

平衡火罐配合穴位贴敷治疗失眠的疗效观察

李玉婷

云南省中医医院（云南中医药大学第一附属医院）脑病科 云南昆明

【摘要】目的 研究使用平衡火罐以及穴位贴敷方式对治疗失眠症状的带来的效果。**方法** 选取 2021 年 10 月至 2022 年 11 月期间收治的 60 例失眠患者为观察对象，随机将这 60 例失眠患者分为对照组和观察组，对照组患者使用艾司唑仑片药物治疗，观察组患者应用平衡火罐配合穴位贴敷方式治疗，通过对两组患者基本状况分析来了解不同治疗方式起到的治疗效果。**结果** 应用平衡火罐配合穴位贴敷方式的观察组患者治疗有效率高于对照组，患者护理满意率也高于对照组（ $P < 0.05$ ）。**结论** 在失眠患者治疗中应用平衡火罐配合穴位贴敷方式能够实现失眠症状的有效缓解，且治疗效率高，因此值得在临床实践中推广。

【关键词】 平衡火罐；穴位贴敷；失眠治疗；疗效观察

【收稿日期】 2023 年 2 月 17 日 **【出刊日期】** 2023 年 4 月 1 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijmd.20230071

Observation on the effect of balanced cupping combined with acupoint application on insomnia

Yuting Li

Department of Encephalopathy, Yunnan Hospital of Traditional Chinese Medicine (The First Affiliated Hospital of Yunnan University of Traditional Chinese Medicine), Kunming, Yunnan

【Abstract】Objective To study the effect of balanced cupping and acupoint application on insomnia symptoms. **Methods** A total of 60 insomnia patients admitted from October 2021 to November 2022 were selected as observation objects. These 60 insomnia patients were randomly divided into control group and observation group. The control group was treated with Estazolam tablets, while the observation group was treated with balanced cupping combined with acupoint application. Through the analysis of the basic condition of the two groups of patients to understand the therapeutic effects of different treatment methods. **Results** The effective rate and satisfaction rate of nursing in the observation group were higher than those in the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** The application of balanced cupping combined with acupoint application in the treatment of insomnia patients can achieve effective relief of insomnia symptoms, and the treatment efficiency is fast, so it is worth popularizing in clinical practice.

【Keywords】 Balanced cupping; Acupoint application; Insomnia treatment; Curative effect observation

前言

失眠通常是由于心神失养或者不安而引起的一种病症，主要表现为患者入睡困难、睡眠不足。由于睡眠是让人体得到充分休息的重要方式，当患者出现失眠症状时就无法从睡眠中得到良好的休息，因此后续就会出现疲劳、精神不佳等不良反应^[1]。当前社会发展下，随着人们生活节奏的加快，患有失眠病症的人数越来越多，且大多数的失眠患者都认为该症状并不会影响自身正常生活，所以也不会进行干预。当失眠症状长时间存在且逐渐严重的情

况下就会严重威胁患者的生活、工作以及身心健康，因此采用合理方式缓解失眠症状极为重要。一般情况下都会使用艾司唑仑片药物改善患者的失眠症状，这种药物为镇静催眠药，患者服用药物之后虽然能够快速入睡，但如果后续不继续服用也会再次出现失眠，且该药物长时间服用下会产生依赖性，所以这种治疗方式存在多种不足。平衡火罐以及穴位贴敷方式的应用不但具有操作简单的特点，也具有治疗效果高、效果好的优势，且治疗中也不会产生副作用，所以值得应用^[2]。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究随机选取 2021 年 10 月至 2022 年 11 月在本院收治失眠症状患者 60 例, 对照组和观察组各 30 例。对照组中有男性患者 15 例, 女性患者 15 例, 患者年龄 35~64 岁, 平均年龄 (43.4±2.3) 岁, 患者病程 2~36 个月, 平均病程 (24.12±1.33) 个月。观察组中有男性患者 14 例, 女性患者 16 例, 患者年龄 34~65 岁, 平均年龄在 (44.5±2.6) 岁, 患者病程 3~37 个月, 平均病程 (25.13±1.29) 个月。所有患者的年龄、性别、疾病类型等基本资料并无统计学意义 ($P>0.05$), 本次实验具有研究性。

