1例过敏性结膜炎患者的中西医结合护理体会

李鹏斐¹, 杨剑英²

(1. 中国中医科学院眼科医院 眼科门诊, 北京, 100040;
2. 中国中医科学院眼科医院 护理部, 北京, 100040)

摘要: 本文总结1例过敏性结膜炎患者的中西医结合临床护理经验。在用药护理、饮食护理、生活护理、情志护理等个性化的整体护理干预基础上, 基于中医辨证, 采取耳穴贴压、中药冷雾化、耳尖放血配合局部滴眼药治疗, 有效缓解患者眼部不适症状, 提高患者的生活质量。

关键词: 过敏性结膜炎; 耳穴贴压; 中药; 耳尖放血; 中西医结合护理

中图分类号: R 473.77 文献标志码: A 文章编号: 2709-1961(2023)11-0152-04

Integrated traditional Chinese and western medicine nursing of a patient with allergic conjunctivitis

LI Pengfei¹, YANG Jianying²

(1. Ophthalmology Clinic, Eye Hospital China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing 100040;
2. Department of Nursing, Eye Hospital China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing 100040)

ABSTRACT: This paper summarized the integrated traditional Chinese and western medicine nursing of a patient with allergic conjunctivitis. A holistic nursing plan was made, including medical care, nutrition support, daily care, emotion care and other individualized interventions. Based on the Traditional Chinese Medicine syndrome differentiation, combined treatment of auricular acupoint sticking, Traditional Chinese Medicine inhalation, auricular tip blood-letting and medication of eye drops were carried out to relieve the ocular discomfort symptom and improve the quality of life of the patient.

KEY WORDS: allergic conjunctivitis; auricular acupoint sticking; Traditional Chinese Medicine; auricular tip blood-letting; Traditional Chinese Medicine nursing

过敏性结膜炎又称变态反应性结膜炎, 是一种由免疫功能紊乱引起的常见眼病。近年来, 随着生活模式的变化, 过敏性结膜炎的发病率不断上升。据报道, 全球有15%~20%人群患有过敏性疾病, 其中40%~60%患有眼部过敏, 过敏性结膜炎全球发病率呈上升趋势^[1]。国内过敏性结膜炎以中青年发病率最高, 12~55岁患病比例占85.6%, 常年过敏性结膜炎和季节性过敏性结膜炎占有过敏性结膜炎患者的74%^[2]。过敏性结膜炎早期以眼睛发痒、畏光、流泪等为主要表现, 常反复发作, 难以治愈, 后期随着病情的进展, 可造成视力损害, 严重影响患者的生活质量。早期发现和及时治疗是保证过敏性结膜炎预后的关

键。本文总结1例过敏性结膜炎患者中西医结合治疗效果及护理经验, 现报告如下。

1 临床资料

患者男性, 28岁, 主因双眼痒涩、酸胀、伴左眼皮跳2周, 曾给予消炎眼药水及人工泪液点眼治疗, 自觉症状稍好转。近期患者自觉双眼症状加重, 于2023年7月2日至本院眼科门诊就医。西医诊断为双眼过敏性结膜炎; 中医诊断为双眼时复目痒症(证型: 风热上扰证)。患者既往体健, 对猫毛、尘螨过敏。患者左右眼视力均为1.0; 非接触眼压(NCT): 右眼为12.6 mm Hg, 左眼为15.8 mm Hg。现患者双眼痒涩、酸胀、伴左眼皮

跳,嗜食肥甘厚味,大便黏滞,小便正常。舌红、苔黄腻,脉弦滑。双眼结膜充血,角膜正常。

患者就诊后遵医嘱给予左氧氟沙星滴眼液4次/d(早、中、晚及睡前),盐酸奥洛他定滴眼液点眼,2次/d(早晚各1次),1~2滴/次,耳穴贴压(眼、目2、肾上腺、肝、肺、神门),2次/周;中药冷雾化2次/周;双耳尖放血,2次/周,连续干预4周。患者于2023年7月27日治疗结束,诸症悉除。

2 护理

2.1 护理评估与分析

患者眼部症状表现为双眼痒涩、酸胀,结膜充血。患者眼痒与组织炎症有关,存在感染风险,且缺乏过敏性结膜炎相关知识。故拟定护理目标如下:患者眼痒等症状缓解;避免眼部感染;患者了解并掌握过敏性结膜炎的相关知识。

2.2 中医特色护理

2.2.1 耳穴贴压:取眼、目2、肾上腺、肝、肺、神门等耳穴进行贴压以调理气血,起到抗炎、抗过敏的作用。操作方法:用75%酒精棉签对耳廓进行常规消毒,在选定的耳穴上粘贴带王不留行籽的胶布。注意事项:贴压后指导患者用拇指、食指指腹每天自行按压3次,每次每穴按压20下,以患者能耐受为宜,48h后取下。局部皮肤保持清洁干燥,每次贴压双耳。干预频率为2次/周,连续4周。

