

1例火龙罐疗法治疗脾肾阳虚型甲减患者的护理体会

修畅¹, 褚嘉帅¹, 杜丽坤², 祝海波², 张敏^{3*}

¹黑龙江中医药大学研究生院, 黑龙江 哈尔滨

²黑龙江中医药大学附属第一医院内分泌二科, 黑龙江 哈尔滨

³黑龙江中医药大学附属第三医院纪委办公室, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2024年9月9日; 录用日期: 2024年10月2日; 发布日期: 2024年10月11日

摘要

本文总结了采用中医外治技术中的火龙罐疗法改善脾肾阳虚型甲减患者的护理体会, 包括火龙罐疗法的操作流程及注意事项、心理护理以及常规护理等。火龙罐疗法集推拿、刮痧、艾灸为一体, 具有“温、通、调、补”四大功效, 同时, 提高了机体的免疫能力, 起到防病治病的作用。通过观察火龙罐疗法在脾肾阳虚型甲减患者中的应用效果, 有利于为脾肾阳虚型甲减患者提供一种非药物疗法, 改善脾肾阳虚证的症状, 提高临床疗效, 为丰富中医护理干预方案提供参考, 最终服务于患者。

关键词

火龙罐疗法, 中医护理技术, 脾肾阳虚型, 甲减, 护理体会

Nursing Experience of Treating a Patient with Spleen Kidney Yang Deficiency Type Hypothyroidism with Huolong Cupping Therapy

Chang Xiu¹, Jiashuai Chu¹, Likun Du², Haibo Zhu², Min Zhang^{3*}

¹Graduate School of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

²The Second Department of Endocrinology, The First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

³Discipline Inspection Commission Office of the Third Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

*通讯作者。

文章引用: 修畅, 褚嘉帅, 杜丽坤, 祝海波, 张敏. 1例火龙罐疗法治疗脾肾阳虚型甲减患者的护理体会[J]. 临床医学进展, 2024, 14(10): 377-382. DOI: 10.12677/acm.2024.14102668

Abstract

This article summarizes the nursing experience of using the Huolong cupping therapy in traditional Chinese medicine external treatment techniques to improve patients with spleen kidney yang deficiency type hypothyroidism, including the operation process and precautions of the Huolong cupping therapy, psychological care, and routine care. Huolong cupping therapy integrates massage, guasha, and moxibustion, with four major effects of “warming, unblocking, regulating, and tonifying”. At the same time, it improves the body’s immune system and plays a role in preventing and treating diseases. By observing the application effect of Huolong cupping therapy in patients with spleen kidney yang deficiency type hypothyroidism, it is beneficial to provide a non-pharmacological therapy for patients with spleen kidney yang deficiency type hypothyroidism, improve the symptoms of spleen kidney yang deficiency syndrome, enhance clinical efficacy, provide a reference for enriching traditional Chinese medicine nursing intervention plans, and ultimately serve patients.

Keywords

Huolong Cupping Therapy, Traditional Chinese Medicine Nursing Techniques, Spleen Kidney Yang Deficiency Type, Hypothyroidism, Nursing Experience

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

甲状腺功能减退症(Hypothyroidism, HT)简称甲减,是由于各种原因引起的甲状腺激素合成和分泌减少或组织作用减弱导致的全身性低代谢综合征[1]。本病起病隐匿,疾病日久可累及多个系统,严重者可发生粘液性水肿昏迷。由于禀赋不足、劳倦过度、情志失调、外感六淫等原因,导致患者先天不足或后天失养,进而发展为此病。结合其症状,可归属于“虚劳”、“水肿”、“五迟”等范畴[2]。火龙罐疗法[3]是集烫熨、刮痧、按摩、艾灸、拔罐等手法的一种综合性疗法,具有温、通、调、补的作用。本文总结了运用火龙罐疗法改善脾肾阳虚型甲减患者的护理经验,现报告如下。

2. 临床资料

患者女性,54岁,患者一年前因胸闷、气短、乏力,周身浮肿,就诊于我院门诊,诊断为“甲状腺功能减退症”,予优甲乐 50 μg 日 1 次口服。后根据甲功调整优甲乐剂量,现患者优甲乐剂量为 50 μg 日 1 次口服。3 天前患者自觉乏力,胸闷气短症状加重,为求中西医结合系统治疗,2023 年 9 月 4 日于我院就诊,现患者乏力、胸闷气短,双下肢轻度浮肿,畏寒,胃中痞满,记忆力减退,心情低落,胸部部不适,食欲尚可,睡眠欠佳,二便尚可。舌质淡胖,苔薄白,脉沉而细。中医诊断为瘵病,辨证为脾肾阳虚证。入院后,根据甲功检测结果,调整优甲乐剂量为 62.5 μg 晨起口服,并给予温阳健脾之中药汤剂口服。患者住院期间,由专业护士开展火龙罐治疗,隔日一次,共 6 次。患者在院期间各项生命体征平稳,治疗及护理有序展开,病情稳定,于 2023 年 9 月 17 日顺利出院,嘱患者定期复查,不适随诊。

