

# 艾条灸联合耳穴贴压治疗1例肺癌术后 脾肾亏虚患者失眠的护理体会

严秋波, 章甜, 张利元, 侯爱华

(山东省枣庄市中医医院 肿瘤科, 山东 枣庄, 277000)

**摘要:** 本文总结艾条灸联合耳穴贴压治疗1例肺癌手术后辨证为脾肾亏虚证患者失眠的护理经验, 包括常规护理、艾条灸和耳穴贴压的操作方法和注意事项等。通过辨证取穴和科学的评估, 针对患者的失眠症状进行个体化护理干预, 能够有效改善患者长期失眠症状。

**关键词:** 艾条灸; 耳穴贴压; 中医护理; 辨证施护; 失眠; 肺癌

中图分类号: R 245.81 文献标志码: A 文章编号: 2709-1961(2024)01-0100-05

## Moxa stick moxibustion combined with auricular acupoint pressure in the treatment of insomnia in a patient with syndrome of spleen and kidney deficiency after lung cancer surgery

YAN Qiubo, ZHANG Tian, ZHANG Liyuan, HOU Aihua

(Department of Oncology, Zaozhuang Hospital of Traditional Chinese Medicine, Zaozhuang, Shandong, 277000)

**ABSTRACT:** This paper summarizes the nursing practice of moxa stick moxibustion combined with auricular acupressure in treating insomnia in a patient with syndrome of spleen and kidney deficiency after lung cancer surgery. Key issues of nursing included routine nursing care as well as the operation methods and precautions of moxa stick moxibustion and auricular acupressure. Based on the acupoints selection by syndrome differentiation and scientific nursing assessment, individualized nursing interventions were carried out to relieve the patient's long-term insomnia symptoms.

**KEY WORDS:** moxa stick moxibustion; auricular acupoint pressure; Traditional Chinese Medicine nursing; nursing by syndrome differentiation; insomnia; lung cancer

失眠是临床常见病之一,是指睡眠质量和(或)睡眠时间不能够满足并且影响正确社会功能的主观性体验<sup>[1]</sup>,失眠的临床症状体现为睡眠维持障碍(睡眠期间醒来的次数 $\geq 2$ 次)、入睡困难(进入睡眠时间 $> 0.5$  h)、睡眠时质量低下、早醒和总体睡眠时间 $< 6$  h,并且伴有一些日间功能障碍<sup>[2]</sup>。随着时代的发展和科技的进步,人们工作和生活节奏加快,承受的心理压力与日俱增,失眠的发病率呈上升趋势。流行病学研究显示,全世

界大约27%的人患有睡眠上的问题,同时中国睡眠研究学会数据显示,中国约24.6%的人民(约3亿)存在睡眠相关问题,失眠在我国成年人身上发病率高达38.2%<sup>[3]</sup>。如果长时间存在睡眠问题,会对工作和生活产生严重的影响,同时导致机体免疫力下降<sup>[4]</sup>,增加诱发其他疾病的风险或加重原有疾病<sup>[5]</sup>。西医治疗失眠主要以药物治疗为主<sup>[6]</sup>,其优点是短期疗效较好,但如果长期服用,患者会对药物产生依赖性、成瘾性,易出现反弹、

耐受性失眠、药物戒断困难、运动方面不协调以及认知障碍等一系列不良反应<sup>[7-8]</sup>。失眠中医学中常称作“目不瞑”“不寐”“不得眠”等<sup>[9]</sup>，根本病机大多为阴阳失交、阳盛阴衰等阴阳失调，故在治疗上主要以调和阴阳平衡为主，使得人体阳入于阴，阴阳平衡则不寐自愈。中医疗法优点体现在：方法多、操作简易、舒适度高、无不良反应等，且疗效好、安全性较高<sup>[10]</sup>，对于治疗失眠有较大优势。本文总结艾条灸联合耳穴贴压治疗1例肺癌术后（脾肾亏虚）失眠患者的效果和护理经验，现报告如下。