2.4.2 中药冷雾化:基于中医辨证,采用本院自制经验方:秦艽、紫草、蒲公英、防风、赤芍、薄荷各2g,水煎成药液外用,通过超声雾化,使药物变成雾状分子直接作用于眼表。中药冷雾化具有祛风除湿、清热止痒的作用。操作方法:患者取坐位,检查雾化器性能,连接眼罩,加入5 mL中药液,协助患者戴好眼罩,调节松紧,打开雾化器开关,计时。注意事项:雾化过程中,指导患者保持双眼自然睁开,可间断眨眼;及时询问患者有无眼部不适、恶心、呛咳;如患者出现胸闷气促、呛咳严重,应立即停止。干预频率为15 min/次,2次/周,连续4周。

2.4.3 耳尖放血:操作者协助患者取舒适坐位,折耳向前,取患者耳廓上方的尖端处的耳尖穴,针刺放血。耳尖放血具有祛风清热、镇静止痛、镇肝潜阳、清脑明目等功效。操作方法:先用手指按摩耳廓使其充血;洗手后戴上无菌手套,用安尔碘消毒棉签严格消毒局部皮肤;左手拇指、食指夹捏、固定耳廓上端,右手持一次性注射针头(5.5号),对

准穴位迅速刺入约1~2 mm深,随即出针;轻轻挤压针眼周围耳廓,使之自然出血,然后用无菌纱布吸去血滴,放血量视患者病情及体质而定,一般每次5~10滴。注意事项:保持放血部位皮肤清洁干燥,防止感染。干预频率为2次/周,连续4周。

2.5 常规护理

2.5.1 避免接触过敏原:尽量保持所处环境的清洁,远离粉尘污染严重的环境,避免接触花粉、宠物毛发等,减少过敏反应。保持眼部清洁,平时可使用冷毛巾局部冷敷,外出戴口罩、遮阳眼镜以避免尘螨及阳光直射等。

2.5.2 用药护理:遵医嘱使用眼药水,教会患者正确点眼药(滴眼药前清洁双手,头稍向后仰,眼睛向上看,用棉签轻拉下眼睑,将眼药水滴入下结膜囊内,1~2滴/次,轻提上眼睑使药液充分弥散,滴药后轻轻闭眼5~10 min),以缓解症状;两种眼药间隔10 min。点眼药后注意观察用药后的不良反应。

2.5.3 饮食护理:均衡营养,合理膳食,饮食宜清淡,多食新鲜的蔬菜、水果,富含维生素及蛋白质的食物,如鸡蛋、牛奶、瘦肉、豆制品等,增加免疫力;减少高脂肪、高糖、高油的食物;避免食用易引起过敏的食物,如辛辣、海鲜、羊肉等生发之品,以缓解过敏症状。

2.5.4 生活护理:起居有常,规律作息,保证充足的睡眠。每天积极参加体育锻炼、户外活动,增强机体抵抗力。保持良好的生活习惯,避免过度劳累,减少用眼时间,注意眼部卫生,勤洗手,避免用手揉眼,以防加重症状,引起感染^[3]。如佩戴隐形眼镜者,在患病期间应减少佩戴时间,避免导致病情加重。

2.5.5 情志护理:护理人员多与患者沟通交流,关心和尊重患者,了解患者的心理需求,及时进行心理疏导;向患者讲解过敏性结膜炎的病因、病情发展、治疗方法、预后,消除疑虑,减轻思想负担,保持良好心态,增强治疗的信心,积极配合治疗。

2.6 护理效果与随访

患者于2023年7月27日治疗结束,主诉眼痒、眼涩、酸胀等眼部不适症状消失,大便正常,舌红、苔薄白、脉弦,双眼结膜无充血,患者眼部舒适度较治疗前明显提高。护理人员嘱患者日常注意用眼卫生,劳逸结合。1月后对患者进行电话随访,患者自诉经过4周的治疗和调护,眼部舒适度提高,过敏症状未再复发。

3 讨论

过敏性结膜炎的发病机制复杂,其病因与环境、遗传、体质等因素密切相关。西医治疗过敏性结膜炎主要侧重于局部滴眼液干预,虽然能在一定程度上改善眼部不适的症状,但存在一定的不良反应,容易复发,患者依从性较差^[4]。中医治疗注重整体调和和辨证施护,效果显著,但存在起效慢、缺乏评估标准等局限性。因此,中西医结合干预扬长避短,能快速有效缓解患者不适症状,缩短病程,降低复发率,改善预后^[5]。

