76.72±1.10	85.72±0.62	45.079	<0.001
心理功能	护理前	67.74±2.20	67.78±2.64	0.074	0.942
	护理后	77.73±2.32	87.44±2.40	18.398	<0.001
躯体功能	护理前	67.15±2.61	67.14±2.60	0.017	0.986
	护理后	77.21±2.62	87.57±2.65	17.583	<0.001
认知功能	护理前	67.15±3.61	67.14±3.60	0.012	0.990
	护理后	77.21±3.68	87.58±3.65	12.654	<0.001

2.4 两组护理满意度

研究组护理满意度 97.50% 高于对照组 85.00% ($P<0.05$) 见表 4

表 4 患者护理满意度比较 (%)

组别	满意	基本满意	不满意	总满意
对照组 (n=40)	14 (35)	20 (50)	6 (15)	34 (85)
研究组 (n=40)	16 (40)	23 (57.5)	1 (2.5)	39 (97.5)
χ^2	-	-	-	3.914
P	-	-	-	0.048

3 讨论

乳腺增生疾病是现阶段女性多发性以及高发性疾病, 尽管

不会威胁患者女性生命安全, 但是对患者的日常工作以及生活造成严重影响, 该疾病主要以乳房肿块, 乳房内结节, 并存在乳房疼痛或月经周期不调等症状为重要表现。目前该疾病的发病原因并不能完全确定, 但是与情绪, 饮食, 精神, 遗传等因素具有高度相关性。中医分析该疾病多因内伤情, 充任失调, 痰孟凝结导致, 因此在治疗过程中主要以祛瘀活血, 疏肝理气, 疏经通络为主^[4]。

此次研究过程中利用中医特色护理技术铜砭刮痧过程中能够结合中医经络穴位知识进行治疗, 通过刮痧能够实现疏通经络, 祛瘀散结, 气血调节等作用, 而且中医认为五脏六腑之病均与肝胆存在高度高于关联, 因此针对临床中如高血压、甲状腺结节、肝癌、子宫肌瘤、卵巢囊肿、乳腺疾病等疾病, 均可通过刮痧肝胆经络而取得满意疗效。在该种治疗方法实施的同时, 为患者采用个性化中医护理能够进一步提高患者临床疗效, 减少患者情志失调情况。分析此次研究结果, 研究组焦虑情绪, 抑郁情绪评分低于对照组, 乳房疼痛, 乳房肿块评分低于对照组, 生活质量评分高于对照组, 护理满意度高于对照组。分析原因, 利用铜砭刮痧能够起到疾病治疗作用, 配合中医个性化护理干预, 给予患者科学的心理疏导, 减轻患者疾病治疗过程中的焦虑情绪, 抑郁情绪, 同时通过健康教育使患者了解到乳腺增生的发病原因, 诱导机制, 治疗方案, 预后情况, 提高患者的疾病认知, 使患者能够以正常的心态面对疾病治疗, 减少内心负担。为患者讲解疾病在治疗过程中需要注意哪些内容, 为患者制定日常饮食计划。相关学者^[5]在报道中针对乳腺增生患者实施铜砭刮痧疗法联合中医护理干预, 结果显示通过该种联合护理的患者焦虑情绪, 抑郁情绪明显降低, 而且乳房肿块以及乳房疼痛情况明显改善。这一研究结果与本次研究结果具有一致性, 说明乳腺增生患者个性化中医护理结合铜砭刮痧具有较高的使用价值。

综上所述, 乳腺增生患者在护理过程中使用铜砭刮痧同时结合个性化中医护理, 能够从整体上提高临床疗效, 减少患者焦虑, 抑郁情绪, 提高患者生活质量, 值得临床推广。

参考文献:

- [1] 帅艳常. 铜砭刮痧治疗乳腺增生的临床效果观察[J]. 临床合理用药杂志, 2021, 14(02): 166-167.
- [2] 杨丹, 曾鸣. 铜砭刮痧联合中药离子导入对乳腺增生患者的护理效果[J]. 当代护士(上旬刊), 2022, 29(08): 115-117.
- [3] 乔楠, 陶晖, 吴金娜, 方勇, 倪毓生, 丁晓雯. 乳腺增生症患者焦虑抑郁水平的中西医影响因素分析[J]. 中医药导报, 2022, 28(11): 83-87.
- [4] 乔楠, 倪毓生, 屈卫龙, 丁晓雯, 方勇. 内消乳核冲剂治疗肝郁气滞型乳腺增生症患者的临床疗效及对情志改善的影响[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(07): 4391-4394.
- [5] 李永. 铜砭刮痧疗法联合中医适宜技术在乳腺增生患者中的应用效果[J]. 光明中医, 2020, 35(15): 2402-2404.