

■ 中医护理

耳穴压豆在胃肠道肿瘤围手术期的应用

□ 刘晓辉 文/图

耳穴压豆是一种中医护理技术,具有操作简单、安全无创的特点。胃肠道肿瘤发病率呈逐年上升趋势,预后较差,手术是最主要的治疗方式,围手术期快速康复是研究热点。但是,目前胃肠道肿瘤围手术期快速康复在术后疼痛管理方面依赖药物应用,并且缺乏中医特色。笔者从戒烟、缓解疼痛、预防与控制恶心呕吐、促进术后胃肠道功能恢复、减轻患者术后疲劳、促进术后活动等角度,探讨耳穴压豆在胃肠道肿瘤围手术期快速康复研究中的可行性,旨在为快速康复临床护理实践提供新思路。

胃肠道恶性肿瘤是常见的恶性肿瘤。据2018年全球癌症统计数据,我国胃肠道恶性肿瘤发病率与病死率高居恶性肿瘤前5名。胃肠道肿瘤的治疗包括手术切除、放疗、化疗,以及姑息治疗。其中,手术切除是最主要的治疗方法。微创技术的发展促进了手术方式的变革,腹腔镜成为胃肠道肿瘤主要的手术方式,但是患者术后仍存在腹痛、胃肠道功能障碍等问题,严重影响预后。加速康复已在我国普及应用,是胃肠道肿瘤围手术期的研究热点,能够促进患者康复,缩短住

院时间,减少住院费用。耳穴压豆是一种将药豆或磁珠贴压在耳穴上的中医护理技术,操作简单,安全无创。有关研究显示,耳穴压豆对疼痛,以及术后胃肠功能恢复等有良好效果。为了突出中西医结合优势,将耳穴压豆应用于胃肠道肿瘤围手术期,对进一步改善胃肠道肿瘤围手术期患者临床结局和中医护理专科发展具有积极意义。

术前戒烟

戒烟是胃肠道肿瘤快速康复术前措施的核心部分,耳穴压豆在戒烟方面有一定效果。有关学者探讨了耳穴压豆对男大学生戒烟的影响,结果显示,耳穴压豆能够提高男大学生的戒烟自我效能感,减少一氧化碳呼出量。该研究中耳穴压豆在戒烟方面也显示出一定效果,体现在有一定的戒烟成功率。由于实验设计和样本量限制,上述研究中不能显示耳穴压豆对戒烟的确切效果。然而,在研究中,样本脱落率较低,并且无不良反应报道,说明耳穴压豆可以作为一种辅助方法,协助患者术前戒烟。未来的研究应该改善实验设计,扩大样本量,以验证耳穴压豆在戒烟方面

的积极影响。

术后疼痛管理

疼痛管理是《加速康复外科中国专家共识及路径管理指南(2018版)》术后部分核心内容,推荐术后疼痛管理采用多模式镇痛方案。对于开放手术,推荐连续中胸段硬膜外患者自控镇痛联合非甾体消炎药;对于腹腔镜手术,推荐局部麻醉药伤口浸润镇痛联合低剂量阿片类药物自控静脉镇痛(PCA)、非甾体消炎药。在《加速康复外科中国专家共识及路径管理指南(2018版)》中的多模式镇痛方案依赖药物,然而,依赖药物镇痛的作用有限,需要非药物措施完善疼痛管理方案。另外,PCA系统存在系统复杂、侵入性操作、设备故障等风险。耳穴压豆在疼痛治疗中显示出良好效果。有关专家招募了48例术前患者进行研究,采用单盲随机抽签的方法,将患者分为实验组和对照组。实验组使用王不留行籽贴压神门穴、肾穴、肝穴、膈穴、颈椎穴、枕骨穴,对照组贴压6个不相关穴位,干预4周,结果显示疼痛阈值的提高在组别与时间的交互作用上有显著差异,证明了耳穴压豆对镇痛的有效性。还有相关研究应用耳穴压豆干预初产妇分娩潜伏期疼痛,实验组单耳贴压子宫穴、肾穴等,结果显示产妇从潜伏期开始至潜伏期结束,血浆皮质醇水平和疼痛评分均优于对照组。相关专家针对慢性腰背痛设计了前瞻性RCT实验(随机对照试验),招募了符合选取标准的19名参与者,随机分为两组,一组贴压神门穴、交感穴、皮质下穴和对应穴位(真耳穴组),另一组贴压的肾穴、胃穴(假耳穴组)等,参与者每天至少按压贴压的种子3次,每次3分钟。另外,每当感到疼痛时按压3分钟。在第5天结束时除去耳穴贴,结果显示,真耳穴贴压组治疗后1天最严重的疼痛评分下降了46%,随后呈下降趋势,稳定在较低水