中医认为本病属于“时复目痒”的范畴^[6],主要由于风热湿邪侵入肺卫肌表,导致肺失卫气,脉络阻滞,气血失畅,从而上壅于目,造成胞睑、白睛、目痒反复,形成时复目痒症。因此,本病应以祛风止痒、清热祛湿、滋阴降火为主要治疗原则。耳穴贴压、中药冷雾化、耳尖放血是中医传统的外治疗法,具有简、便、效、廉的优势。中医认为“耳者宗脉之所聚”。耳廓与全身各器官关系密切。耳穴贴压是根据中医理论辨证选穴,本例患者选取眼、目2、肾上腺、肝、肺、神门等穴,其中耳部眼穴可调理局部气血,减轻炎症和疼痛;目2穴可调节屈光不正,对外眼炎症有明显消退作用;肾上腺穴有抗炎、抗过敏作用;肝开窍于目,藏血,故选配肝穴;肺穴在眼部五轮学说中,结膜主肺;神门穴具有补益心气、宁心安神的作用。耳穴贴压通过按压刺激耳穴,可以疏通全身经络,调节气血,达到柔肝养血、补肝肾、消炎止痛、抗过敏、明目、安神的作用。

本病例患者属于肝脏风热上扰所致,眼部主要表现为双眼痒涩,患者日常生活中不自觉揉眼,很容易擦伤角膜,引起眼痛、流泪等症状。因此,患者不宜进行眼部热敷,以防因局部温度升高而使细菌繁殖。中药冷雾化方中,秦艽祛风湿、清湿热;紫草清热、凉血、活血;蒲公英清热解毒;防风祛风止痒;赤芍清热凉血;薄荷可以散热。整方具有养阴清热、祛风止痒的功效。中药冷雾化通过超声雾化的物理方式,将药物同时伴有大量的水雾直接作用于眼表,药物疗效直达病变的结膜组织,发挥温和的抗炎、改善眼表微环境的作用^[7]。中药冷雾化可以快速缓解患者的眼痒、眼涩等过敏及干眼症状,效果显著。洪亮教授自拟经验方止痒汤煎汤后进行超声雾化治疗春季卡他性结膜炎,患者治疗后1年内未复发^[8]。此外,临床应用

中医外治联合西医局部点眼,效果明显,如王娟等^[9]采用超声雾化联合奥洛他定治疗方案的有效率高达94.6%。

耳尖放血是祖国医学中一种独特的针刺治疗方法,耳尖穴为耳部的经外奇穴,通过外泻内蕴之热毒,达到治疗疾病的目的。耳尖放血是治疗过敏性结膜炎的一种有效方法,简单、方便、易操作、不良反应少,值得推广^[10]。王瑜等^[11]将142例过敏性结膜炎患者分为对照组及观察组,分别给予普拉洛芬滴眼液和耳尖放血联合普拉洛芬眼液治疗,治疗3d后发现,联合疗法效果更佳。

过敏性结膜炎严重影响患者的生活质量。本例患者受眼部不适症状困扰,存在焦虑不安等负面情绪,耐心的引导与沟通有助于缓解患者不良情绪,提高干预质量。本案例在用药护理、饮食护理、生活护理、情志护理等个性化的整体护理干预基础上^[12],基于中医辨证,采取耳穴贴压、中药冷雾化、耳尖放血配合局部滴眼药治疗,有效缓解患者眼部不适症状。科学的中西医结合干预方案对提高治疗效果及降低疾病复发率具有积极作用^[13]。中西医结合治疗过敏性结膜炎效果显著,能明显改善患者的临床症状和体征,且患者易于接受,具有较好的安全性,值得临床借鉴应用。

患者知情同意:所有个体参与者或其监护人均签署知情同意书。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 刘常明,朱伟林,王巍. 氧化损伤对过敏性结膜炎发病的影响[J]. 海南医学, 2020, 31(16): 2112-2115.
LIU C M, ZHU W L, WANG W. Effect of oxidative damage on allergic conjunctivitis [J]. Hainan Med J, 2020, 31(16): 2112-2115. (in Chinese)
- [2] 陈家利,周华祥,蒋怡,等. 过敏性结膜炎中西医结合治疗进展[J]. 中国中医眼科杂志, 2020, 30(5): 375-378.
CHEN J L, ZHOU H X, JIANG Y, et al. Treatment progress of Chinese and western medicine in allergic conjunctivitis [J]. China J Chin Ophthalmol, 2020, 30(5): 375-378. (in Chinese)
- [3] 王钰婷,魏巍,张璐. 中医整体护理干预过敏性结膜炎临床观察[J]. 中国中医药现代远程教育, 2023, 21(4): 169-171.
WANG Y T, WEI W, ZHANG L. Clinical observa-

