

针灸联合TDP灯照射治疗 1例腱鞘囊肿患者的护理体会

肖锐¹, 刘紫迪², 李野³, 王华新³, 唐玲³

(1. 北京中医药大学东方医院 核酸采集室, 北京, 100078;

2. 北京中医药大学东方医院 感染热病中心, 北京, 100078;

3. 北京中医药大学东方医院 护理部, 北京, 100078)

摘要: 本文总结1例针灸联合TDP灯照射治疗腱鞘囊肿患者的护理经验,包括针刺护理、TDP灯照射护理、腱鞘囊肿的预防和保养以及情志护理等。通过针灸联合TDP灯照射治疗,有助于缓解腱鞘囊肿患者不适症状,改善患者腕关节功能。

关键词: 腱鞘囊肿; 针灸; TDP照射; 中医适宜技术; 腕关节

中图分类号: R 473.6 文献标志码: A 文章编号: 2709-1961(2022)05-0091-03

Nursing of a patient with thecal cyst in tendon of wrist treated by acupuncture combined with TDP lamp irradiation

XIAO Ruirui¹, LIU Zidi², LIYe³, WANG Huaxin³, TANG Ling³

(1. Nucleic Acid Testing Room, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078;

2. Center for Infection fever, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078;

3. Department of Nursing, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078)

ABSTRACT: This paper summarized the nursing management of a patient with thecal cyst in tendon of wrist treated by acupuncture combined with TDP lamp irradiation. On the basis of nursing interventions for acupuncture and TDP lamp irradiation, preventive measures and emotion care were carried out. Acupuncture combined with TDP lamp irradiation is effective in the relief of discomfort caused by thecal cyst in tendon of wrist, and improve the recovery of wrist function.

KEY WORDS: thecal cyst in tendon; acupoint; TDP lamp irradiation; Traditional Chinese Medicine appropriate technology; wrist

腱鞘囊肿是腕背侧最常见的一种肿块,身体其他部位也可发生,囊肿生长缓慢,圆形,直径一般不超过2 cm,大者可达约5 cm^[1]。腱鞘囊肿可能于肿瘤混淆,临床诊治时应注意鉴别^[2]。中医使用针灸围刺和揉按挤压可促进局部炎症消退、防止囊腔内液体滞留,进而达到治疗目的^[3]。西医学认为通过TDP电磁波照射,产生热效应,加速细胞的活力,以促进组织的营养,改善局部血液循环,减轻和消除炎性水肿^[4]。故针灸联合TDP灯照射治疗腱鞘囊肿是一种有效可行的方法,在改善临床症状方面有积极作用。本文总结1例针

灸联合TDP灯照射治疗腱鞘囊肿患者的护理经验,现报告如下。

1 临床资料

患者女性,39岁,2021年3月1日就诊,自诉:“右手腕背侧见一圆形肿物,因未感不适即未予以治疗,于月前突然觉肿物加大,且感酸痛,压力时疼痛,活动受限。”,前往本院就诊。入院检查:右手腕背侧有一囊肿,大小约2 cm×2 cm,推之可移,质软无压痛,腕关节活动正常。诊断:右腕背腱鞘囊肿。患者入院后予以针灸联合TDP

灯照射治疗,在囊肿周围取穴,常规皮肤消毒,选用一次性毫针,在囊肿中央行第1针,然后在囊肿前、后、左、右边缘45°角斜刺各1针,各针深度均达囊肿底部。穿透囊壁,行捻转泻法,以患者感到局部酸、麻、胀、痛为宜,留针30 min,同时每针提、插、捻、转数次,手觉得气后停针。同时,使用TDP灯照射针灸部位。1次/d,连续治疗5 d为一疗程。3月2日,患者第2次治疗,查右手腕囊肿大小约1.5 cm×1.5 cm,继续联合治疗。3月3日患者第3次治疗,查右手腕囊肿大小约0.5 cm×0.5 cm。继续联合治疗。3月4日查患者右手腕腱鞘囊肿消失,患者采用上法治疗1个疗程后痊愈。患者居家期间嘱其避免右腕关节劳累,2个月后随访腕关节活动自如,未复发。