## 1 临床资料

患者女性，70岁，主因“发现右肺小结节8年，右肺腺癌术后2年”于2023年2月6日收治入院，刻下证见：神志清，精神可，时有胸闷，饭后偶有反酸暖气，无恶心呕吐，纳尚可，眠差，入睡困难，夜间做梦较多，醒后难以再次入眠，二便尚调。中医望诊：舌红，苔黄；切诊：脉弦滑。专科查体未见明显异常。既往史：血压偏高7年余，最高达170/110 mm Hg，未系统服药治疗，自述静息后可降至约120/80 mm Hg。患者患慢性胃炎7年余，甲状腺结节2年余。中医诊断：积病（脾肾亏虚）。匹兹堡睡眠质量指数（PSQI）评分18分，汉密尔顿焦虑量表（HAMA）评分21分，阿森斯失眠量表（AIS）评分20分。

入科后给予患者艾条灸联合耳穴贴压干预，患者PSQI、HAMA和AIS量表评分变化见表1。患者于2月17日出院，经过系统治疗，患者睡眠质量提高，睡眠时间延长，再次评估：PSQI量表评分11分，HAMA量表评分12分，AIS量表评分11分。

表1 患者PSQI、HAMA、AIS变化

日期	治疗天数/d	PSQI/分	HAMA/分	AIS/分
2023-02-06	1	18	21	20
2023-02-08	3	16	17	18
2023-02-10	5	13	14	15
2023-02-12	7	15	13	16
2023-02-14	9	12	13	14
2023-02-17	12	11	12	11

## 2 护理

### 2.1 常规护理

2.1.1 环境护理：根据肿瘤绿色调护技术中的“生

活起居顺四时”原则，保持病室内环境清洁安静，室内温湿度适宜。治疗期间保证患者正常的作息，在规定的时间内吃饭、休息、睡觉。嘱患者晚饭后可适当运动，避免积食从而影响睡眠，夜间发生失眠时，可听一些节奏舒缓类的音乐。

2.1.2 饮食护理：肿瘤绿色调护中指出“节食欲—驱邪气”，饮食不节是引发肿瘤的一个重要因素。指导患者保持良好的饮食习惯，根据辨证及个人身体情况制定不同的食疗表，指导患者进食调理脾胃和易消化的食物，如小米、南瓜、鲫鱼、山药、羊肉等；嘱患者根据食疗表中制定的时间进食，勿食辛辣等刺激肠胃的食物，避免喝浓茶、咖啡、酒类饮料。

2.1.3 情志护理：失眠较为常见的病因之一是情志失常，因此应重视对患者的情志护理。在治疗和护理时，应与患者多交流沟通，了解患者的情感需求，鼓励患者多与家人及病友进行有效的沟通，做一些感兴趣的事情，比如听一些较为舒缓的音乐，看书画、影视等，不但可以消除患者负面情绪，也有利于患者失眠症状的改善。

2.1.4 健康宣教：为患者讲解失眠相关的知识，为患者答疑解惑，帮助患者树立信心，从而保证其治疗持续性和依从性。

### 2.2 中医护理

2.2.1 艾条灸：艾条灸是一种传统中医外治疗法，以艾绒为主要原料，先将艾绒制作成细柱状或条状，然后将之点燃，再熏灼选定的穴位，从而刺激穴位以激发经气，经气活动顺畅则脏腑功能协调。

艾条灸治疗失眠时，首先对患者进行辨证选穴，根据辨证得出的不同的证型和临床表现选取相应具有治疗意义的穴位进行施灸，从而改善失眠临床症状。操作前：协助患者取俯卧位，操作者立于患者一侧，注意保护患者隐私及保暖，选取百会穴、足三里、三阴交进行施灸。操作中：将点燃的艾条悬于相应穴位以上2~3 cm处，垂直熏灸，以患者感到温热为宜。在治疗时密切观察并及时清理艾灰，防止艾灰过长掉落灼伤皮肤。操作过程中，观察患者皮肤情况，有无红肿、水泡，同时勤询问患者有无不适，如感到不适，立即停止施灸。施灸后将艾条插入广口瓶，熄灭艾火。艾条灸2次/d，每组穴位15 min/次。操作完成后，及时清洁施灸处皮肤以及床单元，协助患者舒适体位，询问患者有无不适，整理床单位，嘱患者治疗后饮用1杯温开水，施灸后避免受风着凉，注意保暖。