平,平均疼痛和总体疼痛严重程度评分也下降后稳定在较低水平。治疗4周后,耳穴组最严重的疼痛和总体疼痛严重程度改善超过70%,而假耳穴组仅29%,说明在研究中耳穴压豆对腰背痛的干预有效。研究还评估了耳穴压豆对乳腺癌患者疼痛、疲劳和睡眠障碍的可行性和耐受性,结果显示,在接受4周治疗后,耳穴组患者疼痛减轻71%,疲劳减轻44%,睡眠障碍减少31%,日常活动受到干扰减少61%。耳穴压豆对疼痛治疗的有效性得到了循证支持。耳穴压豆可用于术前预防和术后疼痛的治疗,术前预防应用,符合当前疼痛管理的超前镇痛理念。因此,耳穴压豆应用于胃肠道肿瘤围手术期快速康复术后疼痛管理是可行的,但仍需要开展临床研究,以确定其有效性。

术后恶心呕吐的预防与治疗

耳穴压豆对恶心、呕吐的预防和治疗显示出积极作用。有关专家探讨了耳穴压豆对化疗女性恶心、呕吐的缓解作用,结果显示,耳穴压豆组急性期和延迟期的恶心、呕吐次数和强度均明显低于对照组。还有相关专家研究在乳腺癌化疗患者的研究中发现耳穴压豆组与对照组相比,恶心、呕吐方面明显减轻。

术后胃肠道功能恢复

术后胃肠道功能恢复与术后饮食密切相关。有关专家探讨了耳穴压豆对食管癌根治术围手术期患者术后胃肠道功能恢复的影响。结果显示,耳穴压豆可以促进患者术后胃肠道功能恢复,降低并发症的发生率。经过Meta(统计学方法)分析显示,耳穴压豆能缩短妇科腹腔镜患者术后胃肠道功能恢复时间,降低并发症发生率。但是,研究中没有假耳穴组,不能说明安慰剂作用。Meta分析中纳入的文献质量等级不高。因此,耳穴

压豆对术后胃肠道功能恢复的影响还需要进一步研究,而胃肠道肿瘤术后患者则是合适的研究对象。

术后活动

《加速康复外科中国专家共识及路径管理指南(2018版)》中指出术后1天的患者即可开始下床活动,术后疲劳和疼痛是影响患者活动的主要因素。有关研究结果显示,耳穴压豆对肺癌化疗患者的生理性和情感性疲劳有明显的缓解作用,且王不留行籽耳穴压豆效果优于磁珠耳穴压豆。而耳穴压豆对患者切口,以及内脏疼痛有潜在作用,可促进患者术后活动。未来的研究可使用活动相关量表,观察耳穴压豆对术后活动时间以及活动量的影响。

总结

胃肠道肿瘤围手术期快速康复对患者预后至关重要,目前的专家共识和路径指南缺少中医特色,中医护理技术可进一步完善胃肠道肿瘤围手术期快速康复方案。虽然缺乏耳穴压豆在围手术期的快速康复研究,但耳穴压豆在术前戒烟、术后疼痛管理、术后恶心呕吐的预防与治疗、术后胃肠道功能恢复、术后活动等各方面显示出积极作用。另外,耳穴压豆具有安全无创、操作简单、患者可自行按压等特点,研究中无不良反应报道。因此,耳穴压豆应用于胃肠道肿瘤围手术期快速康复,具有较强的实用价值,预期可缩短患者康复过程,减少患者住院时间和医疗费用。未来的耳穴压豆研究应加大科研支持力度,在足够的样本基础上,严格进行实验设计,增加假耳穴组,以评判耳穴压豆中的安慰剂效应,提供高质量循证依据。另外,在临床和科研应用中,应加强人员培训,以免取穴错误或取穴不准影响压豆效果。

(作者供职于河南中医药大学护理学院)



耳穴压豆

■ 小发明

在意识障碍、谵妄躁动、肝性脑病患者烦躁不安时,使用约束带可以有效避免患者拔管、拔针、坠床等意外事件。肝癌、胆管癌、胃癌是我们科室的常见病,有部分患者需要做介入手术,术后患者需要应用约束带,给予右下肢制动24小时。