1.2 方法

对照组患者应用艾司唑仑片实施治疗, 该药物需要在患者入睡之前服用, 每次服用 1~2mg, 需要连续治疗 30d。观察组患者应用平衡火罐配合穴位贴敷治疗方式, 主要治疗内容有以下几点:

(1) 平衡火罐治疗

平衡火罐治疗过程中, 医务人员应该指导患者保持正确的体位, 通常情况下是让患者采取俯卧位, 之后通过适当调整让患者具有较高的舒适性。体位调整完成之后, 医务人员应该用右拇指腹在患者背部俞穴上找到阳性点, 阳性点的寻找是根据患者的疾病情况进行辨证。找到阳性点之后需要在患者背部涂抹适当的润滑油, 涂抹完成后再用 2 个大号罐行闪火法, 闪火法完成后一个火罐从上到下, 一个火罐从下到上, 两个火罐主要是在患者背部两侧并沿着膀胱经过心俞、膈俞、肝俞、胆俞、脾俞、胃俞以及肾俞等多个穴位来回^[3]。其次, 治疗过程中熨罐需要进行 2 次, 旋转走罐需要进行 3~4 次, 直行走罐需要进行 5~6 次, 当患者的背部出现潮红时, 且阳性点出现痧样瘀斑之后就能通过使用排罐法来坐罐, 通常情况下需要在治疗的部位留罐 5~10min。

该治疗方式在使用时为了避免意外情况发生, 医务人员的手法应该轻柔, 力度也要适中。由于治疗中患者的背部感受也在不断的变化, 所以医务人员在整个治疗过程中都要定时的询问患者感受, 并根据患者的感受来调整力度。平衡火罐在睡眠症状患者治疗中一般是每次治疗 15min, 每 3 天进行 1 次, 患者需要连续治疗 8 次。

(2) 穴位贴敷治疗

穴位贴敷方式使用时首先应该制定使用的敷贴药物, 所使用的中药材类型以及剂量应该根据患者的身体症状确定。失眠患者治疗中常使用的中药材有丹参、川芎、肉桂、酸枣仁等, 需要将这些中药材研制成粉末并混合, 之后将粉末与熟凡士林进行混合和搅拌, 搅拌成膏状即可, 调整完成后再将药膏制成厚度为 0.3cm 的药饼。药物制作完成后医务人员应该让患者采取坐位或者平卧位, 之后找到患者的涌泉、三阴交、神门等穴位^[4]。穴位找点完成后需要将药饼放在一次性无纺布中央再贴于上述穴位上。采用穴位贴敷方式时通常是在晚上贴敷, 早上揭除, 要保障张贴的时间大于 12h, 每隔 3 天治疗一次, 失眠患者需要连续治疗 21 次。由于不同的患者身体状况不同, 所以治疗中医务人员也应该密切的观察组患者身体情况, 当患者出现红肿、瘙痒以及水泡等不良反应时应该将药饼及时揭除, 并为其展开有针对性的处理。

1.3 观察指标

(1) 以两组患者治疗后治疗有效率为观察指标, 研究指标有显效、有效、无效三种, 其中显效+有效=治疗有效率, 有效率越高说明治疗方式起到的效果越好。

(2) 以两组患者治疗满意率为观察指标, 研究指标有非常满意、一般满意、不满意三种, 其中非常满意+一般满意=满意率, 满意率越高说明治疗方式起到的效果越好。

1.4 统计学处理

本次研究主要采用 SPSS20.0 作为统计学处理工具, 实验中的计数资料以例数 (n)、百分数 (%) 表示, 实验中的计量资料以“均数±标准差”表示。采用 χ^2 检验其中的计数资料, 通过“t”检验其中的计量资料, 如果实验最后得出的数据“ $P<0.05$ ”则表示为实验数据差异存在统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者治疗后治疗有效率对比

