

艾灸刮痧罐在腰背肌筋膜炎护理中的临床体会

常会会, 宁桐

甘肃省中医院 甘肃兰州

【摘要】目的 探讨艾灸刮痧罐在腰背肌筋膜炎护理中的临床效果。**方法** 将我院2021年1月-2022年12月80例腰背肌筋膜炎患者,信封随机法分二组。对照组给予常规护理,观察组采取常规护理联合艾灸刮痧罐。比较两组护理前后腰背部疼痛评分、机体炎症监测指标、满意度、疼痛缓解时间、活动改善时间。**结果** 观察组腰背部疼痛评分、机体炎症监测指标低于对照组,满意度高于对照组,疼痛缓解时间、活动改善时间短于对照组, $P < 0.05$ 。**结论** 腰背肌筋膜炎患者采取常规护理联合艾灸刮痧罐效果确切。

【关键词】 艾灸刮痧罐; 腰背肌筋膜炎; 护理; 临床效果

【收稿日期】 2023年5月15日 **【出刊日期】** 2023年7月10日 DOI: 10.12208/j.jmmn.2023000270

Clinical Experience of Moxibustion and Scraping Cups in Nursing Care of Lumbar and Dorsal Myofasciitis

Huihui Chang, Tong Ning

Gansu Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine Lanzhou, Gansu

【Abstract】Objective To explore the clinical effect of moxibustion and scraping cupping in the care of lumbar and dorsal myofasciitis. **Method** 80 patients with lower back myofasciitis in our hospital from January 2021 to December 2022 were randomly divided into two groups using envelope randomization. The control group received routine care, while the observation group received routine care combined with moxibustion and scraping therapy. Compare the lumbar and back pain scores, body inflammation monitoring indicators, satisfaction, pain relief time, and activity improvement time between two groups before and after nursing care. **Result** The observation group showed lower scores of lower back pain and monitoring indicators of body inflammation compared to the control group, higher satisfaction than the control group, shorter pain relief time and activity improvement time compared to the control group, $P < 0.05$. **Conclusion** Routine nursing combined with moxibustion and scraping therapy is effective for patients with lumbar and dorsal myofasciitis.

【Key words】 Moxibustion and scraping jar; Lumbar and dorsal myofasciitis; nursing; Clinical effects

腰背肌筋膜炎指的是腰背部筋膜及肌组织的病理性变化,与长期的肌肉劳损有一定的关系,此外,长期不正确的牵拉姿势、寒冷潮湿的环境、没有得到及时的治疗都会导致腰背肌筋膜炎的发生,其临床症状以腰背部疼痛为主,尤其是在阴雨天气会更加严重^[1]。如果出现腰背肌筋膜炎的情况,可以在医生指导下用药,同时还要做好保暖工作,避免着凉。如果得不到及时的处理,就会造成患者的反复和迁延,甚至会加重患者的脊柱退行性病变。腰背肌筋膜炎的治疗以减轻疼痛、缩短病程、提高患者的功能为目标。艾灸既有中医功效,又有某些化学功效。艾灸对于劳损、外伤引起的筋膜炎,有温阳散寒、活血化瘀的功效。除此之外,刮痧和拔罐可发挥活血化瘀、缓解和消除炎症等作用^[2]。基于此,本研究探讨了艾灸刮痧罐在腰背

肌筋膜炎护理中的临床效果,报道如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

将我院2021年1月-2022年12月80例腰背肌筋膜炎患者,信封随机法分二组。每组例数40。

其中观察组男29例,女11例;年龄34-76岁,平均 (47.21 ± 2.27) 岁。对照组男28例,女12例;年龄31-75岁,平均 (47.78 ± 2.91) 岁。两组资料数据可比, $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组给予常规护理,主要是在医生的指导下,在医生的指导下,口服一些消炎止痛的药物,如塞来昔布胶囊、双氯芬酸钠片等,这样可以有效的缓解局部的炎症和疼痛,给患者局部使用热毛巾热敷,促进

血液循环,减轻疼痛。(1)住院教育:在病人住院后,责任护士要对病人进行住院教育,并要对病人进行生命体征的监测,并要做好住院评估。护士应对病人的情况、并发症等进行详细的分析,并遵医嘱执行对患者的护理。第二,肢体护理:对每一位病人的步态及双下肢的力量进行评估,如果病人出现力量不稳定,就要采取安全措施,防止意外事故及摔倒,并对病人进行健康教育,告诉病人下床时需要注意的事项,帮助病人使用辅助器械走路,并指导病人进行腰背肌肉锻炼。(3)心理护理。对病人的心理状况要做好全面的了解,对于有较大的不良情绪的病人,要及时做好心理疏导工作,以减少病人的消极情绪。