3. 护理

3.1. 护理评估

患者入院后完善甲功等实验室检查，并进行中医症候积分量表评估。评估分值越高，说明脾肾阳虚症状越严重，该患者为中度。

3.2. 护理计划

发挥中医护理技术特色优势，运用火龙罐疗法改善患者脾肾阳虚证的症状，同时减少促甲状腺激素的分泌，使其恢复至正常范围。通过加强饮食指导及用药指导等方面，达到提高日常生活能力的效果。

3.3. 护理措施

3.3.1. 生活起居护理

室温应保持在 20℃左右，添加衣物，注意保暖。甲状腺疾病患者应保障充足的睡眠，晚上 11 点以前要上床睡觉[4]。良好的生活习惯、充足的睡眠，符合神经内分泌的周期性节律变化，是防治甲状腺疾病的重要因素[5]。

脾肾阳虚导致纳差者，予以耳穴压豆，取穴脾、小肠、内分泌、胃。

脾肾阳虚导致形寒肢冷者，室温应保持在 20℃左右，添加衣物，注意保暖。导致便溏者，注意保持肛周皮肤清洁干燥。予以耳穴压豆，取穴大肠、直肠、脾、神门。

3.3.2. 用药护理

口服西药：依据《2021 年甲状腺功能减退症基层合理用药指南》[6]，遵医嘱给予口服左旋甲状腺素钠基础治疗。用法：左旋甲状腺素钠[商品名：优甲乐；默克雅柏药业(中国)有限公司，批准文号：进口注册证 H20040357；规格：50 μg × 100 片/盒]，口服，每日 1 次，于早餐前服用，一般最初剂量为每日 25~50 μg，根据患者血清 FT3、FT4 及 TSH 水平调整用药剂量，可每隔 2~4 周增加 25~50 μg，最大剂量 ≤150 μg/d。

服用降压药、脱水药时，应观察血压变化，防止头晕，注意安全。

中药汤剂：给予温阳健脾之中药汤剂口服，具体方药如下：木香 6 g，砂仁 5 g (后下)，陈皮 20 g，茯苓 20 g，炒麦芽 20 g，大腹皮 20 g，炒鸡内金 15 g，炒神曲 10 g，红曲 10 g，厚朴 15 g，鸡血藤 30 g，丹参 15 g，夏枯草 15 g，菊花 10 g，刺五加 30 g，黄芪 30 g，酒黄精 10 g，首乌藤 20 g，佛手 20 g，共 7 剂，水煎服，早晚温服。观察用药后反应。中药汤剂应温服，中药与西药之间间隔 30 分钟以上。服药后避免风寒，汗出后用干毛巾擦干。服药期间忌生冷、辛辣、油腻等刺激性食物。

3.3.3. 饮食护理

调整饮食结构，基于营养丰富清淡，易消化饮食。

- 1) 指导患者适量食用碘盐并食用含碘食物，如海带、紫菜等海产品，预防缺碘所导致的甲状腺肿[7]。
- 2) 中医认为，药食同源，日常饮食调护有助于“甲减”症状的恢复。脾肾阳虚者，宜食健脾温阳之品，如芡实、山药、羊肉、黑芝麻等食品。也可根据具体情况，适当选择温热类药食，如核桃、龙眼肉、姜、葱、胡椒等。
- 3) 供给足量蛋白质，例如奶油、动物大脑及内脏、火腿、五花肉、乳酪等。
- 4) 鼓励富含铁质的饮食，多补充富含铁质、维生素 B12 的饮食，必要时还要补充叶酸等。
- 5) 改变“重口味”的饮食习惯：甲减患者容易导致水钠潴留，发生粘液性水肿，表现为手足肿胀、身体发胖。而咸的食物会引起水钠潴留，加重水肿。
- 6) 注意补钙：甲减患者甲状腺激素分泌减少，导致骨转化减慢，从而引起骨质疏松。该患者经入院

