

一例痉挛性斜颈患者的个案护理

宁乙璟, 蒋劲*

云南省中医医院 云南昆明

【摘要】本文通过对一例痉挛性斜颈患者的病例进行回顾性分析,根据患者的护理问题我们采取了中医辨证施护,给与患者心理护理、生活护理、康复训练、用药护理、饮食护理等护理措施后,患者病情逐渐好转。痉挛性斜颈是一种累及颈部区域的局限性肌张力障碍,表现为颈肌阵发性的不自主收缩,引起头向一侧扭转或阵性倾斜。它是一种锥体外系运动障碍,是一种独立的器质性疾病。然而精神因素如焦虑、反应性抑郁症等对此病的症状轻重起着一定的调整作用,情绪的冲动甚至是此病加速发展的一个因素。

【关键词】痉挛性斜颈;辨证施护;个案护理

【收稿日期】2023年12月17日

【出刊日期】2024年1月19日

【DOI】10.12208/j.ijcr.20240028

Case nursing of a patient with spasmodic torticollis

Yijing Ning, Jin Jiang*

Department of surgery anesthesiology, Qiqihaer Hospital of Traditional Chinese Medicine, Qiqihaer, Heilongjiang

【Abstract】 This article retrospectively analyzed a case of a patient with vestibular torticollis. Based on the patient's nursing problems, we adopted traditional Chinese medicine dialectical nursing, providing psychological care, life care, rehabilitation training, medication care, dietary care and other nursing measures to the patient, and the patient's condition gradually improved. Spastic torticollis is a localized muscle tone disorder that affects the neck region, characterized by paroxysmal involuntary contractions of the neck muscles, causing head to side twisting or intermittent tilting. It is an extrapyramidal motor disorder and an independent organic disease. However, psychological factors such as anxiety and reactive depression play a certain regulatory role in the severity of symptoms of this disease, and emotional impulses are even a factor in the accelerated development of this disease.

【Keywords】 Spastic torticollis; Dialectical protection; Case care

痉挛性斜颈是一种罕见的神经系统疾病,主要影响患者的颈部肌肉,导致颈部不自主地向一侧倾斜。这不仅影响外观,还带来剧烈的疼痛和运动障碍,给患者的生活带来巨大困扰。中医和西医在治疗上有不同的观点,中医更注重整体和平衡,通过调整患者的整体状态来缓解病情。

护理过程中需关注病症本身以及患者的整体健康状况、生活方式和心理状态,通过全面的护理,帮助患者更好地康复,提高生活质量。针对痉挛性斜颈的护理措施包括保持舒适体位、注意颈部保暖、加强心理护理、定期评估患者情况等。以下为针对痉挛性斜颈个案的护理措施,以期未来的护理工作提供一定参考。

1 临床资料

患者女性,36岁,于2023年9月4日入院,患者主诉头向左侧旋转伴颈部僵硬2月。现症见:患者头向左侧旋转,颈项肩部时有酸痛、僵硬感,活动受限,震颤,劳累及紧张后症状加重,无明显头痛、头晕,双上肢无麻木,怕风,怕冷,有汗,纳食可,夜寐欠安,小便调顺,大便2-3次/日。舌暗红,苔薄白,脉弦。

查体阳性体征:颈椎各方位活动度均有明显减弱;双侧斜方肌紧张痉挛,右侧胸锁乳突肌紧张并伴有压痛,C5-7棘突两侧旁开1cm及双侧胸锁乳突肌均有压痛,右侧显著,生理曲度变直,左侧弯;肱三头肌腱反射左(+),右(+);

*通讯作者:蒋劲

左侧胸锁乳突肌、斜方肌及颈夹肌紧张。

辩证施护要点

证属：气滞血瘀

治则：理气活血，舒经通络

患者平素情绪急躁易怒，导致肝气郁滞，肝气不舒，疏泻失常。气为血帅，肝郁气滞，日久不解，致气血运行不畅，阻滞不通，气血不能濡养经脉，致使颈部疼痛。《杂病源流犀浊》：“气运乎血，血本随气以周流，气凝则血亦凝矣，气凝在何处则血亦凝在何处矣。夫至气滞血瘀，诸病百出。”其症舌脉均为气滞血瘀，病位在颈，气血不足为标，气滞血瘀为本，治宜标本兼治。

护理要点：调情志、避风寒，做好患者疼痛及睡眠护理。

2 现存护理问题

根据以上评估，提出如下护理问题：

- 2.1.疼痛：与经络不通，脉细而痛有关；
- 2.2.焦虑：与忧思过度、肝郁气滞有关；
- 2.3.睡眠型态紊乱：与忧思内扰、心神不宁有关；
- 2.4.躯体活动障碍：与筋脉失荣、心神失主有关；
- 2.5.自我形象紊乱：与头颈向左侧偏歪有关；
- 2.6.震颤：与劳累、紧张有关；
- 2.7.知识缺乏：与对病程及治疗不了解有关；

