

背俞穴埋线治疗产后失眠疗效观察

左晓林

(洛川县中医医院针灸理疗科, 陕西 洛川 727400)

摘要:目的 观察背俞穴埋线治疗产后失眠的临床疗效。方法 将 73 例产后失眠患者随机分为治疗组和对照组, 治疗组 37 例, 采用背俞穴埋线治疗, 1 次/周; 对照组 36 例, 睡前口服艾司唑仑片, 1 mg, 1 次/日, 治疗 2 周为 1 疗程, 连续观察 2 个疗程, 观察两组治疗前后 PSQI 减分率及中医症候积分变化。结果 治疗后, 两组患者 PSQI 分值均有降低, 且治疗组的降低趋势明显大于对照组, 差异具有统计学意义 ($P < 0.05$); 两组治疗后患者的中医症候积分比较, 在改善入睡困难、眠浅易醒、心中烦躁、白昼疲劳方面, 差异具有显著统计学意义 ($P < 0.05$)。结论 采用背俞穴埋线治疗产后失眠的临床疗效显著, 可为临床治疗产后失眠另辟一条治疗思路。

关键词: 产后失眠; 穴位埋线; 随机对照

中图分类号: R256.23 **文献标识码:** B **文章编号:** 1672-0571(2018)06-0076-03

DOI: 10.13424/j.cnki.mtcm.2018.06.026

失眠是指患者对睡眠时间和(或)质量不足, 且影响白天社会功能的一种主观体验。它包括睡眠潜伏期延长, 总睡眠时间缩短, 夜间觉醒次数多或凌晨早醒, 睡眠浅、多梦, 次晨感到头昏、精神不振、嗜睡、乏力等^[1]。其发病率逐年上升, 发病原因复杂, 机制尚不清楚, 产后失眠作为其中的一种特殊类型, 中医称为产后不寐, 多表现为入睡困难、睡眠不深、易醒、早醒、多梦、醒后疲乏^[2]。目前临床治疗选安眠类药物治疗, 其不仅影响产后哺乳, 亦影响产妇产后机体恢复等, 且相关临床研究鲜见, 本研究采用背俞穴埋线治疗对产后失眠进行临床治疗与观察, 现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 73 例产后失眠患者来自于 2015 年 1 月~2017 年 12 月洛川县中医医院门诊及住院部, 按随机数字表法分为治疗组和对照组, 治疗组 37 例, 对照组 36 例; 两组患者年龄为 22~36 岁, 平均 27.2 岁; 病程 31 天~7 个月, 平均 46 天, 其中顺产 43 例, 胎头吸引、产钳产 6 例, 剖宫产 24 例; 两组患者性别、年龄、病程、均无统计学差异 ($P > 0.05$), 具有可比性。

1.2 诊断标准^[3] ①病情轻者表现为入睡困难,

寐而不酣, 时寐时醒, 病情重者彻夜难眠; ②常伴有不同程度的心烦、心悸、健忘、头痛、白天疲劳、注意力不集中、昏沉欲睡, 腰膝酸困, 舌红少苔, 脉细等; ③ 24 h 内总睡眠不足 5 小时, 反复发作, 每周发生至少 3 次并症状持续在 1 个月以上; ④经各系统和实验室检查未发现异常, 排除原发的器质性病变。

1.3 纳入标准 ①符合上述诊断标准; ②近 2 周内未接受相关疗法; ③年龄 40~70 岁; ④自愿参加本研究。

1.4 排除标准 ①合并严重心肺等疾患或精神病史患者。②髋关节发育不良等。③风湿性关节炎、类风湿病、痛风等其他膝关节疼痛性疾病者。④相关部位皮肤有破损或感染。⑤年龄小于 40 岁及大于 70 岁的患者。

1.5 治疗方法

1.5.1 治疗组 准备无菌换药碗、无菌埋线针、一次性无菌包扎敷料、羊肠线、生理盐水等; 选取双侧心俞、肝俞、肾俞, 做好标记; 用 2.5% 的碘酒将所选背俞穴消毒, 75% 的酒精脱碘, 将羊肠线剪成 1.0 cm 长若干并浸入用生理盐水中漂洗, 后将羊肠线从 24 号注射针头的针尖处装入针体(此时注射针头内不