

中医护理对肛周脓肿术后患者疼痛及睡眠质量的影响

王琦惠

宁夏回族自治区人民医院 宁夏 银川 750001

摘要:目的:探究中医护理对肛周脓肿术后患者疼痛及睡眠质量的影响。方法:选取在2021年1月至2023年8月本院收治的100例肛周脓肿术后患者,随机分为观察组(中医护理)、对照组(常规护理)各50人。结果:干预后,相比对照组,观察组疼痛症状、睡眠质量评分较低($P < 0.05$)。结论:中医护理对肛周脓肿术后患者疼痛及睡眠质量的影响显著,能够减轻其疼痛症状,改善睡眠质量。

关键词:中医护理;肛周脓肿术后;疼痛;睡眠质量

肛周脓肿,作为肛肠科常见的化脓性感染性病灶,常发生于肛门、肛管和直肠周围,若治疗不及时,可能演变为肛瘘,极大地影响患者的生活质量^[1]。肛门周围神经末梢广泛,敏感性高,因此肛周脓肿患者术后往往疼痛剧烈,这不仅严重影响患者的舒适度,还可能干扰其睡眠质量,进一步影响术后恢复和整体健康状况^[2]。在现代医学中,对于肛周脓肿术后的疼痛管理和睡眠改善,通常采用药物治疗、物理疗法等手段。然而,中医护理作为一种独特的护理方式,近年来在缓解术后疼痛、改善睡眠质量方面逐渐展现出其独特的优势。本文旨在探究中医护理对肛周脓肿术后患者疼痛及睡眠质量的影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取在2021年1月至2023年8月本院收治的100例肛周脓肿术后患者,随机分为观察组男26例、女24例,平均年龄(50.36 ± 6.18)岁;对照组男23例、女27例,平均年龄(50.28 ± 5.78)岁。一般资料无差异, $P > 0.05$ 。纳入标准:(1)患者需已接受肛周脓肿手术治疗;(2)患者在充分了解研究目的、方法和可能的风险后,自愿签署知情同意书,同意参与本研究;(3)患者除肛周脓肿外,无其他严重疾病或并发症。排除标准:(1)其他疾病致身体疼痛者:患者若因其他疾病导致身体疼痛,可能干扰对肛周脓肿术后疼痛的评估;(2)原发性睡眠障碍者:患者若存在原发性睡眠障碍,可能影响对睡眠质量的评估;(3)精神障碍患者。

1.2 方法

观察组强化中医护理:(1)注重整体调养。肛周脓肿术后,患者的身体往往处于虚弱状态,中医护理通过一系列的调养措施,帮助患者恢复体力,促进伤口愈合,包括指导患者保持规律的作息時間,避免熬夜、过

度劳累等不良习惯;保持伤口的干燥和清洁,避免感染等。中医护理还注重调和气血,通过按摩、针灸等中医手段,促进气血流通,加速身体的康复进程。(2)疼痛管理。中医护理注重通过外治方法来缓解肛周脓肿术后的疼痛。包括中药熏洗、坐浴、针灸等。中药熏洗和坐浴是较为常用的方法。通过选用具有清热解暑、消肿止痛功效的中药,如金银花、野菊花、蒲公英等,煎汤后让患者坐浴或熏洗患处,能够直接作用于创面,促进血液循环,加速炎症的吸收,从而有效缓解疼痛。通过针灸特定的穴位,如合谷、曲池、大椎等,可以调和气血,疏通经络,达到缓解疼痛的目的。(3)睡眠干预。通过针灸特定的穴位,如神门、内关、三阴交等,可以调和气血,平衡阴阳,达到安神助眠的效果。通过选用具有安神、助眠功效的中药,如薰衣草、艾叶等,煎汤后让患者熏洗,能够舒缓身心,促进睡眠。中医护理还注重为患者创造一个良好的睡眠环境,包括保持病房的安静、整洁和舒适,避免噪音和光线的干扰;调节病房的温度和湿度,使其保持在适宜的范围内;定期更换患者的被褥和床单,保持其清洁和干燥等。(4)情志调护。中医护理人员需要通过耐心倾听患者的心声,理解其担忧和困扰,给予积极的心理支持和安慰。向患者详细解释肛周脓肿的发病机制、手术过程及术后恢复过程,消除其疑虑和恐惧,帮助患者树立战胜疾病的信心。同时,中医护理注重通过情志相胜的方法来调节患者的情绪。情志相胜是中医心理学中的一种重要理论,认为一种情志可以克制另一种情志,从而达到调节情绪的目的。对于因肛周脓肿术后疼痛而焦虑不安的患者,护理人员可以引导其进行深呼吸、冥想等放松训练,通过放松身心来平复焦虑情绪。护理人员还可以鼓励患者参与一些轻松愉快的活动,如听音乐、阅读等,以转移注意力,缓解负面情绪。(5)生活干预。肛周脓肿术后

