

中医护理雷火灸对产后宫缩痛的应用

伍 丽

岑溪市人民医院 广西梧州 543200

【摘要】产后宫缩痛是发生于产后 1-2 日的产后症状,其在 48 小时后疼痛感逐渐缓解,普遍多发生于经产妇群体中,对产后恢复效果产生影响。现阶段,随着生育政策的调整,产后宫缩痛患者数量逐渐增加,医护人员普遍应用非药物与药物两种治疗方式缓解宫缩产生的疼痛感。医生从中医角度出发,主张辨证施治,利用望、闻、问、切的中医方式对实际病情进行有效诊断,总结分析所存在的健康问题,结合患者的实际情况实施相应的医疗措施,促进产妇身心健康的恢复。雷火灸作为一种常见的中医疗法,通过药物燃烧产生热量的方式对相关穴位进行悬灸刺激,改善机体的血液循环情况,从而改善产后宫缩痛情况。

【关键词】中医护理;雷火灸;产后宫缩痛;应用效果

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2023) 02-169-02

近几年,国家计划生育政策依据国情发生明显调整,生育二胎的妇女数量大幅度增加,进而导致产后宫缩痛患者数量也逐渐增加^[1]。基于上述分析,在缓解产妇产后宫缩疼痛感的基础上并不影响新生儿母乳喂养方式的选择极为重要^[2]。现阶段,针对产后宫缩痛治疗情况而言,以口服阿片类镇痛药、非甾体类消炎药和局部热敷、理疗等西医药物为主,中医则遵循内治与外治的原则,以口服中药汤剂或膏剂为内治法,以针刺、艾灸、穴位贴敷和按摩、穴位埋线、耳穴压豆等为外治法^[3]。本文研究分析了中医护理雷火灸对产后宫缩痛的应用,其综述如下。

1 产后宫缩痛

产后宫缩痛作为一种正常生理现象,其普遍发生于子宫产后收缩恢复至正常状态过程中,多胎产妇和经产妇普遍以子宫肌肉纤维过度拉扯等原因产生的剧烈疼痛感^[4]。目前,随着产后宫缩痛患者数量的增加,医护人员需要持续研究分析,有利于患者可以应用高效便捷安全医疗措施改善宫缩的疼痛感,改善产后情况^[5]。

2 中医护理雷火灸内容

以常规护理措施为前提加入雷火灸,其选择脐中下 4 寸的下腹子宫穴,其可以充分发挥调经理气、升提下陷的治疗效果^[6]。选择位于第一、第二掌骨之间的合谷穴,其能够增强新陈代谢、排毒祛瘀的功效^[7]。应用 2 条雷火灸条,1 个特制双孔雷火灸盒和 1 盏酒精灯,数枚火柴、别针,一条特制大毛巾^[8]。方法:点燃雷火灸条一端后放置于雷火灸盒内,调整雷火灸高度后用别针固定并放置于下腹部双侧子宫穴,与此同时提醒产妇稍握双拳靠近合谷穴,并维持何时的距离,以患者感觉热度为宜^[9]。随扈利用特制的大毛巾将灸盒裹住,长时间维持雷火灸的温度。在产后第 1d 实施常规雷火灸,随后每天 1 次,每次持续 20 分钟,直至产后 3d,以皮肤红润为度。同时将产妇产后宫缩痛情况详细记录下来^[10]。

3 中医护理雷火灸效果

雷火灸作为一种基于经络学理论的中医疗法,其利用中药对相应穴位进行刺激,其通过热气的扩散作用于毛细血管后改善经络气血情况,开放皮肤肌理,药力可以通过刺激穴位内部充分发挥舒筋活络、祛风散寒等治疗效果,进一步促使周围组织血液循环速度的加快,调节人体机能,增强治疗效果^[11]。相关学者认为,雷火灸通过药物燃烧对相关穴位与经络进行刺激,进而有效改善宫缩疼痛程度,大量分泌乳汁,大幅度增加新生儿喂养成功数量^[12]。其他学者提出相类似理

论,利用雷火灸可以重发机体内穴位内生物分子氢键的活性,借助神经体液系统对机体内所需能量进行适当调节,在改善气血循环的基础上修复子宫组织,其具有安全可靠、操作便利等干预优势^[13]。雷火灸点燃后,人体组织因红外线照射可以大幅度提高温度,促进毛细血管扩张和改善血液循环情况,从而激发组织活性和增强再生能力,能够抑制神经系统的兴奋性,改善横纹肌、平滑肌痉挛情况,充分发挥镇痛、恢复神经功能恢复的治疗效果^[14]。同时,部分学者通过研究表明雷火灸的应用可以有效解决产后尿潴留问题,促进膀胱排尿功能的恢复。中医护理以整体观、因而辩护的中医理论为基础,严格遵循安全高效、低耗发展为基本治疗原则^[15]。雷火灸是以热力作用于穴位扩张血管,进而改善局部血液循环情况,能够促进恶露顺利排出体内,进一步缓解因宫缩、内脏痉挛而产生的疼痛感,促进产后机体功能的恢复^[16]。同时,人流术后宫缩疼痛的产生增加患者的不适感,如果未得到有效缓解,会对患者的饮食、睡眠和情绪等方面产生严重影响,进而大幅度降低生活质量。中医理论提出,机体经络不畅通则会产生疼痛感,术后宫缩痛是因为术后气血不足、气虚运血无力和血行迟滞等原因造成的^[17]。因此,在临床上普遍遵循通调气血为基本治疗原则,注重补虚化瘀^[18]。选择气海、关元、双子宫穴配合八髎穴法进行雷火灸,悬灸方式的应用既可以激发经气,开放局部皮肤腠理,不断扩张盆腔皮肤毛细血管,同时加快血液循环的速度,促使药物成分作用于所选取的穴位,多种穴位的依次刺激可以充分发挥疏经活络、疏风散寒和活血化瘀、消炎镇痛等整体效果,较大程度上改善周围组织的血液循环情况。基于上述分析,雷火灸法可以利用局部血液循环改善情况,大幅度缓解术后宫缩疼痛,并在降低不适感的基础上促使机体处于松弛状态,有效消除机体的负面情绪,并充分发挥温经强体的显著效果。中医雷火灸法作为一种镇痛效果显著的方法,其具有快速简便、安全有效、无创等多种治疗优势,进而提高患者及其家属的依从性。

综上所述,中医雷火灸法的应用,可以有效对机体的血液循环情况进行改善,有效缓解产后宫缩疼痛感,并在减轻疼痛程度的基础上提高产妇的舒适度,消除焦虑、恐惧等负面情绪,较大程度上增强温经强体的保健功效。同时,雷火灸法具备安全便利、无创等治疗优势,从而提高产妇及其家属的耐受性。

参考文献

[1] 何丹,朱子花,喻淑玲,等.雷火灸治疗经产妇产后宫缩痛临床观察[J].光明中医,2021,36(5):3.

[2] Ju Y M , Hsieh H M , He X S . Wulingshen, the massive *Xylaria sclerotia* used as traditional Chinese medicine, is produced by multiple species (vol 114, pg 175)[J]. *Mycologia*, 2022,55(3):114.

[3] 谭按, 王静. 雷火灸联合低频脉冲电刺激理疗在经产妇产后宫缩痛中的应用效果 [J]. 中国民康医学, 2020, 32(19):3.

[4] Calloway T , Hsiao A F , Br M , et al. Conceptualizing a Traditional Chinese Medicine and Pathology of Arousal Diagnostic and Pathophysiological Framework for Postacute Sequelae of COVID-19[J]. *Medical acupuncture*, 2022,25(3):34.

[5] 黄上上. 中医特色护理干预经雷火灸治疗腰痛的效果和安全性分析 [J]. 医学食疗与健康, 2020, 18(23):2.

[6] Yang F , Wu J , Ye N Y , et al. Association of Fecal Microbiota with Irritable Bowel Syndrome-Diarrhea and Effect of Traditional Chinese Medicine for Its Management[J]. *Gastroenterology research and practice*, 2021,85(2):2021.

[7] 陈彩, 孔春玲, 吕艳, 等. 微波配合雷火灸护理治疗恢复期周围性面瘫的效果观察 [J]. 当代护士: 中旬刊, 2020, 27(3):2.

[8] Chang M J , Hsieh S I , Huang T H , et al. A clinical care competency inventory for nurses in Traditional Chinese Medicine: Development and psychometric evaluation[J]. *Nurse education in practice*, 2020,20(49):49.

[9] 周声宇. 雷火灸结合雀啄回旋灸缓解经产妇产后宫缩痛疗效分析 [J]. 中外女性健康研究, 2020, 85(1):2.

[10] Ji F , Jin R , Luo C , et al. Fast determination of

aristolochic acid I (AAI) in traditional Chinese medicine soup with magnetic solid-phase extraction by high performance liquid chromatography[J]. *Journal of chromatography, A: Including electrophoresis and other separation methods*, 2020,85(1609):1609.

