

# 乳腺增生患者灸疗后的蒙医护理体会

何畅<sup>1</sup> 萨仁格日乐<sup>通讯作者</sup>

(内蒙古自治区国际蒙医医院 内蒙古呼和浩特 010065)

**摘要:**目的:分析乳腺增生患者灸疗后开展蒙医护理的体会和效果。方法:择取我院 2021 年 3 月-2022 年 5 月于门诊就诊治疗的乳腺增生患者 54 例为研究对象,按照其灸疗后护理方式不同,分为对照组和观察组,各 27 例,对照组 27 例采用常规护理,观察组 27 例予蒙医护理,对比两组患者护理前后乳腺疼痛评分和护理前后乳腺肿块大小,同时对比两组患者对于护理效果的满意度、以及随访复发率。结果:观察组和对照组患者护理前乳腺疼痛和肿块大小对比无统计学意义,  $P > 0.05$ ,但在护理后,采用蒙医护理的观察组疼痛程度更低,肿块也更小,两组对比有统计学意义,  $P < 0.05$ 。蒙医护理的观察组满意度更高,复发率更低,差异对比同样有统计学意义,  $P < 0.05$ 。结论:乳腺增生患者灸疗后接受蒙医护理效果较好,患者乳腺疼痛明显改善,且肿块缩小,护理满意度高,复发率低,值得进一步临床推广应用。

**关键词:** 乳腺增生; 灸疗; 蒙医护理

乳腺增生是女性常见的良性疾病,病因多为女性体内激素失调而乳腺组织增生。临床症状以乳房的疼痛和乳腺触诊有明显肿块为主<sup>[1]</sup>。其病变主要有乳腺上皮和纤维组织,乳腺导管、乳小叶结构进行性结缔组织生长等特点<sup>[2-3]</sup>。近年来,蒙医药治疗乳腺增生,取得较好的疗效<sup>[4]</sup>。蒙医认为乳腺增生与机体三舍失衡有关,三舍之希拉增生,血热渐升,并在不同的环境条件下合并琪素、巴干达、协日乌素(黄水)等表现出不同的临床症状<sup>[5]</sup>。因此,乳腺增生患者灸疗后进行辨证分型,予个体化蒙医护理,有一定的加强与巩固临床疗效的作用。

## 1 对象和方法

### 1.1 对象

择取我院 2021 年 3 月-2023 年 5 月于门诊就诊治疗的乳腺增生患者 54 例为研究对象,按照其灸疗后护理的方式不同,分为对照组和观察组,各 27 例。对照组 27 例,采用常规护理,观察组 27 例,行蒙医护理,其中对照组均为女性,年龄最大者 51 岁,年龄最小者 29 岁,平均年龄为  $32.5 \pm 2.6$  岁;其中按照增生类型分为乳痛者 10 例、小叶增生型 12 例、囊肿性增生 5 例;观察组患者同样均为女性,年龄最大者 53 岁,年龄最小者 26 岁,平均年龄为  $36.7 \pm 2.5$  岁;其中按照增生类型分为乳痛者 13 例、小叶增生型 8 例、囊肿性增生 6 例;两组患者增生类型、年龄等基本资料对比无统计学意义,  $P > 0.05$ 。

### 1.2 纳入标准和排除标准

**纳入标准:** ①乳房触诊见圆形或他椭圆形肿块,边界清晰,表面光滑,同时乳腺彩超可清晰显示乳腺各层组织及钙化灶;②临床资料完整,无缺失;③有一定文化水平,可进行良好交流;④护理依存性较好,可接受蒙医护理;⑤未被纳入同类型的乳腺增生蒙医护理研究;⑥对艾草、艾油不过敏者;⑦可接受灸疗治疗者;

**排除标准:** ①乳房有表皮破损感染者;②自身存在有出血倾向者;③凝血功能异常者;④呼吸道敏感者;⑤精神障碍者;⑥护理依存性不

好者,⑦不配合做乳腺数据测取者;⑧抗拒加入研究者;⑨已经被纳入其他类型的蒙医治疗者;

### 1.3 方法

#### 1.3.1 艾灸部位及灸法

向患者解说蒙医灸疗对乳腺增生疾病的优势和治疗机制,取得治疗同意后,指导患者侧卧或俯卧于操作床上,选取背部的巴达干穴(脊柱第 3 棘突凹陷处及旁开各 1 寸),心穴(脊柱第 7 棘突凹陷处及旁开各 1 寸)分别用艾条或艾柱进行悬灸法熏烤,治疗时长 10 分钟/穴,期间注意温度和距离,行安全灸疗。3 次/周,共治疗 4 周。护理疗程与艾灸同步。

#### 1.3.2 对照组

采用常规护理:灸疗后指导患者灸疗部位保持干燥,不要沾水,指导患者在 6-8 小时内不可进行洗澡操作,同时灸疗后注意防寒保暖,以免风邪和寒邪侵入,导致感冒。同时指导患者多饮水,促进血液循环,加强代谢。指导患者保持良好心态,注意休息,劳逸结合,提高免疫力。饮食方面需要保持适当的饮食补充,多吃新鲜的蔬菜和水果,保持排便通畅。

#### 1.3.3 观察组

在常规护理基础上根据症状进行蒙医辨证护理,具体如下:

