

小儿推拿在功能性便秘患儿护理中的研究进展

鲁芳, 吴青*

宜昌市第三人民医院 湖北宜昌

【摘要】文中分析了小儿功能便秘症状与危害; 小儿功能性便秘常规护理, 如饮食调整、定时排便、运动锻炼、心理支持等, 及常规护理存在的不足之处; 小儿推拿应用于功能性便秘患儿护理的重要性, 包括可以改善排便功能、缓解疼痛和不适、提高生活质量、促进生长发育, 增强免疫力等。探讨了小儿推拿在功能性便秘患儿护理中的研究进展, 具体包括可以减少患儿胃肠道恢复时长, 增加 10 天内排便次数, 降低排便困难程度, 降低不良反应发生率, 改善大便性状评分, 改善排便困难、排便时间、排便频率、精神疲乏、四肢无力等排便指标积分, 增强整体治疗效果。旨在为功能性便秘患儿护理中应用小儿推拿的相关研究提供参考, 如下。

【关键词】 小儿; 功能性便秘; 小儿推拿

【收稿日期】 2024 年 11 月 5 日

【出刊日期】 2024 年 12 月 25 日

【DOI】 10.12208/j.ijnr.20240456

Research progress of pediatric massage in the nursing of children with functional constipation

Fang Lu, Qing Wu*

Yichang Third People's Hospital, Yichang, Hubei

【Abstract】 This article analyzes the symptoms and hazards of functional constipation in children; routine care for functional constipation in children, such as dietary adjustment, regular bowel movements, exercise, psychological support, etc., and the shortcomings of routine care; the importance of pediatric massage in the care of children with functional constipation, including improving defecation function, relieving pain and discomfort, improving quality of life, promoting growth and development, and enhancing immunity. The research progress of pediatric massage in the care of children with functional constipation was discussed, including reducing the gastrointestinal recovery time of children, increasing the number of bowel movements within 10 days, reducing the degree of defecation difficulty, reducing the incidence of adverse reactions, improving stool characteristics scores, improving defecation difficulty, defecation time, defecation frequency, mental fatigue, limb weakness and other defecation index scores, and enhancing the overall treatment effect. It aims to provide a reference for the relevant research on the application of pediatric massage in the care of children with functional constipation, as follows.

【Keywords】 Children; Functional constipation; Pediatric massage

前言

功能性便秘会给患儿带来不适和痛苦, 如腹胀、腹痛、排便困难等。通过有效地护理, 如饮食调整、腹部按摩、推拿等, 可以缓解这些症状, 提高患儿的生活质量。长期便秘可能导致患儿出现肛裂、痔疮等肛肠疾病, 还可能影响患儿的生长发育和心理健康。因此, 通过合理地护理, 可以预防这些并发症的发生。有效地护理不仅可以缓解患儿的症状和痛苦, 还可以提高他们的自信心和社交能力。例如, 通过推拿等中医护理技术, 可

以改善患儿的体质和免疫力, 提高他们的生活质量。

1 小儿功能性便秘症状与危害

小儿功能性便秘是一种排除器质性病变 (如先天性巨结肠、肛门直肠畸形等) 的慢性便秘症状, 患儿会因为疾病出现临床一系列症状。每周排便次数少于 2 次, 且排便费力为主要症状, 同时, 排出的粪便呈干球状或硬结状, 排便时可能伴有肛门疼痛、出血或肛裂等情况, 并伴随腹胀、食欲减退、早饱感等消化道症状, 以及易疲劳、烦躁不安、睡眠差等全身症状。随着病情发展,

*通讯作者: 吴青

会对患儿消化功能造成严重不良影响,影响孩子的食欲和营养摄入,导致生长迟缓,增加痔疮、肛裂发生风险,严重威胁患儿身心健康。临床对于小儿功能性便秘主要会采取药物方式控制病情,但是研究指出^[1],在给予患儿药物治疗过程中,配合相应的护理措施,确保护理效果,可增强整体疗效,让患儿尽早恢复正常生活。

2 小儿功能性便秘常规护理与不足

小儿功能性便秘的常规护理主要包括以下几个方面:①饮食调整:增加膳食纤维的摄入,如蔬菜、水果、全谷类食物等,同时减少低纤维食物如肉类、加工食品等的摄入。鼓励孩子多喝水,保持肠道湿润。②定时排便:建立规律的排便时间,每天固定时间让孩子坐在马桶上,尽量放松,有助于培养排便习惯。③运动锻炼:适当的运动可以促进肠道蠕动,缓解便秘。鼓励孩子多进行户外活动,如跑步、游泳等。④心理支持:便秘可能会给孩子带来不适和焦虑,家长需要给予孩子足够的支持和鼓励,帮助他们建立信心。但是从实际应用情况来看,常规护理虽然有助于治疗顺利开展,但是在缓解临床症状、长期护理效果方面存在不足,不能有效促进患儿康复^[2]。