观察组采取常规护理联合艾灸刮痧罐。1.定位 按医嘱确定施术部位(定经络和穴位),洗手,检查罐口,插艾柱。(背部用大罐、腹部用中罐、肩颈及四肢颜面部用小罐)。2.点燃 火苗对准艾柱中心,使其全部点燃并升温。3.涂抹 在施术部位涂抹上对症的精油。4.施术 手先接触皮肤然后落罐,运用推法、刮法、灸法三位一体进行操作。(推法:运法、推法、拔法;刮法:推刮、回悬刮;灸法:温和灸、透热灸)①运法:罐口平扣皮肤,小鱼际紧贴皮肤在施罐部位轻轻滑动火龙罐;②推法,罐口抬起 15°弧边推,走罐过程中,用手掌尺侧、小鱼际肌在施罐部位揉推。③拨法,罐口抬起 15°弧边拨。④刮法:在逐渐适应治疗后,推刮,回旋刮。⑤灸法:温和灸,用运法。透热灸,用摇骰子的方式不断煽风加旺火刮法。⑥点法:使用罐口突出处对任意一个穴位进行揉按。5.观察 每部位施罐 20-30 分钟左右,1 次/d,观察患者局部皮

肤,以皮肤微出汗且红润为最佳;询问有无不适感。6.结束 操作完毕,嘱患者卧床休息,保暖,可饮温开水。操作者整理床单位,待罐放置温度降低后,用水淋冲罐内艾灰,在确认无火的星的情况下,将艾灰及水倒入垃圾桶。冲洗干净罐内及罐体;再用 75%酒精清洁罐壁与罐口,放置在专用配套托盘,通风晾干备用。

操作注意事项:1.注意持罐推拿与普通推拿手法的不同及要点,运罐时注意使皮肤放松; 2.操作者经过专业培训,防止烫伤; 3.点火时避免烧到罐口:注意做好一摸二测三观察;4.操作过程中注意把控罐温,注意施灸量和火候,避免过度和不正规晃动,以免艾条脱落、艾灰脱落,引起烫伤;5.暂停使用期间或用完罐后必须放置在配套的托盘上,盘内垫湿巾;6.治疗结束后的护理及要求:嘱患者注意保暖,避免受凉;若出现口干、舌燥等上火症状,可适饮淡盐水一杯。

1.3 观察指标

比较两组护理前后腰背部疼痛评分、机体炎症监测指标、满意度、疼痛缓解时间、活动改善时间。

1.4 统计学处理

SPSS23.0 软件中,计数、计量数据分别进行 χ^2 、t 检验, $P < 0.05$ 表示差异有意义。

2 结果

2.1 腰背部疼痛评分、机体炎症监测指标

护理前两组腰背部疼痛评分、机体炎症监测指标比较, $P > 0.05$, 护理后两组腰背部疼痛评分、机体炎症监测指标均显著降低,而其中观察组腰背部疼痛评分、机体炎症监测指标显著低于对照组, $P < 0.05$ 。如表 1。

表 1 护理前后腰背部疼痛评分、机体炎症监测指标比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	时间	腰背部疼痛评分	TNF- α (ng/ml)	Hs-CRP (mg/L)	IL-6 (pg/mL)
观察组	护理前	5.56 \pm 1.81	3.75 \pm 0.34	13.25 \pm 3.23	162.51 \pm 16.71
	护理后	1.12 \pm 0.14	1.56 \pm 0.21	7.19 \pm 1.02	61.22 \pm 2.16
对照组	护理前	5.58 \pm 1.42	3.74 \pm 0.33	13.27 \pm 3.21	162.55 \pm 16.42
	护理后	3.56 \pm 0.24	2.45 \pm 0.28	9.22 \pm 1.56	121.41 \pm 2.11

2.2 满意度

观察组的满意度 40 (100.00) 比对照组 32 (80.00) 高 ($P < 0.05$)。

2.3 疼痛缓解时间、活动改善时间

观察组疼痛缓解时间 3.24 \pm 1.41d、活动改善时间 6.56 \pm 1.21d 均短于对照组 5.40 \pm 2.17d 和 8.41 \pm 3.57d, P

< 0.05 。

3 讨论

腰背肌筋膜炎一般是因为外伤、受寒、劳累等原因引起的,会引起腰背肌等腰部组织的水肿、炎症,患者会有疼痛的感觉,尤其是在早上和晚上,疼痛的感觉更为强烈,经过一定的运动后,疼痛的感觉会有

所缓解, 并且还会受到天气的影响。腰背肌筋膜炎以中年人为主。研究发现, 导致腰背肌筋膜炎的原因有: 长期肌肉劳损、外伤史、久坐久站等。常见的症状就是腰背部的弥漫性钝痛, 也有可能是两侧腰背肌发凉、麻木、肌肉痉挛, 也有可能是运动障碍。腰背肌筋膜炎的治疗方法是采取有针对性的保守治疗, 平时要做好保暖工作, 可以通过局部热敷来减轻疼痛。腰背肌筋膜炎是一种比较复杂的疾病, 治疗过程比较漫长, 给患者带来很大的痛苦, 因此必须要找到一种有效的治疗方法。