[11] 王美玲, 高敏. 雷火灸及温针护理干预产后子宫复旧不良临床研究 [J]. 光明中医, 2022, 37(13):3.

[12] James P B , Asiimwe J B , Wardle J , et al. African culture, traditional medicine, and cancer care[J]. *The lancet oncology*, 2022,50(6):23.

[13] 赵润苓. 雷火灸联合中医护理对寒邪凝滞型胃痛患者的疗效分析 [J]. 中国医药指南, 2021, 19(12):2.

[14] Maclean D . A dab of birch bark oil:Researchers develop products based on traditional Mi' kmaw medicine[J]. *Atlantic Forestry Review*, 2022,52(5):28.

[15] 李芳. 雷火灸联合中医护理干预对肛肠病术后尿潴留的影响分析 [J]. 山西医药杂志, 2020, 49(24):3.

[16] Mcevoy N L , Tume L N .Creating a conference poster: Out with the old and in with the new, moving from the traditional to the improved modern poster format[J]. *Nursing in critical care*. 2022,62(5):27.

[17] 刘丹. 雷火灸联合中医护理干预对肛肠病术后尿潴留效果分析 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 85(1):80-80, 86.

[18] 王艳丽. 雷火灸联合中医特色护理治疗腰椎间盘突出症临床观察 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2020, 18(3):3.

(上接第 168 页)

效提高患者回归社会的速度。具体工娱方式有折纸、工艺品制作、模型拼装等,简单的日常活动可以有效帮助患者改善身心状态,培养兴趣爱好。学历较高或者对文字感兴趣的患者可增加书刊、杂志、小说等阅读,并写一些简单的读后感,提高患者的感情表达能力和个人交际能力。另外还可适当进行有氧运动,体魄较好的患者还可进行一些体育活动,在帮助患者改善心理的同时提高其机体免疫力,使患者的整体身心健康得以改善,在整个工娱护理中注意依据患者具体情况开展。

3.6 生活技能训练

日常行为技术培训日常进行,注重锻炼日常生活料理的主动性,增强患者的自理照料能力,有助于患者形成良好的自理模式。通过说明、演示、督促、引导、激励的方式。培训患者及时起身、梳理床单元、洗脸、刷牙、洗脚。以及饭前、便后的洁净洗手,并定期洗澡,更衣,修剪手指趾甲,以保持毛发、肌肤、衣服得干净、平整、舒适等。支持和引导患者正确修饰仪表仪容,以提高个人自信。

3.7 认知干预

在精神疾病的发生进展过程中,意识能力的康复是治愈效果最直接的体现。组织康复阶段病人掌握大量与精神疾病相关的科普知识,并熟悉抗精神病药品的功能原理以及在诊疗过程中的用药副反应,以减轻由于用药不良反应所产生的焦虑等心理状况,从而增强病人对精神障碍的认识能力,并协助病人通过认识分析精神障碍出现的病因、性质与表现,从

而启发病人重新认识、领悟自身的精神问题,提高对病症的识别能力。

4 结束语

精神分裂症在实际临床中可运用的康复治疗方式较多,但具体护理效果参差不齐,但临床护理均以帮助患者回归社会为最终目的。康复监护手段在医学中采用开放式监护、自我管理、认知干预、宫娱管理等康复监护多种管理干预手段,有助于病人提高自理能力,完善其社会机能,对病人的社会机能康复起到很大作用,目前医学中的康复监护工作效果还相当有限,但相信随着医学和其他医疗工作者的进一步发展,康复监护手段可以有效地有效地进行精神分裂症患者管理支持与干预,增强其社会机能,提高病人的生活水平。

参考文献

[1] 张丽丽. 精神分裂症患者社区康复护理进展 [C]/ 上海国际护理大会 .2014.

[2] 徐银儿. 社区康复护理对精神分裂症患者家庭态度、社会支持的影响 [J]. 中国实用护理杂志: 下旬版, 2009, 25(12):2.

[3] 冯冬雪. 精神分裂症患者社区康复护理观察 [J]. 心理月刊, 2020.

[4] 廖春霏. 精神分裂症患者的康复护理进展 [J]. 中国民康医学, 2014, 26(1):2.

[5] 黄李双, 庄金颜. 精神分裂症病人的康复护理进展 [J]. 当代护士: 学术版 (中旬刊), 2008.