2.2.2 耳穴贴压:耳穴贴压疗法是在生物全息理论及中医经络理论的指导下,通过在耳部穴位上贴压各种药豆、磁珠、揸针等,然后通过拇指和食指的指腹相对按压对耳部穴位产生刺激,从而能够防病治病的一种外治方法<sup>[11]</sup>。治疗期间,对耳部穴位的不间断刺激能够疏通经络,调节五脏六腑功能,调和阴阳平衡,被运用于不寐的治疗之中。选用肿瘤调护技术中的耳穴贴压疗法。

选用王不留行籽制作的耳穴贴进行耳穴贴压操作。取穴:丘脑、心、神门、神经系统皮质下、神经衰弱区、神经衰弱点、多梦区、脾、肾、交感。治疗前,操作者要检查患者耳部皮肤,查看耳部皮肤是否有破损及出血,然后对所选择耳穴进行按压和消毒,用75%酒精涂于耳穴处。之后,从上至下、从外向内按摩整个耳部,以潮红温热为宜。其次,贴耳穴贴,先用一只手固定耳郭,另一只手用镊子夹取耳穴贴,将耳穴贴贴于所选取的耳穴处。指导患者按压,一般采用垂直接压的方法,分别将食指和拇指指腹放在贴有耳穴贴的耳廓的正反面,然后用两手指指腹压迫耳穴贴以刺激耳穴,按压时患者会感到耳部穴位处有酸麻胀痛的感觉,出现这种感觉则提示按压有效<sup>[12]</sup>。每日按压3次,选取单侧耳穴按压,隔天换对侧耳穴,交替按压。每日15时选取心、神门穴按压;18时选取交感、皮质下按压;21时选取脾、肾按压其余穴位每次均按压,每个穴位按压持续3 min。

干预效果评价

### 3 讨论

失眠症为常见的睡眠障碍性疾病,随着人们生活压力的不断增加,失眠患者的数量也持续增长,且失眠会对患者的日常生活产生较大影响<sup>[12]</sup>。正常的睡眠依赖于人体脏腑之间的调和,阴平阳秘,血气充足,心血得静,心神安定,阳能入于阴。卫阳昼行于阳,夜行于阴。由于脾肾两虚,生化之源不足;或数伤于阴,阴虚火旺;或心胆气虚;或宿食停滞化热,食热扰胃;或肝火扰神,均能使心神不安,心血不静<sup>[13]</sup>。

本例患者为肺癌术后,患者病久极易引起阴阳失调,营卫失和,阳不入阴而导致脾肾亏虚,引起失眠。艾条灸有通经活络、祛除阴寒、消肿散结的功能特点,该法借助其燃烧产生热量在艾条灸过程中,传递到人体的各个经络,其产生的温热可使患者的毛细血管扩张,使得药力更易进入患者

体内,达到驱邪扶正的目的,发挥其温经活络的功效,可调阴阳、通经络、安心神,从而治疗睡眠-觉醒周期的紊乱<sup>[11]</sup>;艾绒燃烧产生的芳香挥发油中含有的成分是产生药理作用的关键<sup>[14]</sup>,艾绒燃烧的气味可以起到安神的作用<sup>[15]</sup>。百会穴为手足少阳、足厥阴、足太阳、督脉交汇之处,络于脑,脑为元神之府,故灸百会有健脑安神、醒脑开窍、升清助阳之功效<sup>[16-17]</sup>。现代研究认为,艾条灸百会穴时可使颈总动脉、大脑中动脉的血流速度加快,增加脑部供血;动物实验提示,灸法能够降低睡眠剥夺模型的大脑皮层兴奋度,从而产生安神的作用<sup>[18]</sup>。脾胃论治失眠,选用三阴交、足三里穴,“调督安神针法”等诸多中医外治法在治疗失眠疾病中均注重协调脾胃功能<sup>[19]</sup>。三阴交为气血交会之穴,足三里是胃腑之下合穴,二穴同时有补养气血、调理脾胃之功效。若脾胃之气调和,则阴阳和合,气血充足,故失眠得治。