2 护理

2.1 针刺护理

暴露针刺部位,皮肤若有感染、破溃、瘢痕等不予针刺。保持诊室安静,让患者身心放松,并嘱其不要随意变动体位,以免发生弯针或断针。加强巡视,密切观察患者面色有无苍白出汗和询问患者感觉有无头晕、心慌等晕针表现。如发生晕针,应立即起针,让患者平卧,保持空气流通,指压相应穴位,予服温水,积极救治。起针动作轻柔,检查针数和针体是否完整。起针后用干棉球按压片刻,避免出血。针刺结束让患者稍作休息无不适后再离开。

2.2 TDP灯照射护理

将治疗器放到合适位置,调节好照射头的高度和角度,照射高度为25~30 cm。打开开关,预热5~10 min,调节控制面板上的时间定时30 min,即可对相应部位进行照射治疗。照射时,治疗头与被治疗部位间不得有遮盖物,密切观察患者的感觉和局部皮肤颜色,如照射过程中患者的身体出现不适,应立即停止使用。治疗结束后关闭开关。

2.3 腱鞘囊肿的预防和保养

日常生活中,做家务劳动时要注意正确的用力姿势,不要过度弯曲或后伸用力不要过猛。同时要注意手部手腕的保暖。在手腕关节做旋转运动时,要将手掌用力握拳再放松。日常注意采用正确的坐姿,尽量让身体平衡,不要让关节用力时悬空。禁止自行挤压或弄破腱鞘囊肿,避免局部感染,产生炎症,扩大患病部位。腱鞘囊肿可以采

取以下方式进行局部的保养:①握拳头:首先将五指完全伸展开,接着缓缓将手指弯曲握拳,拇指外面不要擦紧拳头,用力应当温柔,再将手指缓慢伸开,重复上述步骤。②竖拇指:将手指列在桌面上,大拇指向上伸展,垂直于桌面,其他四指向掌心弯曲。③屈手指:将手伸直,伸开手掌展开五指,再将手指弯曲,再伸直,重复上述步骤。④腕拉伸:将两只胳膊向前伸直,再向下弯曲腕部,指尖向下,掌心面向人体。另一只手按压掌背,保持10 s,重复10次为1组,两只胳膊共2组20次^[5]。

2.4 情志护理

医护人员做好患者的情志干预,使其正确对待疾病,减轻心理负担,树立战胜疾病的信心。日常工作中,医护人员做好解释工作,向患者宣教相关治疗的特殊性,采用转移法、分散放松法、音乐疗法等心理松弛疗法增强治疗的信心,使患者保持积极愉快、乐观向上的心态,维护好自身的正气,以良好的心境配合治疗。

3 讨论

现代医学认为,因局部软组织损伤后,引起损伤性炎症,使滑膜腔内滑液多而形成囊性疝出,或结缔组织黏液退行性变可能是诱发腱鞘囊肿的重要原因^[6]。中医学认为,腱鞘囊肿是因局部外伤,或者关节反复劳损导致筋脉松弛,痰液凝聚所致^[7]。近年来中医适宜技术发展迅速,针灸在临床上的研究受到更多关注^[8]。针刺可重塑变性硬结组织炎症,改善局部营养代谢,加快炎症介质的吸收和消退,促进囊液的流出,达到恢复腱鞘或关节囊周围的组织结构,恢复手足部关节功能的效果^[9]。TDP治疗仪具有改善血液循环,消炎、止痛、止痒,增强抗病能力、促进组织修复等作用^[10]。针灸联合TDP灯照射治疗腱鞘囊肿患者,可有效改善患者临床症状,减轻患者的经济负担且治疗方法简单有效,值得临床推广。本研究是个案经验总结,后续可进一步扩大样本量,深入探讨针灸联合TDP灯照射改善腱鞘囊肿的科学性和有效性。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 杨军昌. 温胆汤加味方治疗腱鞘囊肿[J]. 东方药膳, 2021(21): 200-201.
YANG J C. Wendan decoction in the treatment of