3 针对上述问题给予患者如下护理措施

3.1 在治疗过程中，首要步骤是将患者放置于硬板床上，采用低枕的舒适体位，以确保对头部和颈部提供适当的支撑。此外，为了确保患者的安全，需要安装床档以避免患者突发跌落的风险。

3.2 为了提供一个宁静的治疗环境，病室应保持安静，并保持室温在 24 度左右，选择柔和的灯光。这样有助于使患者感到舒适，避免外界噪音和干扰，更好地休息和康复。

3.3 引导患者在颈肩部围上围巾，以保护颈部免受寒冷和外界环境的影响。同时，需关注颈部的防寒保暖措施，根据需要及时增减衣物，以防止外邪侵袭。

3.4 在规定的时间内进行每日的中药塌渍治疗，有助于促进中药液通过皮肤被吸收，以实现温经通络和促进气血流通的效果。此外，选用大椎、颈夹脊穴、肩中俞、肩井、天宗穴等穴位进行通络储药罐治疗，可以进一步刺激颈部的穴位，增强治疗效果。通过使用蜡饼法来治疗颈部手太阳和手少阳经筋的运行轨迹，可以温经散寒并增强身体的正气。每天晚上睡前，在大椎穴上敷贴中药，可以有助于促进血液循环并消除淤血。

3.5 一旦患者表达疼痛感，护理人员应当立即给予关注和慰问，同时引导患者自行进行适当的按摩。按摩操作可有效舒缓颈部肌肉的紧张和疼痛，以助患者体验到舒适感。在按摩过程中，患者可以轻柔地揉捏颈部疼痛处，不过需要注意力度适中，避免使用过度力量造成不适。通过自行按摩，患者能够更好地放松身体，减缓疼痛的感觉。

3.6 除了注重患者的身体状况，护理人员还需重视患者的心理状况。对于患者可能存在的焦虑情绪，护理人员应给予充分的理解和支持，以提供安慰。为了帮助患者更好地了解自身的疾病，护理人员可以向患者详细介绍痉挛性斜颈的相关知识，包括病因、症状、治疗方法以及康复进程等。透过充分的解释和沟通，护理人员能够与患者建立起信任关系，并取得他们的理解和合作。

3.7 为了减轻患者的紧张情绪，护理人员可以运用五音疗法。每天晚上的 19:00 至 20:00 时间段，为患者播放特定的曲目，例如《姑苏行》、《江南好》、《喜相逢》等。这些曲目内含的音乐元素可渗入人的心肝两经，有助于疏解肝气，活血化瘀。通过聆听音乐，患者能够放松身心，达到心理的平静，从而减轻焦虑情绪。

3.8 对患者进行指导，建议他们在每天早上 8:00-8:30 和下午 16:00-16:30 之间进行通小周天调气法的练习，每次持续 30 分钟，每天进行 2 次。通过这种呼吸调节方法的实践，患者可以有效地调整自己的呼吸，放松身心，并促进气血流通，从而有助于改善病情。

3.9 为了减轻患者的失眠症状，我们可以教他们在睡前进行一种摩腹的方法。具体做法是，双手叠加在脐部周围，然后顺时针和逆时针方向各按摩 5 分钟。接着，按摩印堂、百会、太阳等穴位，每个穴位按摩半分钟。同时，在睡前用手掌来回摩擦涌泉穴 100 次，这样可以使双足心感到温热。这些按摩方法有助于患者放松身体，促进入眠。

3.10 与患者进行有效交流，鼓励他们就病情提出问题，并详细解释痉挛性斜颈的特点和治疗原则。通过回答患者的疑问，可以减轻他们的不安情绪，提高睡眠质量。

3.11 当患者感觉到转头时肌肉受到阻碍时，指导他们使用手部按摩和拉伸的方法，有助于肌肉放松，缓解不适感。

3.12 为患者提供正确的功能锻炼指导，是一项重要的护理措施之一。根据患者的具体情况，制定个性化

的锻炼计划, 包括进行颈部肌肉的伸展和进行力量训练等。通过正确的功能锻炼, 患者能够改善颈部肌肉的力量和柔韧性, 从而缓解痉挛性斜颈的症状。

3.13 除了身体护理外, 患者的心理状况也是极其重要的。推动患者正视自身内在, 并表达他们的思想和情感, 同时耐心聆听他们的需求。这样的做法有助于患者更好地面对疾病和身体状况, 以便更有效地应对和治疗。此外, 鼓励患者逐步与同病相怜者、医务人员和护理人员等进行交流, 也可以提升他们的自我意识, 减少外界刺激对疾病的影响。