《灵枢·口问》篇记载:“耳者,宗脉之所聚也”,耳部穴位与人体五脏六腑关系密切,能协调脏腑阴阳、调和气血<sup>[20]</sup>。中医认为人的五脏六腑在耳郭相应位置体现,脏腑疾病常会在耳廓的一定部位出现局部反应,刺激这些相应的反应点和穴位可以起到预防和治疗疾病的作用。耳穴贴压通过适当的揉、压和捏,产生酸、麻、胀、痛等刺激感应,以提高相应穴位的血运。研究表明,耳穴贴压治疗对大脑皮层功能的兴奋和抑制具有双向调节作用,调节自主神经功能,使大脑网状系统能够正常有序地激活和抑制,清心安神,心肾相通,从而使病理性的睡眠不断向正常的生理性的睡眠转化<sup>[21]</sup>。耳穴贴压治疗通过对耳部的各个穴位产生不间断刺激,能疏通耳部的各个经络组织,改善耳部相应位置的血液循环,从而刺激大脑皮层,缩短患者的入睡时间,延长患者睡眠时间,提高睡眠质量,减轻失眠症状<sup>[22]</sup>。耳部整体按摩刺激联合耳穴贴压,能够从整体上调理脏腑,同时增加了对耳郭敏感部位的刺激,从而加强疗效<sup>[23]</sup>。选取穴位包括脾、肾、心、丘脑、神门、皮质下、神经衰弱区、神经衰弱点、多梦区。心:主神志、藏血,神不守舍易多梦,取心则宁心安神;多梦多因大脑皮层兴奋和抑制功能平衡失调;多梦区、神门、神经衰弱点、神经衰弱区是失眠多梦的特定穴。多梦时,测得神经衰弱点电测阳性,取多梦区和神经衰弱区可使大脑皮层抑制过程加强、加快,从而入睡加快,睡眠深沉;取脾穴以健脾益气,养心安神;取肾穴

以固肾补气,交通心肾<sup>[24]</sup>。治疗期间辅以定时按压刺激,可使得穴位得气,作用到感觉神经末梢的神经感受器,以此为通道进而向上传递,对患者大脑皮层功能进行调节,从而改善患者睡眠节律,缓解其失眠病症<sup>[25]</sup>。