采血显示维生素 D 缺乏，所以补钙是必要的。

7) 忌食生冷寒性的水果及食物，如冷饮、苦瓜、西瓜、菊花茶等[8]。

3.3.4. 运动护理

鼓励患者积极做肢体功能锻炼、健身操(太极拳、八段锦)、音乐疗法等。身体微微出汗即可，不可剧烈运动。中医有许多养生导引之法也可选择，如每日坚持练习八段锦，可有助于滋阴助阳、培元补气、疏通经络[9]。

3.3.5. 情志护理

因个体外在形象与正常人群存在很大的差异，包括身高、体重、面容及皮肤黏膜等方面的异常。指导患者保持情绪稳定，避免情志内伤。采用说理开导、释疑解惑、移情易性、以情胜情、暗示疗法、自我调节、发泄解郁等方式使患者保持乐观情绪。护士多与患者多沟通，了解其心理状态，增强其与慢性疾病作斗争的信心[10]。

3.4. 火龙罐疗法

3.4.1. 操作前准备

环境：理疗室保持安静整洁，温湿度适宜，光线适中。按时消毒，关闭门窗，屏风遮挡。

物品：火龙罐、艾柱、火机、吹气筒、按摩精油、纸巾、一次性床单、计时器，物品符合要求，摆放合理美观。

消毒：操作前修剪指甲，手消毒。

检查火龙罐：选择合适罐具(大、中、小号)，检查火罐情况，一摸二测三观察：一摸罐口有无破裂，二测罐口温度是否过高，三观察艾柱燃烧升温是否均匀，升温是否正常。

体位：选择俯卧位及仰卧位。

操作部位：背部督脉，足太阳膀胱经(着重做：脾俞、肾俞)，气海、关元，双侧太溪穴及三阴交穴。

3.4.2. 操作流程

核对解释：查对床号、姓名，做好解释。

安置体位：安置患者合理的体位。

施罐：涂少量润滑油于施罐部位，施罐时手掌的小鱼际先接触皮肤然后再落罐，持罐集推拿、刮痧、艾灸功能于一体，集合揉、碾、推、按、点、摇、闪、震、熨、烫等不同手法正旋、反旋、摇拨、摇振罐体作用于皮肤肌肉组织，达到气化和序化作用。沿督脉自上而下走罐，然后再沿两侧足太阳膀胱经进行施罐，最后作用于任脉。施罐过程中要随时观察艾柱燃烧情况、皮肤颜色及询问患者感觉。全程约 40 分钟左右。

操作结束后：清洁局部皮肤，协助患者整理衣着，取舒适体位，询问需要，交代相关注意事项，简要实施健康指导。嘱患者饮一杯温开水，休息片刻后方可离开。整理床单及用物，用物分类处理，护士洗手，记录。

3.4.3. 操作注意事项

点火时要使艾柱均匀点燃，注意充分燃烧。施罐过程中要不断运罐，避免在同一部位停留时间过长引起烫伤。操作中避免大幅度抖动，以免艾柱脱落。

3.4.4. 操作频次

每 2 日一次，一周 3 次，共计两周(6 次)。

3.5. 护理评价

2023年9月15日实施6次火龙罐疗法后,患者中医症候积分由68分降至54分,畏寒肢冷、倦怠乏力等症状明显减轻。患者促甲状腺激素恢复正常,治疗效果显著。

患者身体外观及功能:患者身体浮肿及畏寒肢冷等症状减轻,乏力明显好转。

知识方面:患者通过护士的宣教,了解了疾病相关知识。

心理方面:护士通过观察和评估患者的心理状态,如焦虑、抑郁等情绪,评估对于患者心理健康的影响。护士通过与患者的交流和陪伴,缓解了患者的心理压力。

技能操作方面:提升了患者对中医护理技术的满意度。

3.6. 随访

通过复诊及微信和电话等方式进行随访。出院后,医护人员通过复诊及微信和电话等方式进行随访。患者主诉倦怠乏力症状较前明显好转,腰背部僵硬酸痛及畏寒肢冷等症状明显缓解。指导患者生活起居方面注意添加衣物,注意防寒保暖。适碘饮食的同时,注意补充蛋白质,少吃寒凉的食物。