3 小儿推拿应用于功能性便秘患儿护理的重要性

小儿推拿是一种中医传统疗法,主要通过通过对儿童身体的特定穴位和经络进行按摩、揉捏、捏脊等手法,以调整儿童的生理功能,达到治疗疾病、改善体质、促进健康的目的。具体应用中,保持室内温度适宜,避免孩子受凉感冒;操作前洗手并涂抹适量按摩油或乳液以减少摩擦;力度适中,避免过度用力造成孩子不适;根据孩子的年龄和体质选择适当的推拿手法和次数。相关操作包括补脾经(操作 100-500 次,促进脾胃功能)、清大肠(操作 100-300 次,有助于清利肠腑)、摩腹(以肚脐为中心,用手掌或四指轻揉地按顺时针或逆时针方向进行,每次 5-10 分钟,促进肠道蠕动)、按揉足三里(有助于健脾和胃,调理肠道功能)、推下七节骨(自上向下直推 100-300 次,有助于通便泻火)、揉天枢(用食、中两指按揉此穴,每次 1-3 分钟,有助于调理肠胃功能)^[3]。在功能性便秘患儿的护理中,小儿推拿具有以下重要性:①改善排便功能:通过特定的推拿手法,可以刺激肠道的蠕动,促进排便反射,从而改善便秘症状。例如,按摩腹部可以刺激肠道蠕动,推动粪便排出;按揉脾俞穴则可以增强脾胃功能,促进消化吸收,改善便秘。②缓解疼痛和不适:功能性便秘的患儿常常伴有腹痛、腹胀等不适。推拿手法中的揉腹、按揉足三里等穴位,可以缓解肠道痉挛,减轻疼痛和不

适。③提高生活质量:长期的便秘不仅影响患儿的生活质量,还可能影响其心理状态。小儿推拿通过改善排便功能,可以减轻患儿的身体和心理负担,提高生活质量。④促进生长发育:便秘的患儿往往食欲不振,影响营养物质的吸收。推拿手法中的捏脊、按揉胃俞等穴位,可以促进消化吸收,增强食欲,从而有助于患儿的生长发育。⑤增强免疫力:推拿手法可以刺激经络穴位,调和脏腑功能,促进气血流通,从而增强机体的免疫力。这对于改善便秘症状、预防疾病的发生具有重要意义。

4 小儿推拿在功能性便秘患儿护理中的研究进展

4.1 减少患儿胃肠道恢复时长

陈小娟^[4]文中开展小儿推拿在功能性便秘患儿临床护理中的应用效果观察,证实小儿推拿的应用能够有效减少患儿胃肠道恢复时长。这可能是由于,通过推拿手法,如顺时针揉腹,可以刺激胃肠道的平滑肌,增强其蠕动功能,从而加速粪便在肠道内的推进和排出,这直接促进了胃肠道的排空,缩短了恢复时间。推拿手法可以作用于特定的穴位,如天枢穴,通过经络传导,调节胃肠道的神经功能,改善胃肠道的蠕动和分泌功能,这有助于恢复胃肠道的正常生理功能,缩短恢复时间。

4.2 增加 10 天内排便次数

何哲^[5]开展了小儿推拿应用于功能性便秘患儿临床护理中的应用价值研究,发现小儿推拿能够增加患儿 10 天内排便次数。这可能是由于,小儿推拿通过手法刺激腹部和腰背部等穴位,可以加速肠胃蠕动,使粪便在肠道内顺利移动,减少粪便在肠道内的停留时间,从而增加排便次数。小儿推拿手法还可以刺激肠道神经,促进肠道分泌消化液和润滑液,使粪便更加柔软、易于排出。此外,推拿还可以调节肠道节律,使肠道运动更加协调,有利于排便。小儿推拿可以促进肠道内有益菌的生长和繁殖,抑制有害菌的繁殖,从而改善肠道菌群平衡,有利于排便。

4.3 降低排便困难程度

陈莉^[6]等对以八髎穴为主的小儿推拿应用于婴幼儿功能性便秘中的效果,证实其有利于降低排便困难程度。这可能是由于,通过推拿手法,可以放松盆底肌肉,缓解盆底肌的紧张状态,从而改善排便时盆底肌的协调性,降低排便难度。推拿手法可以刺激肛周血管,增加肛周血液循环,使肛周肌肉更加松弛,有助于粪便顺畅排出。推拿手法可以刺激肠道神经,促进肠道蠕动,增加粪便在肠道内的推进力,从而帮助粪便更轻松地从肠道通过。