- tion on traditional Chinese medicine holistic nursing in the intervention of allergic conjunctivitis[J]. *Chin Med Mod Distance Educ China*, 2023, 21(4): 169–171. (in Chinese)
- [4] 王海媚, 叶焰, 方晓仪. 基于“水府清通, 上窍常开”思想治疗过敏性结膜炎[J]. *中国中医急症*, 2020, 29(7): 1296–1298.
- WANG H M, YE Y, FANG X Y. Treatment of allergic conjunctivitis based on the idea of “the water is clear and the upper orifices are always open” [J]. *J Emerg Tradit Chin Med*, 2020, 29(7): 1296–1298. (in Chinese)
- [5] 王紫轩, 马朝廷. 过敏性结膜炎的中西医治疗进展[J]. *中国中医眼科杂志*, 2022, 32(7): 581–584.
- WANG Z X, MA C T. Progress in the treatment of allergic conjunctivitis with traditional Chinese and western medicine [J]. *China J Chin Ophthalmol*, 2022, 32(7): 581–584. (in Chinese)
- [6] 崔红生, 吕明圣, 王济, 等. 中医药防治过敏性鼻炎-哮喘综合征研究述评[J]. *北京中医药大学学报*, 2021, 44(3): 203–208.
- CUI H S, LYU M S, WANG J, et al. Evaluation of studies of prevention and treatment of combined allergic rhinitis and asthma syndrome with TCM [J]. *J Beijing Univ Tradit Chin Med*, 2021, 44(3): 203–208. (in Chinese)
- [7] 田歌, 王云, 陈媛, 等. 祛风止痒方超声雾化治疗过敏性结膜炎患者的效果[J]. *内蒙古中医药*, 2023, 42(5): 136–138.
- TIAN G, WANG Y, CHEN Y, et al. Effect of Qufeng Zhiyang recipe ultrasonic atomization on patients with allergic conjunctivitis [J]. *Inn Mong J Tradit Chin Med*, 2023, 42(5): 136–138. (in Chinese)
- [8] 罗金艳, 洪亮. 洪亮教授治疗春季卡他性结膜炎经验[J]. *光明中医*, 2019, 34(15): 2304–2306.
- LUO J Y, HONG L. Experience of professor Hong Liang in treating spring catarrhal conjunctivitis [J]. *Guangming J Chin Med*, 2019, 34(15): 2304–2306. (in Chinese)
- [9] 王娟, 姚晶磊, 祖炎, 等. 超声雾化联合奥洛他定治疗儿童过敏性结膜炎的疗效观察[J]. *中医眼耳鼻喉杂志*, 2020, 10(2): 80–82.
- WANG J, YAO J L, ZU Y, et al. The clinical observation of ultrasonic atomization combined with olopatadine for allergic conjunctivitis in children [J]. *J Chin Ophthalmol Otorhinolaryngol*, 2020, 10(2): 80–82. (in Chinese)
- [10] 徐靖雯. 针灸疗法治疗过敏性结膜炎的Meta分析[D]. 广州: 广州中医药大学, 2014.
- XU J W.
- [11] 王瑜, 吴红英, 于湛, 等. 耳尖放血联合普拉洛芬眼液治疗过敏性结膜炎71例[J]. *中国中医药科技*, 2016, 23(6): 743–744.
- WANG Y, WU H Y, YU Z, et al. 71 cases of allergic conjunctivitis treated by ear tip bloodletting combined with Prapofen eye drops [J]. *Chin J Tradit Med Sci Technol*, 2016, 23(6): 743–744. (in Chinese)
- [12] 李华, 王萍, 索建升. 整体护理对过敏性结膜炎患者遵医行为及预后的影响[J]. *航空航天医学杂志*, 2020, 31(2): 225–226.
- LI H, WANG P, SUO J S. Effect of holistic nursing on compliance behavior and prognosis of patients with allergic conjunctivitis [J]. *J Aerosp Med*, 2020, 31(2): 225–226. (in Chinese)
- [13] 郑晓骏, 陈旭青. 中西医结合治疗过敏性鼻炎的临床研究进展[J]. *中国中医眼科杂志*, 2023, 33(3): 269–272.
- ZHENG X J, CHEN X Q. Clinical research progress of allergic rhinoconjunctivitis treated by combination of Traditional Chinese Medicine and Western Medicine [J]. *China J Chin Ophthalmol*, 2023, 33(3): 269–272. (in Chinese)

(本文编辑:尹佳杰)