- thecal cyst in tendon [J]. *Orient Med Diet*, 2021 (21): 200-201. (in Chinese)
- [2] 吴东荣, 郭涛. 误诊为腘窝囊肿六例原因分析[J]. *临床误诊误治*, 2019, 32(1): 12-14.
- WU D R, GUO T. Factors analysis of misdiagnosis of thecal cyst popliteal space in 6 cases [J]. *Clin Misdiagnosis Mitherapy*, 2019, 32(1): 12-14. (in Chinese)
- [3] 康聪涛. 针灸加按揉法治疗腱鞘囊肿的疗效[J]. *养生保健指南*, 2019(27): 271.
- KANG C T. Effect of acupoint combined with massage in the treatment of thecal cyst in tendon [J]. *Heal Guide*, 2019(27): 271. (in Chinese)
- [4] 覃永泉. 针刺配合TDP灯照射、推拿治疗周围性面瘫疗效观察[J]. *当代临床医刊*, 2021, 34(2): 89-90.
- QIN Y Q. Effect of acupoint combined with TDP irradiation and Tuina in the treatment of peripheral facial paralysis [J]. *J Contemp Clin Med*, 2021, 34(2): 89-90. (in Chinese)
- [5] 朱明洁. 腱鞘囊肿的预防及治疗[J]. *石河子科技*, 2021(1): 64-65.
- ZHU M J. Prevention and treatment of thecal cyst in tendon [J]. *Shihezi Sci Technol*, 2021(1): 64-65. (in Chinese)
- [6] 郑国强. 用改良的腱鞘囊肿切除术治疗腕背腱鞘囊肿的效果研究[J]. *当代医药论丛*, 2019, 17(9): 98-99.
- ZHENG G Q. Effect of modified resection in the treatment of thecal cyst in tendon of the wrist [J]. *Contemp Med Symp*, 2019, 17(9): 98-99. (in Chinese)
- nese)
- [7] 刘露, 李建武. 针刺结合隔物温和灸治疗腕背部腱鞘囊肿的临床疗效观察[J]. *湖北中医杂志*, 2018, 40(10): 43-44.
- LIU L, LI J W. Effect of acupuncture combined with indirect warm moxibustion in the treatment of thecal cyst in tendon of the wrist [J]. *Hubei J Tradit Chin Med*, 2018, 40(10): 43-44. (in Chinese)
- [8] 洪江从, 王颖峥, 吴广文, 等. 电针足三里和曲池穴对脑梗死大鼠神经功能恢复的影响[J]. *康复学报*, 2019, 29(1): 47-53.
- HONG J C, WANG Y Z, WU G W, et al. Effects of electroacupuncture at Zusanli and Quchi on neurological function recovery in rats with cerebral infarction [J]. *Rehabilitation Med*, 2019, 29(1): 47-53. (in Chinese)
- [9] 赵耀东, 韩豆瑛, 尹秦, 等. 双向扬刺法治疗腱鞘囊肿临床观察[J]. *中国针灸*, 2014, 34(4): 347-349.
- ZHAO Y D, HAN D Y, YIN Q, et al. Clinical observation on two-way quintuple puncture in the treatment of ganglion [J]. *Chin Acupunct Moxibustion*, 2014, 34(4): 347-349. (in Chinese)
- [10] 郭仲华. 能“烤”身体的“保健灯”[J]. *中医健康养生*, 2021, 7(8): 17-19.
- GUO Z H. A medical heating-lamp for health-preserving [J]. *TCM Heal Life Nurtur*, 2021, 7(8): 17-19. (in Chinese)

(本文编辑:尹佳杰)