

慢性阻塞性肺病中西医结合肺康复护理 思路探讨^{*}

王 群 张小翠^{**} 孙 燕

(陕西中医药大学附属医院, 陕西 咸阳 712000)

摘 要:目的 探讨中西医结合肺康复护理对慢阻肺的临床思路。方法 通过中西医康复护理及心理疏导的方法, 观察慢阻肺病人的症状缓解情况。结果 患者通过在疾病健康知识的认识中提高对康复护理的主观能动性, 从而减轻症状, 改善生活质量, 提高活动耐力, 减少再住院率和降低住院时间以及医疗费用。

关键词: 慢性阻塞性肺疾病; 肺康复; 中西医结合

中图分类号: R256.14 文献标识码: A 文章编号: 1672-0571(2017)05-0120-03

DOI: 10.13424/j.cnki.mtcm.2017.05.042

慢性阻塞性肺疾病(COPD)是以咳嗽、咯痰、喘息、气短四个主要症状并见, 以进行性发展的不完全可逆性气流受限为主要特征。由于反复发作, 迁延不愈, 严重影响病人的生活质量, 甚至危及生命安全。慢阻肺与吸烟、环境污染、营养、感染、社会经济状况和个体易感因素(α_1 -抗胰蛋白酶缺乏)都有一定关系, 目前认为抽烟是 COPD 的主要发病病因, 我国慢阻肺的发病率逐年呈上升趋势, 根据世界卫生组织估计, 全球现在有 6 亿慢性阻塞性肺疾病患者, 平均每年约有 270 万人死于慢性阻塞性肺疾病, 而我国每年死于该病的人数多达 128 万, 然而此数值目前仍在明显增长, 对 COPD 康复研究及预防, 成为近期康复医学的重中之重。

1 肺康复护理内容

肺康复护理^[1]是指在肺疾病康复的过程中, 依据总体的康复医疗计划, 围绕全面康复目标, 从而进行康复治疗的护理及自我保护的过程。其目的是延缓甚至阻止症状发展以及疾病的反复加重。肺康复护理的对象主要为慢性阻塞性肺疾病、慢性阻塞性肺气肿、慢性支气管炎、支气管哮喘、肺纤维化和限制性肺疾病的患者。内容包括: 对患者的健

康教育、营养指导、氧疗、呼吸功能锻炼、体育锻炼和心理治疗。中医肺康复治疗有穴位贴敷疗法(冬病夏治、冬病冬防)、穴位注射、中药内服、养肺足浴疗法、穴位按摩等。

2 肺康复护理措施 慢阻肺属于常见高发性疾病, 而且因反复发作而导致肺功能受损严重, 基于此, 临床治疗本病除了加强常规治疗外, 还要做好肺功能改善, 所以肺康复护理显得尤为重要。

2.1 穴位贴敷以冬病夏治、冬病冬防 中医传统贴敷疗法历史悠久, 源远流长, 它是根据《素问·四气调神大论》:“春夏养阳, 秋冬养阴, 以从其根”的原则在人体的穴位上运用药物贴敷, 夏天的“三伏天(初伏、中伏、末伏)”是指在中国旧历节气的夏至后第三个庚日为初伏, 第四个庚日为中伏, 立秋后的第一个庚日为末伏。采用中药(附子、吴茱萸、白芥子、细辛、半夏、甘遂等)进行穴位贴敷。夏为阳, 夏季阳气旺盛, 寒邪容易被瓦解, 运用温性或者热性药物, 通过刺激某些穴位以及皮肤组织对药物有效成分的吸收最易把冬病之邪消灭在蛰伏状态, 这就符合“春夏养阳”的意义。冬天的“三九天”^[3]是指从冬至起的第三个“九天”, 冬至为“一九天”的第

* 基金项目: 咸阳市科技局(2011K13)

** 通讯作者: 张小翠(1966—), 女, 学士学位, 主管护师, 研究方向: 老年病病人的社区康复护理。E-mail: zhangxiaocui919@163.com