4. 小结

患者平畏寒肢冷,倦怠乏力,腰膝酸软,腹胀纳呆,甚或伴随颜面肢体浮肿,嗜睡,记忆力减退,小便清长,经少,综合分析,为阳虚不能温通经脉,在治疗中需注重,温通血脉,温补肾阳,以改善畏寒、乏力等症状。火龙罐疗法以中医整体自然疗法作为理论基础,通过走罐、刮痧、按揉特定的穴位,可以起到平衡阴阳、促进机体新陈代谢、增强抵抗力的作用。在火龙罐的临床研究中,发现其具有“温、通、调、补”四大功效。从现代医学角度进行分析,其中“温”就是利用艾条燃烧所产生的热力作用促进血液循环。“通”就是十二经脉运行通畅,改善组织器官供血。“调”即调节神经功能,以及五脏六腑的气机。“补”即扶正祛邪,激活系统的免疫功能。该疗法集推拿、刮痧、艾灸为一体,提高了机体的免疫能力,起到防病治病的作用。火龙罐作用于以上经脉,推拿可促进周身气血流转,艾灸热度可抵达众多穴位,沟通阴阳之气,调节人体气血平衡,补足亏虚之处[11]。

本次操作部位选取:背部督脉,足太阳膀胱经(着重做:脾俞、肾俞),气海、关元,双侧太溪穴及三阴交穴。其中,脾俞穴、肾俞穴,温脾肾之阳,调理先后天之本,助左路木火之升;气海、关元穴,培补元气、温阳固脱、引火归元;太溪、三阴交穴,健脾益肾利湿滋肾阴以含阳,清虚热。经临床验证,此选穴方案可以治心肺、调脾胃、补肝肾,交通心肾,补中扶阳,渗泄水湿,恢复中土升降[12]。在后续的研究中,可重点研究火龙罐疗法的作用机制,加强后期随访。通过扩大样本量,以增强数据支持,从而更好地为临床服务及中医护理方案提供理论支持。

综上所述,火龙罐疗法可以有效缓解患者倦怠乏力、畏寒肢冷等脾肾阳虚的症状[13],也可以有效改善促甲状腺激素的分泌,具有明显的优势,是一种安全、绿色的中医外治疗法,易被患者接受,值得广泛推广。

基金项目

黑龙江省卫生健康委员会,黑龙江省医药卫生科研课题《优甲乐联合揸针治疗桥本甲减抑郁状态的临床研究》,项目编号:20230303060218;黑龙江省自然科学基金,《基于肠道菌群和SCFAs酶探讨连陈汤调节肥胖小鼠的作用机制》,项目编号:LH2020H085;哈尔滨市科学技术局科技计划自筹经费项目《基于FN1/PI3K/AKT信号探讨半枝莲干预甲状腺癌细胞凋亡的机制研究》,项目编号:2023ZCZJNS108。

参考文献

- [1] 中华医学会内分泌学分会. 成人甲状腺功能减退症诊治指南[J]. 中华内分泌代谢杂志, 2017, 33(2): 167-180.
- [2] 何其函, 华川, 王欢, 等. 基于肾藏精理论论治甲状腺功能减退症[J]. 内蒙古中医药, 2023, 42(1): 68-70.
- [3] 陈赞, 任肖敬, 钟远, 等. 火龙罐疗法的临床应用进展[J]. 光明中医, 2023, 38(11): 2224-2227.
- [4] 中华医学会, 中华医学会临床药学会, 中华医学会杂志社, 等. 甲状腺功能减退症基层合理用药指南[J]. 中华全科医师杂志, 2021, 20(5): 520-522.
- [5] 王凤英, 邵迎新. 甲状腺疾病患者的健康教育[J]. 中国医药导报, 2011, 8(20): 175-176.
- [6] 邵迎新. 防治毒性弥漫性甲状腺肿应注意调神[J]. 世界中西医结合杂志, 2010, 5(8): 719-722.
- [7] 兰霞斌. 甲状腺疾病患者的营养和饮食指南[J]. 家庭生活指南, 2024, 40(7): 156-157.
- [8] 赵铮铮. 甲减饮食 8 注意[J]. 江苏卫生保健, 2022, 10(1): 46.
- [9] 柳尧, 赵杰. 甲减: 收好中医防护的“锦囊” [J]. 中医健康养生, 2020, 6(4): 45-47.
- [10] 赵忠芳. 心理护理干预在甲减患者护理中的作用研究[J]. 中国农村卫生, 2021, 13(8): 26, 28.
- [11] 吴晓兰, 尹小花, 王小凤, 等. 基于中医体质辨识理论探讨火龙罐疗法在更年期综合征合并睡眠障碍病人中的应用[J]. 护理研究, 2023, 37(22): 4129-4135.
- [12] 梁家辉, 关冰河, 朱影, 等. 黄元御“土枢四象, 一气周流”学术思想的灸法应用探索[J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20(15): 127-130.
- [13] 张丽丽, 沈华娟, 屠耀芬, 等. 火龙罐综合灸在脾肾阳虚型前列腺术后轻中度压力性尿失禁患者中的应用[J]. 中华男科学杂志, 2024, 30(5): 469-472.