3.14 在护理过程中, 解释有关药物的使用是非常重要的任务。中药在服用时应该保持温热, 而朱砂粉则应该冲服以达到止痉作用。琥珀粉是一种中药, 具有具有安抚镇静的功效, 可以与其他中药一同煎煮并一并服用。这种解释有助于患者正确地服用药物, 以确保治疗的有效性。

3.15 根据中医学理论, 患者的症状可以归类为气滞血瘀。因此, 我们建议患者增加摄入具有促进气血运行的食物, 例如白萝卜、油菜、山楂和桃仁。同时, 减少盐和味精的摄入量, 以避免过度刺激。为了缓解情绪和舒缓身体, 我们建议患者用薄荷水代替茶饮。此外, 我们鼓励患者增加水果的摄入, 以保持良好的排便, 避免因腑气不畅而加重烦躁症状。在饮食方面, 还要避免摄入辛辣食物, 以免其辛热属性对阴液产生不利影响。通过合理的饮食调理, 有助于促进患者更好地康复。

4 护理效果评价

通过对患者实施有针对性、个性化的护理措施, 患者诉疼痛较前缓解, 舒适感增加; 患者焦虑情绪较前减轻, 情绪乐观, 有战胜疾病的信心; 患者掌握正确的康复锻炼方法; 患者对自我形象有正向的认知, 对疾病知识、饮食、服药等知识有一定了解。

5 护理体会总结

痉挛性斜颈是一种罕见的神经系统疾病, 其特点是颈部肌肉发生不受控制的自主收缩, 导致头部和颈部倾斜向一侧。疾病进展缓慢, 数年后可能趋于稳定, 不具威胁生命的风险。然而, 该疾病会对患者的生活质量产生了严重影响。根据中医学理论, 人体被视为一个复杂的系统, 任何一个部分的不平衡都有可能对整体产生影响。对于痉挛性斜颈的治疗, 中医采用了一种综合而平衡的方法。除了关注症状的缓解, 中医还重视调整患者的整体状态, 包括情绪、生活方式和饮食习惯等。通过全面的调理, 患者能够更好地康复并提升生

活质量。早期的诊断和持续的治疗对于痉挛性斜颈的预后至关重要。在疾病的初期, 通过持续的治疗和功能锻炼, 能够显著改善患者的情况。此外, 心理支持也是治疗过程中不可或缺的一部分。许多患者在疾病的影响下可能感到焦虑或抑郁, 通过心理咨询和心理疗法, 可以帮助他们调整心态, 增强战胜疾病的信心。此外, 患者常常遭受明显的疼痛状况。为了缓解这种疼痛, 中医采用了一项特殊的技术, 被称为“改良中药塌渍法”。该方法能够刺激中药液在皮肤上的吸收, 以达到改善经络通畅和促进气血流动的效果。通过调节经络, 这一方法能够有效缓解肌肉韧带的收缩, 增强其运动能力, 从而显著地减轻疼痛感。总体而言, 对于患有痉挛性斜颈的人来说, 通过综合的中医护理措施, 可以有效地帮助患者应对痉挛性斜颈, 并提高他们的生活质量。

参考文献

- [1] 张文英. 3 例痉挛性斜颈患者的护理. 天津护理 22. 2(2014):2.
- [2] 鲁新华, 余理林, 华景. 中医养生音乐话疗——小周天循经心息养生话疗[C]//第四届全国音乐心理学学术研讨会论文集. 2011.
- [3] 康培荣. 穴位按摩治疗失眠. 按摩与康复医学 25.006 (2009):33-34.
- [4] 萧玮泽, 马永利, 岳涵, 等. 近 30 年中医药研究痉挛性斜颈的现代文献分析[J]. 天津中医药, 2022, 39(6):720-723.
- [5] 解锦姣, 林红军, 刘智斌. 痉挛性斜颈的中医治疗现状[J]. 甘肃医药, 2016, 35(2):100-102.
- [6] 姜婧, 刘刚, 李志刚. 痉挛性斜颈的文献研究与中医辨证思路[J]. 北京中医药, 2015, 34(12):957-961.
- [7] 范顺, 张海宁, 李华南, 等. 从风、痰、瘀论治痉挛性斜颈[J]. 天津中医药, 2023, 40(11):1402-1405.
- [8] 李金艳, 杨丽, 白智文. 痉挛性斜颈中医临床研究现状及分析[C]. //第五届兰茂论坛暨 2018 年云南省中医药界学术年会论文集. 2018:449-452.

版权声明: ©2024 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