

穴位按摩在慢性阻塞性肺疾病患者家庭护理中的作用

郭娟, 陀健林, 农美蓉, 卢茵

(广西壮族自治区梧州市人民医院 呼吸内科, 广西 梧州, 543000)

摘要: **目的** 探讨基于家庭护理的穴位按摩在慢性阻塞性肺疾病(COPD)患者中的应用效果。**方法** 101例 COPD 患者分为观察组 50 例和对照组 51 例。对照组给予常规家庭护理指导,观察组在对照组的基础上给予居家穴位按摩。观察 2 组患者干预前后的肺功能指标变化情况,记录 2 组研究观察期间 COPD 急性发作次数,比较 2 组干预前后圣乔治呼吸问卷(SGRQ 量表)评分。**结果** 观察组 COPD 平均急性加重次数少于对照组的急性加重次数($P < 0.01$),干预后 2 组 SGRQ 评分均降低,且观察组评分低于对照组($P < 0.01$),干预后 2 组 1 秒用力呼吸容积(FEV_1)、第 1 秒用力呼气量占用力肺活量比值(FEV_1/FVC)指标均升高,且观察组 FEV_1/FVC 高于对照组($P < 0.05$)。**结论** 在常规治疗和家庭护理的基础上,穴位按摩护理可有效提高 COPD 患者居家生活质量,减少急性加重发作次数。

关键词: 家庭; 穴位按摩; 慢性阻塞性肺疾病; 中西医结合护理; 呼吸功能

中图分类号: R 473.5 **文献标志码:** A **文章编号:** 2096-0867(2017)09-0093-03

The effects of acupoint massage in home-based nursing care of patients with chronic obstructive pulmonary disease

GUO Juan, TUO Jianlin, NONG Meirong, LU Yin

(Department of Respiratory Medicine, The People's Hospital of Wuzhou, Wuzhou, Guangxi, 543000)

ABSTRACT: Objective To evaluate the acupoint massage in home-based nursing care of patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD). **Methods** Totally 101 COPD patients were assigned to the observation group ($n = 50$) and the control group ($n = 51$). Both two groups received home-based nursing care after discharge, and patients in the observation group were given acupoint massage. The improvement in lung function and St. George's Respiratory Questionnaire (SGRQ) score after intervention was evaluated, and the time of acute onset during follow-up was observed. **Results** There were less times of acute onset in the observation group than that in the control group during follow-up ($P < 0.01$). Patients in the observation group achieved a better improvement in SGRQ assessment compare with that in the control group ($P < 0.01$). The FEV_1 and FEV_1/FVC were increased in both two groups after intervention, and the FEV_1/FVC in the observation group was higher than that of controls ($P < 0.05$). **Conclusion** The home-based acupoint massage nursing can effectively improve the pulmonary function and reduce the number of acute exacerbations in patients with COPD.

KEY WORDS: home-based; acupoint Massage; chronic obstructive pulmonary disease; nursing of integrated traditional Chinese and Western medicine, pulmonary function

慢性阻塞性肺疾病(COPD)是一种常见的呼吸系统疾病,属于中医“喘症”、“咳嗽”、“肺胀”范畴,临床上以慢性咳嗽、咳痰、气短、胸闷或呼吸困难为主要症状,不完全可逆性气流受限为其主要特征。目前,COPD 的发生率和病死率在不断增加,已经成为了国内外主要的公共卫生问题,预计

到 2020 年 COPD 将成为第三大死亡原因,同时 COPD 经济负担将跃居世界疾病经济负担的第五位^[1]。COPD 不仅给患者带来沉重的经济负担,甚至使患者产生焦虑、抑郁、恐惧等负性心理情绪,影响患者的生活质量^[2]。因此,探索方便有效的干预方法来改善慢性阻塞性肺疾病患者的肺功能,减轻