患者应避免熬夜、过度劳累,确保每天有足够的休息时间,让身体得到充分的放松和恢复。中医护理建议患者保持每天定时排便的习惯,避免便秘或腹泻对肛周伤口造成刺激和疼痛。在术后初期,患者可以选择散步、瑜伽等轻柔的运动方式,随着身体的逐渐恢复,再逐渐增加运动强度和时长。提倡患者进行肛门功能锻炼,如提肛运动等,以增强肛门括约肌的力量,促进肛门功能的恢复。患者应避免久坐不动,以免压迫肛周伤口,加重疼痛和不适。(6) 饮食调养。中医护理强调术后患者应避免食用辛辣、油腻和刺激性食物。患者应遵循医嘱,坚决杜绝辣椒、芥末、姜等辛辣食物的摄入,同时也要减少油条、煎饼等油腻食物的食用。护理人员需要推荐患者多食用清淡、易消化的食物,如稀饭、线面等,以减少对伤口的刺激,促进身体的康复。大便过于干燥或过于稀软都可能刺激手术后的伤口,引发疼痛或导致伤口难以愈合。因此,患者应多吃红薯、芹菜等富含纤维的食物,通过饮食调整来防止便秘,同时避免大便过于稀软。在术后初期,患者可以食用一些清淡的流质或半流质食物,如鸡汤、鱼汤等,待身体逐渐恢复后,再逐渐增加肉类、鸡蛋等营养丰富的食物。(7) 强调患者的自我调护能力。通过详细解释肛周脓肿的发病机制、手术过程以及术后可能出现的并发症,中医护理人员能

够帮助患者建立起对疾病的正确认识,从而增强他们参与自我调护的积极性。鼓励患者积极参与自我调护的实践,包括保持规律的作息习惯、合理饮食等,患者不仅能够更好地掌握自我调护的技巧,还能在过程中感受到身体的逐渐康复,从而进一步增强自我调护的信心和动力。中医护理还强调患者与家属之间的沟通与协作。家属被鼓励参与到患者的自我调护过程中来,共同制定康复计划、监督执行情况以及提供必要的支持和照顾,这不仅有助于增强患者的自我调护能力,还能促进家庭成员之间的情感交流和理解。

而给予对照组基础指导、休息与体位、伤口护理等常规护理措施。

1.3 观察指标

VAS、VRS、PPI评分评价疼痛症状、PSQI评分标准评定睡眠质量。

1.4 统计学分析

SPSS23.0处理数据,疼痛症状、睡眠质量评分以“($\bar{x} \pm s$)”表示,“ t ”检验, $P < 0.05$ 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 VAS、VRS、PPI评分:观察组降低程度高于对照组($P < 0.05$),见表1。

表1 VAS、VRS、PPI评分($\bar{x} \pm s$,分)

分组	n	VAS		VRS		PPI	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	50	5.45±2.17	4.15±1.04	34.15±2.08	26.11±1.11	4.39±0.84	2.27±0.49
对照组	50	5.49±2.20	4.50±1.24	34.19±2.30	29.19±1.39	4.40±0.74	3.21±0.57
	t	0.584	6.298	0.185	7.108	0.298	5.096
	P	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

2.2 睡眠质量:观察组降低程度高于对照组($P < 0.05$),见表2。

表2 睡眠质量($\bar{x} \pm s$)

分组	n	觉醒次数(次)		入睡时间(h)		睡眠质量评分(分)	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	50	5.31±1.35	1.32±0.85	4.20±1.32	0.55±0.41	8.32±1.42	4.29±0.57
对照组	50	5.30±1.41	3.39±1.06	4.19±1.30	1.48±0.60	8.30±1.38	6.02±1.11
	t	0.452	9.098	0.105	7.965	0.165	6.322
	P	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