综上所述,在失眠症患者临床治疗期间联合艾条灸与耳穴贴压疗法,可以调节脏腑功能以及调节气血,提高患者的生命活动力,改善睡眠质量,对维持患者机体健康有积极作用。

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] 中华医学会神经病学分会,中华医学会神经病学分会睡眠障碍学组. 中国成人失眠诊断与治疗指南(2017版)[J]. 中华神经科杂志, 2018, 51(5): 324-335.  
CHINESE NEUROSURGICAL SOCIETY OF THE CHINESE MEDICAL ASSOCIATION, CHINESE NEUROSURGICAL SOCIETY OF THE CHINESE MEDICAL ASSOCIATION STUDY GROUP FOR SLEEP DISORDERS. China adult insomnia diagnosis and treatment guidelines (2017 edition)[J]. Chin J Neurol, 2018, 51(5): 324-335. (in Chinese)
- [2] 陈旭,张星平,梁瑞宁,等. 不寐患者1560例临床症状表现特征的分布[J]. 中华中医药杂志, 2023, 38(9): 4420-4423.  
CHEN X, ZHANG X P, LIANG R N, et al. Distribution of clinical symptoms performance characteristics in 1560 patients presenting with parasomnia[J]. China J Tradit Chin Med Pharm, 2023, 38(9): 4420-4423. (in Chinese)
- [3] 李娜. 生活方式、慢性病史与成人睡眠状况的影响因素研究[D]. 沈阳: 中国医科大学, 2020.  
LI N. Study on the factors influencing lifestyle, chronic medical history and sleep status of adults [D]. Shenyang: China Medical University, 2020. (in Chinese)
- [4] 王琪,彭筱平,潘沐勇. 彭筱平教授治疗失眠经验[J]. 中国中医药现代远程教育, 2021, 19(1): 88-90, 110.  
WANG Q, PENG X P, PAN M Y. Experience of professor Peng Xiaoping in treating insomnia [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2021, 19(1): 88-90, 110. (in Chinese)
- [5] 朱永兴,赵娟,邹杨,等. 老年人失眠与安全感、睡眠个人信念和态度的关系[J]. 中国老年学杂志, 2021, 41(7): 1517-1520.  
ZHU Y X, ZHAO J, ZOU Y, et al. Relationship between insomnia and sense of security, personal beliefs and attitudes towards sleep in the elderly [J]. Chin J Gerontol, 2021, 41(7): 1517-1520. (in Chinese)
- [6] 黄敏芳,唐亚芳,张巧真,等. 临床药师干预对反复发作的失眠症患者用药依从性和治疗效果的影响[J]. 中国医刊, 2019, 54(6): 667-670.  
HUANG M F, TANG Y F, ZHANG Q Z, et al. Influence of clinical pharmacist intervention on medication compliance and the therapeutic effect of insomniacs [J]. Chin J Med, 2019, 54(6): 667-670. (in Chinese)
- [7] 苏亮,陆峥. 2017年中国失眠症诊断和治疗指南解读[J]. 世界临床药物, 2018, 39(4): 217-222.  
SU L, LU Z. Interpretation of Chinese guideline for insomnia disorder diagnosis and its treatment in 2017 [J]. World Clin Drugs, 2018, 39(4): 217-222. (in Chinese)
- [8] 董芳,迟勇,袁晓菲,等. 两种微电流刺激仪治疗原发性失眠的多中心随机对照研究[J]. 中国医刊, 2020, 55(8): 905-908.  
DONG F, CHI Y, YUAN X F, et al. A random controlled trial of two different cranial electrotherapy stimulation in the treatment of primary insomnia [J]. Chin J Med, 2020, 55(8): 905-908. (in Chinese)
- [9] 黄苏萍. 张仲景辨治失眠探析[J]. 中华中医药杂志, 2006, 21(12): 753-754.  
HUANG S P. Zhang zhongjing's treatment of insomnia based on syndrome differentiation [J]. China J Tradit Chin Med Pharm, 2006, 21(12): 753-754. (in Chinese)
- [10] 王长华. 针药联合治疗更年期失眠症疗效的Meta分析[J]. 中国中医药现代远程教育, 2021, 19(4): 39-42.  
WANG C H. Meta analysis on acupuncture combined with medicine in the treatment of menopausal insomnia [J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2021, 19(4): 39-42. (in Chinese)
- [11] 胡凯文,刘书红,卫月,等. 耳穴贴压疗法[J]. 肿瘤绿色调护技术, 2021, 7: 167.  
Hu KW, Liu SH, Wei Y et al. Auricular acupoint pressure therapy [J]. Tumor Green Toning Technology, 2021, 7: 167. (in Chinese)
- [12] 张学月,龚秀琴. 耳穴贴压配合个体化护理治疗老年患者失眠症的临床研究[J]. 实用老年医学, 2021, 35(12): 1153-1157.