应用平衡火罐配合穴位贴敷方式的观察组患者治疗有效率为 93.33%, 对照组为 80%, 观察组明显高于对照组 ($P<0.05$), 详情见表 1。

2.2 两组患者治疗满意率对比

应用平衡火罐配合穴位贴敷方式的观察组患者治疗满意率为 96.66%, 对照组为 83.33%, 观察组明

显著高于对照组 ($P < 0.05$)，详情见表 2。

3 讨论

失眠在临床实践中极为常见，随着人们生活水

平的提升，患者失眠症状的人数越来越多，且大部分的患者症状都较为严重，已经严重影响了自身的生活和工作。

表 1 两组患者治疗后治疗有效率对比 (n/%)

组别	例数	显效	有效	无效	有效率
对照组	30	12	12	6	80%
观察组	30	15	13	2	93.33%
χ^2 值					10.371
P 值					<0.05

表 2 两组患者治疗满意率对比 (n/%)

组别	例数	非常满意	一般满意	不满意	满意率
对照组	30	13	12	5	83.33%
观察组	30	16	13	1	96.66%
χ^2 值					10.078
P 值					<0.05

因此，为了保障患者的生活质量，必须采取有效的方式为患者实施治疗。以往失眠患者治疗中经常使用艾司唑仑片，这种药物虽然能够起到改善患者失眠症状的效果，但需要患者长时间服用。长时间服用该镇静助眠药物患者的耐受性就降低，且药物也会对患者的身体带来一定的负面影响，所以存在多种不足^[5]。而使用平衡火罐配合穴位贴敷的方式既能保障失眠症状缓解效果，也能弥补艾司唑仑片药物治疗的不足，所以在失眠症状治疗中得到了广泛的使用。

中医上认为失眠症状的出现与患者心、肝、胆、脾、胃、肾等有关，而其中的平衡火罐治疗方式会在患者背部的俞穴以及督脉中进行治疗，其火罐在热力作用下会刺激穴位，穴位受到刺激时就能起到疏通经络、调节气血的作用，当患者的气血通畅时就能实现睡眠质量的有效改善^[6]。穴位敷贴治疗中使用到的中药材较多，且都有调脾胃、益肝肾、宁心安神等功能，所以将这些中药材贴敷在相应穴位上，其药效能够通过毛囊以及穴位渗透，进而使用后能够起到改善患者血液循环、调理气血阴阳的作用。患者的气血阴阳得到有效调节之后也能到达镇静安神的功效，所以能够让患者尽快的入睡。

综上所述，在失眠患者治疗中应用平衡火罐配合穴位贴敷方式能够有效的改善患者的睡眠情况，

也能从患者睡眠症状改善中提升其生活质量，因此值得在临床实践中推广。

参考文献

- [1] 王艳英,马堃,费飞.基于中医传承辅助系统挖掘名老中医治疗围绝经期失眠的用药规律[J].中国医药导报,2022,19(14):154-157.
- [2] 刘愚.失眠常见原因分析及柴胡加龙骨牡蛎汤干预机制研究进展[J].内蒙古中医药,2022,41(04):147-150.
- [3] 罗群芳,郑金国,刘艳虹,吴庆华,劳辉恒.观察中医穴位贴敷联合阿普唑仑治疗 2 型糖尿病伴失眠的效果及对糖脂代谢的影响[J].2022,9(04):648-650.
- [4] 方泽佳,陈哲子,范秀英.平衡火罐联合气交灸改善心肾不交型失眠的临床疗效[J].内蒙古中医药,2022,41(05):106-108.
- [5] 邓蕾,林秋娥.平衡火罐联合耳穴贴压法治疗失眠的效果观察[J].世界睡眠医学杂志,2019,6(11):1526-1528.
- [6] 龙彬.平衡火罐治疗失眠效果观察[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(10):43+46.

版权声明：©2023 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