3 讨论

肛周脓肿,是发生于肛门、肛管和直肠周围的化脓性感染性病灶。此病不仅给患者带来剧烈的疼痛,还严重影响其生活质量。手术作为治疗肛周脓肿的主要手段,虽然能够清除病灶,但术后疼痛及由此引发的睡眠

障碍,却常常让患者苦不堪言。传统的常规护理方法,虽然在一定程度上能够缓解疼痛,但效果往往有限,且难以从根本上解决患者的睡眠问题^[3]。中医护理,以其独特的辨证施护理念,为肛周脓肿术后患者的疼痛管理及睡眠质量改善提供了新的思路^[4]。

中医护理的核心在于其独特的理论体系，它强调人与自然和谐共存，追求人体阴阳平衡和五脏六腑的协调运作。在这一理论指导下，中医护理注重辨证施护，即根据患者的具体病情、体质、年龄等因素，制定个性化的护理方案。这种个性化的护理方式，使得中医护理能够精准地针对患者的具体情况，采取最有效的护理措施。随着时代的发展，中医护理已经从传统的医护分工不明确逐步发展成为独立专业。在现代社会中，中医护理不仅广泛应用于医院临床护理、预防、养生等领域，还逐渐走向社区和家庭，为更多人提供健康服务。中医护理也在不断地吸收现代医学的先进理念和技术手段，不断完善自身的发展体系，以更好地满足人民群众的健康需求。本文通过探究中医护理对肛周脓肿术后患者疼痛及睡眠质量的影响，结果显示，观察组疼痛症状、睡眠质量改善更明显（ $P < 0.05$ ）。原因为：肛周脓肿的根源在于湿热之邪下注，加之气血运行不畅，导致局部炎症化脓。中医护理通过清热解毒、活血化瘀的中药内服，旨在清除体内湿热，促进气血流通，从根本上改善病情，从而减轻疼痛症状。配合局部熏洗、贴敷等外治手段，能够直接作用于患处，加速炎症消散，促进组织修复，进一步缓解疼痛。肛周脓肿术后患者往往因疼痛、焦虑等情绪问题而难以入睡或睡眠质量不佳。中医护理通过针灸、心理疏导等干预措施，可以帮助患者缓解焦虑、恐惧等负面情绪，调整心态，从而改善睡眠质量。此外，中医护理还倡导健康的生活方式和饮食调护。合理的饮食与适量的运动是肛周脓肿术后患者康复的重要因素。中医护理建议患者保持定时排便的习惯，

避免久坐不动，以减少肛门区域的压力。饮食上，应以清淡、高营养、易消化的食物为主，多吃新鲜蔬菜和水果，有助于保持大便通畅，减少便秘对肛门的刺激^[5]。这些健康的生活方式与饮食调护，有助于促进患者的整体康复，从而提高护理效果。

综上所述，对肛周脓肿术后患者应用中医护理，能够减轻其疼痛症状，改善睡眠质量。总之，通过中医护理的介入，患者不仅疼痛程度得到有效控制，更在身心层面获得了全面的舒缓与恢复。这不仅极大地减轻了患者的痛苦，更为其后续的康复之路奠定了坚实的基础。未来，期待中医护理能够在肛周脓肿术后患者康复领域发挥更加广泛而深远的影响。

参考文献

- [1] 郑晶晶. 中医护理对肛周脓肿术后患者疼痛及睡眠质量的影响[J]. 中国肛肠病杂志, 2024, 44(6): 68-70.
- [2] 张瑞琦, 马丽, 王明星. 中医护理联合疼痛专项干预应用于肛周脓肿术后患者的效果[J]. 江苏卫生保健, 2023, 25(6): 428-430.
- [3] 张侨, 赵颖, 李春耕, 等. 艾灸联合中医干预对肛周脓肿术后患者疼痛程度及创面愈合的影响研究[J]. 河北中医, 2023, 45(11): 1815-1818, 1823.
- [4] 王兵, 严慧, 梁彦. 三黄清热熏洗方联合中医旷置术治疗高位后马蹄形肛周脓肿的临床研究[J]. 国际中医中药杂志, 2023, 45(9): 1100-1104.
- [5] 张嘉谱, 陈瑾, 张林, et al. 中医疼痛护理对行肛周脓肿术患者术后疼痛情况及创面恢复的影响[J]. 中西医结合护理(中英文), 2022, 8(8): 50-53.