

浅谈蒙医穴位按摩疗法治疗新型冠状病毒感染 恢复期咳喘症

包璇¹ 萨仁格日乐^{2*}

(1.辽宁中医药大学杏林学院 辽宁沈阳 110016; 2.内蒙古自治区国际蒙医医院 内蒙古呼和浩特 010000)

摘要: 新型冠状病毒感染(新冠)恢复期咳喘症状已成为影响人们回归正常生活、工作的重要不利因素。笔者应用蒙医穴位按摩疗法治疗新冠恢复期咳喘症,取得较好疗效。本文通过阐述疾病的认识、蒙医穴位按摩疗法的实操及分享临床治愈病例,为蒙医在治疗新冠领域的研究提供新思路。

关键词: 蒙医穴位按摩疗法;新冠恢复期咳喘症

新型冠状病毒感染(新冠)恢复期所表现的临床症状多样且复杂,其中,咳喘等症状迁延不愈,已成为影响人们回归正常生活、工作的重要不利因素。蒙医穴位按摩疗法通过刺激局部穴位,改善赫依琪素(气血)运行,疏通经脉、顺气宽胸,清除呼吸道巴达干粘液而达到缓解或治愈新冠咳喘症状的目的。具有操作安全,无不良反应等特点,能够有效促进患者康复。

1 新冠恢复期咳喘症的病因病机

新冠病毒感染可导致气道黏液分泌增加,形成较多痰液,这是新冠咳嗽的一个重要机制。新冠病毒主要依靠其表面的S蛋白上的受体结合域识别宿主细胞受体血管紧张素转化酶2(ACE2),并与其结合感染宿主细胞。感觉神经元亦存在ACE2受体,因此新冠病毒可能侵袭迷走神经的感觉神经元与神经胶质细胞等,诱发神经肽与炎性介质释放,从而引起咳嗽及味觉和嗅觉障碍等。同时,参与新冠病毒感染与识别的上皮细胞及炎症细胞如巨噬细胞、中性粒细胞、淋巴细胞等,可释放多种细胞因子与炎症介质,包括干扰素、前列腺素类和三磷酸腺苷(ATP)等^[1]。此外,神经肽与神经炎性介质可进一步招募和激活免疫细胞,导致肺部与气道炎症,增强咳嗽敏感性^[2]。蒙医学认为,新冠属于“粘疫”^[3]范畴。病因为疫毒侵袭患者呼吸道,继而紊乱机体三根及脏腑、器官功能。主要病机为,疫毒使机体三根失衡,血热增盛,合并巴达干,阻塞气血运行,肺部气血交换不畅,使脏腑及器官功能异常而致病。病程中气血瘀滞,极易使巴达干粘液增盛,导致病程延长。

2 蒙医穴位按摩疗法

2.1 技术概述

新冠恢复期的治疗原则为调理三根、促进气血运行,清除巴达干粘液、改善脏腑机能为主。气血运行不畅是新冠恢复的主要障碍,故行气运血是治疗关键所在。蒙医穴位按摩疗法依据胸、背部呼吸系统疾病相关穴位分布,结合人体解剖结构,选取具有代表性的,并常用于临床的胸前13穴及背部11穴为治疗穴位,即:胸骨上窝穴、锁骨上穴、锁骨下穴、胸骨下窝穴、肺上穴、鹰眼穴、大基穴、心房穴、吉祥穴、肺下穴、肺尖穴、心宽下穴、子肺角穴等胸前穴及巴达干穴、母肺穴、子肺穴、心穴、肺后穴、肺脏穴、肩甲中穴、呼和穴、上中下管穴等背部穴位^[4]进行重点治疗。

2.2 技术操作步骤

2.2.1 摆位:根据穴位分布和患者舒适度依次取仰卧、俯卧或端坐位,由操作者站在其侧。

2.2.2 清洁消毒:常规清洁按摩区域皮肤。

2.2.3 黄油开导:用适量化开的黄油滋润按摩区域皮肤,操作者用双手手掌在背部顺着胸椎脊柱,自下而上进行轻推揉法3~6遍。

2.2.4 取穴按摩:取巴达干穴、心穴等背部穴位依次用拇指持续、柔和、循序有力的点按、摩法,患者局部有酸胀感为宜,5s/次/穴,3次/穴。之后同法再行胸前穴位按摩。