普通约束带在固定肢体时如果过紧,就会导致患者疼痛,局部皮肤受到损伤,出现血液循环障碍;如果过松,约束带就容易移位,导致约束失效。普通约束带还会由于受压面积小,直接接触患者的皮肤,造成皮肤损伤和压疮。

针对以上缺点,我们科室积极想办法,设计了这款改良式约束带。

改良式约束带的制作方法:

- 1.取一块普通的蓝棉布或白棉布,缝制成一条长85厘米、宽10厘米的长系带。它的优点是可以不受长短限制,固定于床尾。
- 2.制作一个长22厘米、宽13厘米、厚度为4厘米的海绵垫(图中1),缝于长系带的中间。它的优点是海绵垫可以避免患者局部皮肤压疮,增加患者的舒适度。
- 3.制作一个长22厘米、宽13厘米、厚度为6厘米的海绵垫(图中2),塞到1和长系带的中间部分。海绵垫的优点是可根据患者胖瘦改变其厚度。
- 4.在海绵垫1的上面再缝制一个12厘米×10厘米或15厘米×10厘米或18厘米×10厘米的厚度为2厘米的小海绵垫(图中3),小海绵垫可以在带子系紧时保护肢体上端的皮肤,使患者感觉舒适。小海绵垫的优点是有3种型号,可根据患者胖瘦选择使用,并可在带子系紧时保护局部皮肤,增加患者的舒适度。
- 5.此改良式约束带在下肢约束过程中还可对足部及跟腱部做支撑,减少患者使用普通约束带引起的疼痛及其他不适感,避免皮肤局部受压,影响血液循环,增加患者舒适度。

改良式约束带具有以下优点:

- 1.取材方便,经济实惠。
- 2.免拆洗,更换方便,经消毒后可重复使用。
- 3.海绵厚度可改变,使用时不受患者胖瘦限制,让患者感到舒适。
- 4.减少约束肢体时对患者造成的疼痛,预防压疮。

改良式约束带已在我们医院消化科、介入科等科室推广应用。经过一年的临床观察,我们发现,改良式约束带为众多患者提供了安全和舒适的护理体验,得到了患者的好评。

(作者供职于西平县人民医院)



临床应用

■ 叙事护理

让叙事护理为患者带来希望

□ 郝心怡

吉姆·沃尔说过:“生命即是故事,故事即是生命。”聆听故事,就是进入一个人的生命。只有生命才能进入生命,只有灵魂才能与灵魂交流。通过说故事,让患者学会感动,学会释怀伤痛。

3个月前的一个下午,护士站来了一位新入院的女患者,40多岁,独自一人拉着行李,形色憔悴。我像往常一样立即接诊办理入院,询问基本情况。我说:“您的民族是汉族吗?”大姐说:“对。”我说:“您的婚姻状态是已婚吗?”大姐说:“离了,刚查出来就离婚了。”

当我听到这句话时,心里咯噔一下。抬头看了大姐一眼,一时不知该回应什么,低头再次看了一眼住院证上的诊断:卵巢癌。重新厘清思绪,将剩余入院评估完善好,通知值班医生接诊。

病房里每一位患者的疾病背后都会有一个属于自己的故事,这位大姐的故事有一层忧伤的面纱,让人不自觉地关注。

之后的几天,作为责任护士,我自然会多注意她的状态。多数时候,她总是一个人看着窗外发呆,沉默寡言,闷闷不乐。最终,经过检查和会诊后医生给出的治疗方案是先进行手术,之后需要6个疗程的化疗周期。

手术前一天,管床医生问大姐:“手术后来谁照顾你呢?”大姐有些犹豫地说:“我父母身体不好,妹妹还要照顾他们,我儿子来吧!儿子应该可以来的。”在妇科病房里,我们见过形形色色的陪护人员,有妈妈、姐妹、丈夫或是女儿,也有儿子过来的,通常比较少,因为是妇科

病房,会有不便之处。我想如果不是万不得已,大姐也不会让儿子来照顾她。下午做术前宣教时,我和大姐聊了一会儿。

我说:“大姐,您儿子今年多大呀?”

大姐说:“已经20啦!在上大学,年底还要考研究生呢!”说起孩子,大姐眼里出现了少有的亮光。

我说:“真是有个出息的孩子!他一定很听话吧!”

大姐笑了笑说:“我就这一个儿子,确实比较懂事,从我住院开始就一直说要来陪护。我就怕耽误孩子学习,这不是马上就要进行手术了,也是没办法了才让孩子来照顾我。中午的时候我给孩子打了电话,他说是明天早上就到。”

我说:“真是个好孩子!他也是担心你啊大姐,这种时候儿子就是主心骨呢!”