患者的经济负担及提高患者生活质量已成为医护人员亟需思考的问题。本研究指导患者在常规家庭护理的基础上进行家庭内穴位按摩护理,以探究此方法在 COPD 患者中的应用效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2014 年 1 月—2016 年 3 月梧州市人民医院呼吸内科就诊的 COPD 患者 110 例为研究对象,纳入标准:①所有患者均签署知情同意书,并能与一名成人家属共同参与试验;②诊断标准符合《慢性阻塞性肺疾病诊治指南》(2013 版)标准^[3],中医辨证参照张伯臾主编、上海科学技术出版社出版的《中医内科学》^[4]及郑筱萸主编、中国医药科技出版社出版的《中药新药临床研究指导原则》^[5];③年龄在 45~75 岁之间;④近半年内未进行穴位按摩治疗。排除标准:①伴有严重心肝肾功能障碍;②伴有脑梗死、肢体活动受限及不能配合进行穴位按摩者;③伴有严重肺功能衰竭,需要机械通气辅助呼吸者。按数字随机表法随机分为观察组和对照组,各 55 例。观察组男 31 例,女 24 例,平均年龄(67.91 ± 6.24)岁,平均病程(7.02 ± 2.67)年。对照组男 28 例,女 27 例,平均年龄(69.07 ± 5.39)岁,平均病程(6.95 ± 3.14)年。2 组性别、年龄、病程等一般资料比较,差异无统计学意义($P > 0.05$)。所有病例住院期间学会所需穴位按摩方法,出院后在家中进行操作并随访 2 年,研究结束共失访 9 例,最终纳入分析 101 例,观察组 50 例,对照组 51 例。

1.2 方法

对照组予常规家庭护理,包括心理干预、饮食干预、长期家庭氧疗、用药护理、有效排痰及呼吸肌功能锻炼。观察组在对照组基础上给予穴位按摩护理,具体操作方法如下:①护理人员组织给患者及其家属做现场示范指导并教会其本次研究需要按摩的穴位定位。按摩主穴:肺腧、定喘、太渊、尺泽、膻中、膏肓,循经按压手太阴肺经、足少阴肾经。可根据患者病情辨证配穴:肺肾气虚型加以

肾腧、太溪、气海、涌泉;痰浊阻肺型加以丰隆、阴陵泉、水分、公孙;外感风邪型加以大椎、风门、翳风、曲池。②护理人员示范指导患者及其家属穴位按摩操作方法及要点:嘱患者取舒适体位,按摩者用拇指在穴位上按揉,以患者能承受的力度为宜,穴位局部有酸、麻、胀、或热感为准,每个穴位每次按摩 5 min,每天按摩 2 次,早晚各 1 次,按摩时间段无明确要求,以不影响日常生活为宜。2 组研究时间均为 1 年,每月至少随访 2 次。

1.3 观察指标

观察 2 组患者干预前后的肺功能变化情况,包括 1 秒用力呼吸容积(FEV_1)、第 1 秒用力呼气量占用力肺活量比值(FEV_1/FVC);比较 2 组研究结束期间 COPD 急性发作次数;比较 2 组干预前后圣乔治呼吸问卷(SGRQ 量表)评分,分值范围为 0~100 分,分值越低则提示生活质量越好。

1.4 统计学方法

采用 SPSS 15.0 软件,计量资料采用均数 \pm 标准差($\bar{x} \pm s$)表示,采用独立样本 t 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 2 组 COPD 急性加重次数及 SGRQ 量表评分比较

观察组平均急性加重次数(0.85 ± 0.59)次,少于对照组的急性加重次数(1.42 ± 0.71)次,差异有统计学意义($P < 0.01$)。观察组干预前 SGRQ 量表评分(45.31 ± 3.62)分,干预后降低为(14.95 ± 3.08)分,对照组干预前后则分别为(45.05 ± 4.58)分、(31.96 ± 3.83)分,2 组干预前 SGRQ 评分比较无统计学意义($P > 0.05$),干预后 2 组 SGRQ 评分均降低,且观察组评分低于对照组,差异有统计学意义($P < 0.01$)。

2.2 2 组干预前后肺功能变化比较

干预前 2 组患者肺功能比较,差异无统计学意义($P > 0.05$)。干预后 2 组 FEV_1 、 FEV_1/FVC 指标均有所升高,且观察组 FEV_1/FVC 高于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$),见表 1。

表 1 2 组干预前后肺功能变化比较($\bar{x} \pm s$)

组别	n	FEV ₁ /L		FEV ₁ /FVC	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	50	1.64 \pm 0.34	1.85 \pm 0.38 *	0.66 \pm 0.04	0.75 \pm 0.01 **
对照组	51	1.63 \pm 0.33	1.80 \pm 0.29 *	0.65 \pm 0.04	0.71 \pm 0.03 *

与干预前比较,* $P < 0.05$;与对照组比较,# $P < 0.05$ 。

3 讨论

COPD 是一种不完全可逆性气流受限的呼吸系统常见病,临床上以慢性咳嗽、咳痰、气短、胸闷或呼吸困难为主要症状。目前,随着社会老龄化的加剧、吸烟人群增多及环境大气污染加重,本病的发生率和病死率在不断增加,已经成为了国内外主要的公共卫生问题。本病具有病程长、病情易反复、患者住院时间长、住院频次多、住院费用高等特点,而这些特点会导致 COPD 患者产生紧张、焦虑、抑郁、恐惧等负性心理情绪导致患者的整体生活质量下降,反向加重病情,影响疾病的预后及转归^[6-7]。目前临床上主要采用支气管扩张、肺部康复、氧疗来改善 COPD 患者的症状,使用药物治疗及氧疗均会加重患者家庭的经济负担。为减轻患者家庭的经济负担,改善患者的肺功能,减少急性发作次数,提高患者的生活质量,寻找简单经济有效的治疗方法已成为我们临床医生亟待解决的问题。本研究通过观察 COPD 患者在家中穴位按摩护理,并与常规家庭护理相比,取得满意效果。

COPD 属于中医“喘症”、“咳嗽”、“肺胀”范畴,病变脏腑多属肺、脾、肾,后期累及心,基本病机是肺肾气虚,痰浊阻滞。穴位按摩以中医基础理论为指导,经络腧穴学说为基础,通过在体表相应穴位施以手法,刺激人体穴位,刺激人体末梢神经和毛细血管,激发人经络之气,改善患者身体微循环,以达到通经活络、调整脏腑阴阳平衡^[8]。本研究通过按摩肺腧、定喘、太渊、尺泽、膻中、膏肓、肾腧、太溪、气海、涌泉、丰隆、阴陵泉、水分、公孙、大椎、风门、翳风、曲池,循经按压手太阴肺经、足少阴肾经,可达到宣肺化痰、止咳平喘、益气固表、补肺肾纳气的作用,从而减少 COPD 急性加重次数,改善患者肺功能,提高生活质量。本研究结果显示研究期间观察组急性加重次数(0.85 ± 0.59)次明显少于对照组的急性加重次数(1.42 ± 0.71)次;经护理后,2 组患者的 SGRQ 量表评分均有改

善,且观察组 SGRQ 量表评分(14.95 ± 3.08)明显低于对照组(31.96 ± 3.83)分;同时就肺功能相关指标检测显示观察组的肺功能较干预前也得到了明显改善。可见在家庭内开展穴位按摩护理可以明显减少 COPD 急性加重次数,改善患者的肺功能,提高患者的生活质量。此方法简单方便,容易操作,经济有效,值得临床推广应用。但由于本研究纳入病例较少,未能排除其他因素,缺乏空白对照,研究结论缺乏一定的说服力,仍需要大量多中心随机对照试验来验证。

参考文献

- [1] 于美玲, 张中和. 慢性阻塞性肺疾病研究进展[J]. 中国临床研究, 2013, 26(1): 82-85.
- [2] 方东萍, 刘英, 朱秀兰, 等. “六字诀呼吸操”在慢性阻塞性肺疾病稳定期患者延续性护理中的应用与效果[J]. 护理管理杂志, 2012, 12(11): 813-815.
- [3] 中华医学会呼吸病学分会慢性阻塞性肺疾病学组. 增强信心正确认识合理治疗—开创慢性阻塞性肺疾病防治的新局面[J]. 中华结核和呼吸杂志, 2007, 30(1): 3-5.
- [4] 张伯臾. 中医内科(供中医、针灸专业用)[M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1985.
- [5] 郑筱萸. 中药新药临床研究指导原则[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2002.
- [6] 吴燕梅, 谭素琴. 院外延续性护理在慢性阻塞性肺疾病稳定期患者中的应用[J]. 护理实践与研究, 2013, 10(15): 17-18.
- [7] Cully J A, Graham D P, Stanley M A, et al. Quality of life in patients with chronic obstructive pulmonary disease and comorbid anxiety or depression[J]. Psychosomatics, 2006, 47(4): 312-319.
- [8] 贾媛媛, 喻霞, 刘俊萍, 等. 穴位贴敷结合穴位按摩治疗呼吸系统疾病的临床应用[J]. 临床医学研究与实践, 2016, 1(26): 145-146.

(本文编辑:尹佳杰)