- 2014, 28(4): 348-350.
- ZHANG X Y, GONG X Q. Effect of auricular point plaster therapy and individual nursing on insomnia in the elderly patients[J]. *Pract Geriatr*, 2014, 28(4): 348-350. (in Chinese)
- [13] 田德禄, 蔡淦. 中医内科学[M]. 2版. 上海: 上海科学技术出版社, 2013.
- TIAN D L, CAI G. *Internal Medicine of Traditional Chinese Medicine* [M]. 2nd ed. Shanghai: Shanghai Science and Technology Press, 2013. (in Chinese)
- [14] 谢莉莉, 刘光谱. 艾灸的治疗作用和机理研究进展[J]. *针灸临床杂志*, 2000, 16(5): 57-59.
- XIE L L, LIU G P. Research progress on therapeutic effect and mechanism of moxibustion [J]. *J Clin Acupunct Moxibustion*, 2000, 16(5): 57-59. (in Chinese)
- [15] 张田宁, 吴生兵, 朱咏梅, 等. 试析艾灸的质与量[J]. *中华中医药杂志*, 2018, 33(11): 5088-5091.
- ZHANG T N, WU S B, ZHU Y M, et al. Discussion on the quality and quantity of moxa-wool moxibustion[J]. *China J Tradit Chin Med Pharm*, 2018, 33(11): 5088-5091. (in Chinese)
- [16] 赵宁侠, 郭瑞林, 任秦有, 等. 艾灸健康人百会穴对脑血管血液动力学的影响[J]. *针刺研究*, 2007, 32(4): 252-254.
- ZHAO N X, GUO R L, REN Q Y, et al. Influence of moxibustion of baihui (GV 20) on hemodynamics of common carotid artery in healthy subjects[J]. *Acupunct Res*, 2007, 32(4): 252-254. (in Chinese)
- [17] 郭瑞林, 任秦有, 赵宁侠, 等. 艾条灸健康人百会穴对左侧大脑中、后动脉血流动力学的影响[J]. *贵阳中医学院学报*, 2004, 4: 35-36.
- GUO R L, REN Q Y, ZHAO N X, et al. Effects of moxibustion on the hemodynamics of the left middle and posterior cerebral arteries in healthy subjects [N]. *J Guiyang Coll Tradit Chin Med*. 2004, 4: 35-36. (in Chinese)
- [18] 高义森, 陈泽斌, 殷妮娜, 等. 针刺百会穴对睡眠剥夺大鼠模型脑电图 $\alpha$ 波、 $\beta$ 波频率的影响[J]. *亚太传统医药*, 2017, 13(18): 7-9.
- GAO Y S, CHEN Z B, YIN N N, et al. Effect of acupuncturing at baihui (DU20) acupoint on  $\alpha$ -wave,  $\beta$ -wave frequencies of EEG of sleep deprived rats [J]. *Asia Pac Tradit Med*, 2017, 13(18): 7-9. (in Chinese)
- [19] WANG Y J, ZHANG L H, HAN Y X, et al. Efficacy observation on Governor Vessel-unblocking and mind-calming acupuncture for insomnia[J]. *J Acupunct Tuina Sci*, 2016, 14(4): 274-278.
- [20] 陈璐, 张小卿. 揶针耳穴联合经穴治疗心脾两虚型老年失眠症临床疗效观察[J]. *辽宁中医药大学学报*, 2018, 20(10): 155-157.
- CHEN L, ZHANG X Q. Clinical observation of thumb-tack needle combined with auricular and acupuncture point for subcutaneous embedding therapy on treating senile insomnia with insufficiency of heart and spleen [J]. *J Liaoning Univ Tradit Chin Med*, 2018, 20(10): 155-157. (in Chinese)
- [21] 雷晓菁. 耳穴压豆治疗失眠的效果观察[J]. *医药前沿*, 2019, 9(13): 195-196.
- LEI X J. Observation on the effect of auricular point pressing beans on insomnia[J]. *J Front Med*, 2019, 9(13): 195-196. (in Chinese)
- [22] 白琳丽, 司艳君. 归脾汤加减联合耳穴压豆治疗心脾两虚型失眠的疗效观察[J]. *医学食疗与健康*, 2022, 20(2): 29-32.
- BAI L L, SI Y J. Clinical observation on the treatment of insomnia with deficiency of both heart and spleen by Guipi Decoction combined with auricular point pressing beans[J]. *Med Diet Health*, 2022, 20(2): 29-32. (in Chinese)
- [23] 宋丹, 赵莉娟, 王丽, 等. 老年糖尿病患者耳部按摩的降血糖效果[J]. *中国老年学杂志*, 2015, 35(4): 1082-1083.
- SONG D, ZHAO L J, WANG L, et al. Hypoglycemic effect of ear massage in elderly diabetic patients [J]. *Chin J Gerontol*, 2015, 35(4): 1082-1083. (in Chinese)
- [24] 黄丽春. 耳穴治疗学[M]. 2版. 北京: 科学技术文献出版社, 2017.
- HUANG L C. *Treatment with auricular points* [M]. 2<sup>nd</sup> Edition. Beijing: Science and Technical Documentation Press. 2017. (in Chinese)
- [25] 朱小红, 李建宏, 李莹. 耳穴贴压治疗失眠症的临床观察[J]. *中国煤炭工业医学杂志*, 2017, 20(2): 198-201.
- ZHU X H, LI J H, LI Y. Clinical observation of auricular plaster therapy in treating insomnia[J]. *Chin J Coal Ind Med*, 2017, 20(2): 198-201. (in Chinese)

(本文编辑:黄磊)