大姐叹了口气:“唉,我这身体真是不争气,还让孩子碰上这么个没良心的爸爸,丢下了我们俩这么命苦。”

我拍了拍大姐的肩膀说:“别这么说自己,大姐,咱来医院积极配合医生治疗,一天会比一天好的。咱们爱孩子,孩子也爱我们呀!您让孩子来照顾您,他才会安心,等手术后状态好了,孩子生活也更有劲了不是。”

大姐点了点头说:“话是这么说没错,可是你看我现在,要做大手术,以后还要化疗,我真害怕成了孩子的累赘……”

眼看着大姐又陷入惆怅,我赶紧拉住她的手说:“大姐你看,咱的治疗方案现在都很明确,有了方法治疗就有了希望,儿子是你的主心骨,咱也是

孩子的依靠,母子连心。你怀胎10个月把孩子带到这个世界上,现在是在孩子带着你打败病魔的时候。”

大姐脸上的表情舒展了一些说:“我明白,我是得加把劲,不能叫孩子失望难受。”

大姐的手术在第二天中午顺利结束,下午一上班我就赶去看她的情况。进病房后,我就看到大姐的儿子坐在病床旁拉着妈妈的手,我走过去,看到大姐脸上有许多汗,眉头紧锁。

我说:“大姐,你是不是有哪里不舒服呢?”

大姐虚弱地说:“护士,我感觉下面有点出血,裤子脏了,你能不能帮我看看。”

我明白了,赶紧去给大姐取了一件干净的病号服,让她儿子在外面等会儿,拉上床帘后,马上帮大姐换好了护理垫和裤子。

我说:“您放心,出血不多,我让大夫来看一下,有什么需要就随时让孩子叫我,我也会经常来看您的。”

大姐点点头,冲我笑了笑。

大姐的儿子真的很懂事,护理期间认真又细心。有了孩子的陪伴,大姐的状态也越来越好,对我们也越来越信任。

很快到了第一次化疗的日子,为了顺利化疗,大姐在医生的指导下进行了PICC置管(经外周静脉置入中心静脉导管)。当天第一次用药后,大姐出现了轻微呕吐反应。

第二天更换PICC敷贴时,大姐对我说了她的担忧:“我这才刚开始用药就有反应,到后面怎么办呢?也不知道能不能扛得住,天天让孩子在这里照顾我,唉……”癌症患者的心理状

态会随着病情和治疗的变化不断反复,大姐的心情也从术后的积极治疗,逐渐低沉。

“大姐,你看73床的李姐,她和你情况差不多,这次是第四次化疗,第一次的时候也出现呕吐、难受,没有力气起床,但是经过医生不断调整用药,现在各项检查指标都有好转,再来两次就可以把输液的管路拔掉了。”我说。

大姐说:“真的吗?那我要跟她聊聊。”

此刻,我在大姐黯淡的眼神里再次看到了希望之光。我说:“嗯,像现在这样轻微呕吐是用药后的正常反应,医生也给你增加了保胃止吐药,逐渐就会缓解了。可以让儿子去买一些柠檬水或者果汁,酸奶也可以,都能缓解恶心呕吐症状。”

正从门外进来的孩子听到我的话立刻开口说:“妈,我现在就去买吧!”

我说:“大姐你看看孩子多孝顺,你教育的孩子可真好!”

大姐笑着说:“护士,这些日子你总是陪我聊天,每聊一次我心里的石头就落下来一块,真的感谢你,为了孩子我也会努力配合治疗。”

看着此刻的她,又想想入院时大姐的憔悴与孤单,真的为每一个患者的新生感到高兴。

病房里这样的故事还有很多很多,也许我们不能保证给每一位痛苦的患者带来最大的帮助,可是我们愿意尽全力去感染身边的每一位患者,用积极的态度让大家相信叙事护理的力量,树立起患者战胜疾病的信心。

(作者供职于郑州大学第三附属医院)

征稿

你可以谈一谈护理工作的心得体会,在护理方面取得的新进展,对某种疾病的护理思路以及对护理学发展、管理、改革和教育的建议,也可以写护理的现状与存在的问题……

《护理管理》《专科护理》《海外护理》《护理小发明》(请将你的小发明拍成图片,并附上文字说明)、《护士手记》等栏目真诚期待您的参与!

联系人:朱忱飞
微信:13783596707
邮箱:619865060@qq.com