在中医看来, 这多是由于血虚不能荣筋, 复感风寒湿邪, 导致经络堵塞, 或者是由于过度劳伤, 导致血虚气滞, 导致“痛则不通, 通则不痛。”“痛则不松, 松则不痛。”其主要的病理特征是背肌筋膜为不松、不通。在传统的中医理论中, 腰背肌筋膜炎属于“肌痹、肌凝证”的范畴, 这种疾病的发生主要是由于劳损伤筋、肝肾亏虚等原因, 造成了机体的局部血液循环不畅, 在受到风寒或湿邪的侵袭之后, 会造成腰背部经筋脉络的损伤, 从而造成气血凝滞、筋脉不畅等症状, 严重影响了患者的生活质量。故在临床上, 应以“除痹”, “舒筋活血”, “通畅经络”为治则^[3-4]。

艾灸刮痧罐技术是由砭石和紫砂经过高温烧制成罐体, 将罐口设计成双层花瓣(莲花齿轮)形结构。罐体内设有钢针用来固定专用艾饼, 且罐体内点燃艾饼, 生发纯阳之性, 如火龙之口达到化於、驱寒、除湿的效果因此取名“艾灸刮痧罐”。“艾灸刮痧罐”有机结合了集刮痧、艾灸、推拿、精油、点穴等中医传统疗法的功效, 可以扩张毛细血管、增加汗腺分泌、改善微循环、吸收炎症、活血化瘀、增快血液循环等功效^[5-6]。

本研究显示, 护理前两组腰背部疼痛评分、机体炎症监测指标比较, $P > 0.05$, 护理后两组腰背部疼痛评分、机体炎症监测指标均显著降低, 而其中观察组腰背部疼痛评分、机体炎症监测指标显著低于对照组, $P < 0.05$ 。观察组的满意度 40 (100.00) 比对照组 32 (80.00) 高 ($P < 0.05$)。观察组疼痛缓解时间 $3.24 \pm 1.41d$ 、活动改善时间 $6.56 \pm 1.21d$ 均短于对照组 $5.40 \pm 2.17d$ 和 $8.41 \pm 3.57d$, $P < 0.05$ 。这是因为: 近年来, 由于中医在治疗疾病方面具有明显的优越性, 使其在临床上得到了广泛的使用。在中医学看来, 腰背肌筋膜炎与自然环境和生活习惯等因素有关。它的发病机制属于本虚标实, 本虚是指气血亏虚, 这是痹症发生的基础, 而标实则是指风寒湿热等外邪入侵, 或

瘀血、痰饮等内生病理, 这都是其发生的诱因^[7-8]。艾灸刮痧罐治疗可通过药物、物理作用等从而达到温经通络、散寒祛湿、调和气血的目的, 从而达到提升疗效的目的。在中医学看来, 腰背肌筋膜炎的产生是由于外邪阻塞了经脉, 导致了血液循环的障碍。从中医学的观点出发, 艾灸刮痧罐能够促进局部的血液循环改善, 减轻肌肉的痉挛和紧张, 充分发挥营卫之气的作用, 使经络穴位处充血, 达到有效舒筋理气, 驱风散寒, 活血化瘀, 消肿止痛的作用^[9-10]。

综上, 腰背肌筋膜炎患者采取常规护理联合艾灸刮痧罐效果确切, 值得推广。

参考文献

- [1] 葛海雅, 鄢来军, 杨宗睿, 石金玉, 詹红生. 不同针灸疗法治疗腰背肌筋膜炎的网状 Meta 分析[J]. 康复学报, 2023, 33 (01) : 65-76.
- [2] 陈娟, 林斌强, 汤丽珠, 李长辉. 腰背肌筋膜炎的中医治疗进展[J]. 智慧健康, 2022, 8 (32) : 75-79+87.
- [3] 杨焱. 刺络放血联合针灸治疗腰背肌筋膜炎的效果观察[J]. 临床医学, 2022, 42 (05) : 113-115.
- [4] 陈爱菊, 解洪刚. 温针灸治疗腰背肌筋膜炎方法的改良[J]. 中医外治杂志, 2022, 31 (01) : 128-129.
- [5] 陈思思, 宗志涛, 余杰为. 针刺配合铺灸治疗腰背肌筋膜炎对患者日常生活能力的影响[J]. 中国医学创新, 2021, 18 (23) : 97-101.
- [6] 王艳, 姜天鑫, 胡林龙, 李飞. 针刺、艾盒灸联合筋骨膏治疗腰背肌筋膜炎 32 例临床观察[J]. 甘肃中医药大学学报, 2021, 38 (01) : 74-78.
- [7] 李中钦, 翁文水, 吴铅谈. 龙氏手法联合细银质针导热治疗腰背肌筋膜炎临床观察[J]. 亚太传统医药, 2021, 17 (02) : 51-54.
- [8] 孙洁. 刺络放血结合针灸治疗腰背肌筋膜炎的临床观察[J]. 中国民族民间医药, 2020, 29 (16) : 110-111.
- [9] 秦后伟. 艾灸治疗腰背肌筋膜炎临床观察[J]. 光明中医, 2020, 35 (16) : 2525-2528.
- [10] 刘维, 李梦, 刘雪珂, 谢文雅, 薛正海, 孙剑, 祝金豹. 基于红外热成像对刺络放血结合艾灸治疗腰背肌筋膜炎的临床研究[J]. 中国中医急症, 2020, 29 (08) : 1400-1402.

版权声明: ©2023 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

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



OPEN ACCESS