2.3 治疗时间及疗程

每次总治疗时间30分钟,每日或隔日治疗1次,7日/1疗程,1-2疗程为宜,选早、晚餐前30~60分钟。

2.4 适应症

新冠感染轻症、中症^[5]患者恢复期出现咳嗽、喘息、胸闷、呼吸困难,乏力、失眠、情志改变,味觉丧失、食欲不振等症状者。

2.5 禁忌症

2.5.1 禁忌症：对按摩区域皮肤破损、胸部肿瘤、骨折、肺结核等患者。

2.5.2 慎用证：严重骨质疏松症、多脏器功能衰退等。

2.6 注意事项

按摩治疗时动作应缓慢，切忌暴力、蛮力或动作幅度过大，以免发生意外。每日进行脉诊，舌诊，尿诊等。极少数患者出现恶心、头晕等不良反应，可能与交感神经受刺激有关，采用仰卧位平躺休息片刻一般能缓解，若休息后仍不能缓解时进一步内科治疗。

2.7 护理

嘱患者多饮温开水补充水分，饮食易清淡，忌辛辣、刺激及生冷，少食多餐。不宜暴晒或受凉，室温适宜，适当活动、餐后散步，心境平和，忌过喜过悲等。

3 典型病例

患者女，50岁，微胖，该患者于12天前确诊新型冠状病毒感染，经对症治疗后发热、咽痛等典型症状好转，但咳嗽、微喘的症状无明显好转，伴味觉减退、食欲不振，睡眠欠佳，于2023年1月2日就诊我院。查体：体温正常，左肺下叶呼吸音略粗，余双肺未闻及啰音。胸部CT提示：左肺下叶少量毛玻璃影，心电图及其他实验室检查正常。临床诊断：新型冠状病毒感染恢复期咳喘症。治疗给予蒙医穴位按摩疗法，每日1次，每次30分钟。治疗2次后，第3天清晨排出较多白色粘痰，痰中见少量淡黄色丝状物，咳嗽频次明显减少，又行1次治疗后当天晚上继续排出白痰少许。共治疗4天后于2023年1月5日咳嗽症状停止，无喘息，味觉恢复，食欲改善，睡眠良好。随访2周，至2023年1月19日，未再出现咳嗽、喘息等症状，无其他不适，未复查肺部CT。评估咳喘症，达到治愈标准^[6]。

4 讨论

现代医学对新冠感染恢复期的治疗主要以对症治疗为主，但易反复，具有一定不良反应。蒙医穴位按摩疗法是给人体穴位以适度外在刺激的一种传统外治疗法。具有促进机

体新陈代谢、止咳、消肿、改善气血运行、疏通经脉、增强脏腑器官功能等作用，并能够调节身体生理功能及逆转病理变化^[7]，对瘀症有一定疗效^[8]。肺脏位置在躯干上部，巴达干总位，极易巴达干粘液瘀积。在新冠恢复期，通过按摩胸部及背部相关穴位，达到宣肺止咳，排出瘀痰，促进代谢吸收，舒缓情志，能有效改善呼吸功能，促进机体康复。黄油是蒙古族传统食品，味道独特纯香，含有丰富的营养物质，有滋养、清热、强身功效^[9]，操作时涂黄油，起到滋润皮肤，舒筋散结的作用。蒙医穴位按摩疗法遵循蒙医辩证论治及西医循证医学理论，不仅有效改善新冠恢复期咳喘症状及其伴随症状，且操作安全，易掌握，易普及推广等特点。

参考文献：

- [1] Huang C,Wang Y,Li X,et al.Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan,China.Lancet.2020;395:497-506.
 - [2] 刘玉.感冒后咳嗽的发病机制[J].浙江中西医结合杂志,2009,19(4):262-263.
 - [3] 《蒙古学百科全书》编辑委员会编.蒙古学百科全书·医学卷[M].呼和浩特：内蒙古人民出版社，2012:189.
 - [4] 乌兰,姚哈斯.蒙医针灸、放血穴位彩色图谱注解[M].内蒙古教育出版社，2011：22-64.
 - [5] 《新型冠状病毒肺炎诊疗方案(试行第七版)》国家卫生健康委员会[J].实用中医内科杂志，2020.34(03):3.
 - [6] 内蒙古自治区卫生厅，内蒙古自治区财政厅，《蒙医病证诊断疗效标准》编审委员会编.《蒙医病证诊断疗效标准》[M].北京：民族出版社，2007：477.
 - [7] 博·阿古拉.蒙医传统疗法达成[M].赤峰:内蒙古科学技术出版社，2000:195.
 - [8] 哈斯额尔敦.蒙医按摩疗法的现状与思考[J].亚太传统医药，2012，8（1）148.
 - [9] 王秀兰.蒙医保健食品功效检测方法[M].北京：民族出版社，2012：8.
- *通讯作者：萨仁格日乐,E-mail:13948517102@163.com