①琪素型(血热型):乳痛明显,于月经前加重,伴随太阳穴胀痛,面色潮红,双眼干涩、口干口苦,情绪失调,烦躁易怒,烦热和下腹坠疼,白带分泌物发黄。舌苔呈黄色,脉细数。护理方案:以疏通经络,缓解乳腺疼痛为护理出发点。指导患者仰卧,充分暴露胸部,在按摩区域涂抹精油,护理人员将双手清洗消毒站在患者一侧,用拇指分别在患者黑白际穴(双乳头连线中点),乳根穴(距前正中线 4 寸,第五肋间隙处),肩髃穴(肩峰上 2 寸处)予点按,刺激,每个穴位点按 5-10 次,中等力度,局部酸胀感为宜。

②协日乌素（黄水型）：乳痛不明显，但有乳头瘙痒及乳头溢液。舌苔薄白，脉颤。护理方案：要点是辅助改善气血运行，收敛黄水。操作者从乳腺外围向乳头方向逐步挤压，动作轻柔正压即可，对存在有明显结节和肿块处，行进行反复的按压，尽力使结节柔软，而后再轻轻提拉乳头及挤压乳晕处，使乳管扩张，排出乳导管中积液，治疗时长约10分钟/次。

③巴达干（痰淤型）：双侧乳房隐痛，较琪素型轻，经量少而黑，阴道分泌物量大色黄，舌苔白腻，畏冷、下腹部、四肢发冷，身体倦怠，脉呈弦缓。护理方案：要点为解除疼痛，缓解畏冷。先热毛巾（40度左右）热敷5分钟，再行按摩，疏导减痛。操作者手掌保持平顺状态，从内向外环形推赶按摩约10分钟。

1.4 观察指标

①对比两组患者的护理前后的乳腺疼痛、乳腺肿块面积，乳腺疼痛采用VAS评分，0-10分制，分数越高疼痛越高；

②对比两组患者的治疗满意度；

③对比两组患者随访6个月后复发率；

1.5 统计学分析

将本文研究所获得的数据立即纳入统计学 SPSS24.0 软件中分析，计量资料比较采用 t 检验，并以平均数，即（ $\bar{X} \pm S$ ）表示，而例数和率计数资料采用  $\chi^2$  检验，并以率（%）表示，（ $P < 0.05$ ）差异明显，且存在有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组患者的护理前后的乳腺疼痛、乳腺肿块面积

两组护理前，乳腺疼痛和肿块面积对比差异不明显，护理后，观察组疼痛改善更轻，肿块面积更小， $P < 0.05$ ，见 1：

表 1 对比两组患者的护理前后的乳腺疼痛、乳腺肿块面积（ $\bar{X} \pm S$ ）

组别	例数	VAS 疼痛评分（分）		肿块面积（cm）	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	27	3.8 ± 1.2	1.1 ± 0.6	3.67 ± 0.21	1.16 ± 0.35
对照组	27	3.9 ± 1.1	2.3 ± 0.4	3.59 ± 0.32	2.34 ± 0.27
t	-	0.319	8.646	1.086	13.870
P	-	0.751	0.001	0.282	0.001

2.2 对比两组患者的治疗满意度

观察组的患者满意更佳，差异对比有统计学意义， $P < 0.05$ ，见 2：

2.3 对比两组患者随访 6 个月后复发率

观察组患者在治疗结束 6 个月后随访复发率更低，差异对比有统计学意义， $P < 0.05$ ，见 3：

表 2 对比两组患者的治疗满意度[ $\bar{X} \pm S$ ,分]

指标	对照组（N=27）	观察组（N=27）	t	P
对蒙医护理的整体印象	82.3 ± 2.6	92.3 ± 3.7	10.456	0.001
蒙医护理操作的规范性	86.7 ± 2.8	90.7 ± 4.2	4.117	0.001
蒙医护理的专业性	89.7 ± 3.4	92.3 ± 3.8	2.649	0.01
护理人员的护理态度	86.7 ± 2.7	91.5 ± 2.6	6.403	0.001

表 3 对比两组患者随访后的复发率[n,(%)]

组别	例数	复发人数	复发率
观察组	27	0	0%
对照组	27	4	14.81%
$\chi^2$	-	4.320	15.994
P	-	0.038	0.001

3 讨论

蒙医护理在疾病的诊疗和康复中占有重要地位。《饮膳正要》中：“疾病宜先饮食起居调护，其次施与药…”<sup>[6]</sup>，强调了护理的重要性。蒙医认为由赫依、巴达干、希拉构成的三舍是维持人体各个器官脏腑的平衡场所，和各组织器官都有密不可分的关系，当三舍失去平衡，导致清浊分泌失常，浊无法排泄，集聚在乳房，久而久之，乳房发育代谢不佳，出现积块，块则发痛的临床症状<sup>[7]</sup>。

参考文献：

[1]谢静华.蒙中医药联合治疗急性乳腺炎的效果评价[J].中国民族医药杂志,2021,27(09):29-31.

[2]柴羽佳,刘永瑞,高楠,苏锡林.传承蒙医药特色,为创新发展赋能[N].健康报,2023-01-20(007)

[3]妥斯根.蒙医发展进程研究[J].中国民族医药杂志,2022,28(07):54-57.

[4]陈克然.超声检查对非哺乳期乳腺炎诊断及蒙医药治疗效果观察[J].中

[5]敖桂芳.蒙医药治疗乳腺增生的临床效果[J].中国民族医药杂志,2022,28(08):5-7.

[6]忽思慧编.饮膳正要(蒙)[M].内蒙古文化出版社,2023:18.

[7]白沙茹拉.蒙医药治疗乳腺增生的临床观察[J].中国民族医药杂志,2020,26(04):15-16.