4.4 降低不良反应发生率

熊桃等^[7]发现在功能性便秘患儿临床护理中应用小儿推拿,有助于降低不良反应发生率,提高护理效果。这可能是由于,小儿推拿通过手法刺激穴位和经络,可以促进胃肠道的蠕动和分泌,改善胃肠道的血液循环,从而缓解便秘症状。这种改善胃肠功能的机制可以减少因便秘导致的腹胀、腹痛等不良反应的发生。小儿推拿可以刺激皮肤上的神经末梢,通过神经-体液调节机制,调节自主神经系统的功能,从而改善肠道的蠕动和排便反射。这种调节神经系统的机制可以减少因自主神经功能紊乱导致的便秘和腹泻交替出现等不良反应的发生。小儿推拿可以刺激皮肤上的免疫细胞,增强其免疫功能,从而提高患儿对疾病的抵抗力,这种增强免疫力的机制可以减少因免疫力下降导致的感染等不良反应的发生。

4.5 改善大便性状评分

江秀田等^[8]开展了小儿推拿应用于功能性便秘患儿临床护理中的应用效果分析,证实其有助于改善大便性状评分。这可能是由于,小儿推拿通过手法刺激特定穴位和经络,可以促进胃肠道的蠕动和分泌,改善胃肠道的血液循环,从而增强肠道的消化功能,使大便变得更加柔软、顺畅。推拿手法可以促进肛周血液循环,增加粪便中的水分含量。水分充足的粪便更容易排出,且形状更规则、柔软,从而提高了大便性状评分。

4.6 改善排便困难、排便时间、排便频率、精神疲乏、四肢无力等排便指标积分

昂丽英^[9]文中发现小儿推拿被运用到功能性便秘患儿护理中,能够改善排便困难、排便时间、排便频率、精神疲乏、四肢无力等排便指标积分。这可能是由于,推拿时可以采用揉、推、按、摩等手法,针对患儿的腹部、腰部、背部等部位进行推拿。其中,腹部推拿可以促进肠道蠕动,改善排便情况;腰部推拿可以调节肾脏功能,提高患儿的体力和精神状态;背部推拿可以舒缓紧张情绪,改善睡眠和饮食情况。

4.7 增强整体治疗效果

康年松等^[10]探究了小儿推拿联合穴位贴敷应用于儿童功能性便秘 75 例的效果,观察到小儿推拿能够增强整体治疗效果。这可能是由于,推拿可以刺激局部血液循环,改善肠道的供血情况,为肠道提供更多的营养物质和氧气,有助于肠道功能的恢复。推拿还可以缓解

患儿的精神压力,改善睡眠质量,从而减轻因便秘引起的焦虑、烦躁等负面情绪,有助于整体治疗效果的提升。

5 结论

小儿推拿应用于小儿功能性便秘护理中有着明显效果,在实际操作中,需要结合患儿具体情况,合理选择操作穴位,并适当配合其他护理技术,以提高整体护理效果,有效减轻临床症状,减少疾病对患儿身心健康影响,促进康复。

参考文献

- [1] 徐定华,王明溪,邹丽云. 小儿推拿联合肛门刺激治疗婴幼儿功能性便秘疗效观察[J]. 当代临床医刊,2022,35(3):85-87.
- [2] 候咪,李书晓,高燕,等. 小儿推拿配合口服益生菌治疗儿童功能性便秘的临床效果[J]. 临床医学研究与实践,2021,6(5):40-42.
- [3] 胡学欣,黄庆琴,蓝海瑜. 小儿推拿结合中药热奄包在儿童功能性便秘中的应用[J]. 齐鲁护理杂志,2023,29(6):53-55.
- [4] 陈小娟. 小儿推拿在功能性便秘患儿临床护理中的应用效果观察[J]. 智慧健康,2021,7(36):159-161.
- [5] 何哲. 小儿推拿在功能性便秘患儿临床护理中的应用研究[J]. 健康必读,2022,10(23):55-56.
- [6] 陈莉,吴昔钧,孔谐和. 八髎穴为主的小儿推拿治疗婴幼儿功能性便秘临床研究[J]. 针灸推拿医学(英文版),2024,22(5):417-422.
- [7] 熊桃,陈蓉. 小儿推拿在功能性便秘患儿临床护理中的应用[J]. 健康女性,2021,8(48):181.
- [8] 江秀田,何美容,林贯秋. 探讨小儿推拿在功能性便秘患儿临床护理中的应用效果[J]. 世界最新医学信息文摘,2021,21(79):237-239.

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。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS