

腹部按摩配合背部走罐治疗老年功能性便秘疗效观察

古爱群, 赖婷姗, 姚丽媚

增城市中医医院, 广东 增城 511300

[摘要] 目的: 观察腹部按摩配合背部走罐治疗老年功能性便秘的效果。方法: 将96例患者随机分为2组, 对照组予口服莫沙必利片; 观察组在对照组的基础上加用腹部按摩配合背部走罐。2组疗程均为15天。结果: 显效率和总有效率观察组分别为75.00%和95.83%, 对照组分别为43.75%和72.92%, 2组显效率及总有效率分别比较, 差异均有统计学意义($P < 0.05$)。结论: 腹部按摩配合背部走罐具有安全、操作方便、效果肯定的优势, 结合莫沙必利治疗老年功能性便秘疗效更好。

[关键词] 老年功能性便秘; 腹部按摩; 背部走罐

[中图分类号] R574.62 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415(2015)03-0273-03

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2015.03.128

功能性便秘是一种常见的功能性胃肠病, 经调查显示女性多于男性, 而且随着年龄的增加而患病也增加。本研究采用腹部按摩配合背部走罐结合莫沙必利治疗老年功能性便秘, 结果报道如下。

1 临床资料

1.1 诊断标准 参照《实用内科学》^[1]罗马标准及《中医病证诊断疗效标准》^[2]拟定: 在过去1年中至少有3个月以上时间出现以下2个以上症状: ①每周自发性排便少于3次; ②超过1/3时间粪便团块或硬结; ③超过1/3时间有排便不尽或排便时肛门下坠感; ④超过1/3时间排便肛门阻塞感; ⑤超过1/3时间排便以手法帮助; ⑥超过1/3时间不使用泻药时几乎无松软大便。

1.2 纳入标准 符合诊断标准; 年龄 ≥ 60 岁; 并经肠镜、生化等检查排除器质性病变、内分泌疾病、出血性疾病及代谢性疾病等。

1.3 排除标准 ①患有精神疾病, 无法沟通及配合推罐者; ②合并有心、脑血管、肝、肾和造血系统等严重原发性疾病; ③有严重皮肤疾病无法推罐; ④对酒精过敏者; ⑤不愿接受本治疗方法的患者。

1.4 一般资料 观察病例为2012年6月—2014年5月本院患者, 所有入选病例均符合老年功能性便秘的诊断, 共96例。将入选病例随机分为2组各48例, 观察组男22例, 女26例; 年龄63~85岁, 平均72.5岁; 病程6月~23年, 平均3.6年。对照组男20例, 女28例; 年龄65~81岁, 平均73.3岁; 病程3月~25年, 平均2.9年。2组性别、年龄、病程等经统计学处理, 差异均无统计学意义($P > 0.05$), 具有可

比性。

2 治疗方法

2.1 对照组 莫沙必利片, 每次5mg, 每天3次, 口服, 治疗15天为1疗程。

2.2 观察组 在进行治疗前予签署知情同意书, 并在对照组的基础上给予腹部按摩配合背部走罐治疗。①腹部按摩: 患者放松平卧, 宽衣解带, 操作者站在其右侧, 用双手全掌沿着升结肠、横结肠、降结肠方向在脐周进行顺时针按摩, 力度以病人能耐受为宜。每天早晚各1次, 每次5~10min, 治疗15天为1疗程。②走罐治疗: 在患者背部涂上适量按摩油以润滑皮肤, 选取大小合适的玻璃罐吸附在大椎穴, 沿着督脉、膀胱经, 匀速上下推拉, 以皮肤出现鲜红色或紫红色为宜。同时在大椎、肾俞、肺俞、脾俞等穴位上留罐5~10min。走罐时要求动作娴熟, 用力要均匀, 同时用手稍向上提罐, 以减轻疼痛。每天1次, 治疗15天为1疗程。均由经过专业培训的护士进行治疗。

健康指导: 指导2组患者每天晨起后喝1杯温开水, 确保摄入足够的水分。多饮水, 病情许可时每天液体摄入量 ≥ 2000 mL。安排合理的饮食。如果没有禁忌证, 鼓励患者多食粗粮、蔬菜、新鲜水果等高纤维食物。指导患者养成定时规律的大便习惯, 不随意使用缓泻剂及灌肠。指导患者盆底部肌肉运动。患者平卧, 双下肢并拢, 双膝屈曲稍分开, 轻抬臀部, 缩肛、提肛连续10~20次, 每天练习4~6次。确保患者适当运动, 每天坚持排便。

3 观察指标与统计学方法

3.1 观察指标 观察治疗前后大便次数、大便性质、排便时

[收稿日期] 2014-09-04

[作者简介] 古爱群 (1976-), 主管护师, 主要从事护理管理及临床护理。

间及有无其他症状等情况的变化。

3.2 统计学方法 使用 SAS 统计软件进行数据分析。

4 疗效标准与治疗结果

4.1 疗效标准 参照《中药新药临床研究指导原则》^[3]制定。

显效：大便次数正常，便质软而成形，其他症状消失。有效：排便间隔时间至少缩短 1 天，便质干结改善，其他症状均有好转。无效：排便次数和便质均无改善。

4.2 2 组临床疗效比较 见表 1。显效率和总有效率治疗组分别为 75.00% 和 95.83%，对照组分别为 43.75% 和 72.92%，2 组显效率及总有效率分别比较，差异均有统计学意义(P<0.05)。

表 1 2 组临床疗效比较 例(%)

组别	n	显效	有效	无效	总有效
观察组	48	36(75.00) ^①	10(20.83)	2(4.17)	46(95.83) ^①
对照组	48	21(43.75)	14(29.17)	13(27.08)	35(72.92)

与对照组比较，^①P<0.05

5 讨论

功能性便秘随着年龄的增加而患病也增加，老年人的脏器功能也随着年龄的增加而发生生理性的衰退。中医学认为，大多数老年人的功能性便秘都存在脾肾亏虚，阳气不足，无力推动而形成的；从西医学角度分析，由于老年人消化腺体退化，消化液分泌不足，同时排空延迟，水分被吸收过多，大便干燥不易排出。另外，老年人活动量减少，饮食精细，食物中粗纤

维含量少，易引起排便困难。西药以肠动力药治疗为主，疗效欠佳^[4]。灌肠虽可通便，但是存在患者不舒适并不乐意接受，且操作不便。选背部督脉、膀胱经走罐，因其为人体诸阳之会，主一身之表，可抵抗外邪侵袭。走罐兼具拔罐和刮痧的作用，在治疗老年性功能便秘方面具有健脾温肾、益气助运，润肠通便使肠道推导有力之功效。而且研究还发现走罐疗法在调整亚健康状态、抗衰老方面也有作用。腹部按摩法也是在中医基本理论指导下，运用正确的手法作用于人体的穴位上。通过局部的刺激，达到疏通经络，提高肠道蠕动能力的一种技术操作。本研究结果表明，腹部按摩配合背部走罐治疗老年性功能便秘具有安全性高、操作方便、效果肯定的优势，为临床治疗老年性功能便秘提供多一种方法，患者舒适满意并乐意接受，且无副作用，值得临床推广应用。

【参考文献】

[1] 陈灏珠, 林果为. 实用内科学: 下册[M]. 13 版. 北京: 人民卫生出版社, 2009: 2049- 2050.

[2] 国家中医药管理局. ZY/T001.1~001.9- 94 中医病证诊断疗效标准[S]. 南京: 南京大学出版社, 1994: 11.

[3] 中华人民共和国卫生部. 中药新药临床研究指导原则: 第 1 辑[S]. 1993: 132.

[4] 李红卫, 胥冬梅, 厚晔. 中西医结合治疗老年性功能便秘临床观察[J]. 新中医, 2013, 45(8): 45- 46.

(责任编辑: 刘淑婷)

《新中医》杂志稿约 (2015 年)

《新中医》是由国家中医药管理局主管、广州中医药大学与中华中医药学会共同主办的国家级学术期刊，1969 年创刊。标准刊号：ISSN 0256-7415，CN 44-1231/R，月刊，期刊代号：国内：46-38，国外：M186。根据国家的有关标准和科技期刊的编排规范，对来稿做出如下要求：一、征稿内容：本刊设有思路研究论著、名医研究论著、临床研究论著、针灸研究论著、实验研究论著、文献研究论著、养生研究论著、护理研究论著、医案感悟杂谈等专栏。二、来稿要求：标题鲜明，论点明确，论据充分，文字精炼，内容真实，资料可靠，数据准确，数据比较应做统计学处理。三、来稿格式：遵守中医药杂志的标准和本刊的规定。四、投稿方式：用电子邮件将稿件发往本编辑部 QQ 投稿邮箱：139002863@qq.com，或本校公文邮箱：36585135@gzucm.edu.cn。五、文责自负：作者如有侵权行为，本刊不负连带责任。署名人的顺序由作者决定。依照《著作权法》，本刊对文稿有修改权、删节权，修改稿未按时寄回视作自动撤稿。六、作者投稿一经采用，需与本杂志社签订论文著作权转让书，并及时寄回《新中医》编辑部档案室。编辑部地址：广州市番禺区广州大学城外环东路 232 号广州中医药大学办公楼，《新中医》编辑部 邮编：510006。电话：020-39359588。