

中医推拿（小儿捏脊）在新生儿黄疸护理中的应用进展

郭小敏

温州市人民医院 浙江 温州 325000

摘要：作为新生儿期常见症状的有新生儿黄疸，分为生理性、病理性两类，若病情加重可诱发胆红素脑病，在黄疸护理里，中医小儿捏脊疗法备受关切。本文剖析了其应用方面的进展，囊括新生儿黄疸的现状态势、捏脊产生作用的机制、护理拥有的优势、操作的途径及临床最终效果，小儿捏脊能起到辅助改善黄疸之效，带动胆红素的排泄活动，实现脏腑功能的调节，无额外副作用，现有的研究存在着局限，未来应实施更多高质量研究以探索最佳方案，提升护理实绩。

关键词：新生儿黄疸；中医推拿；小儿捏脊；护理；应用进展

引言

于新生儿期，新生儿黄疸属常见病症，此病的发病率超过60%界限，病情严重者可引发胆红素脑病，对神经系统的发育形成不可逆的破坏，当下临床常用的常规治疗法—光疗，可有效降低血清胆红素水平，但在治疗时，发热、皮疹、腹泻等不良反应经常相伴出现，让新生儿增添额外的痛苦。全面探寻小儿捏脊在新生儿黄疸护理中的运用，能够极大地拓展现代护理方法的范畴，实现临床护理效果增强，更可切实减少各类不良反应，为新生儿黄疸治疗构建更安全、纯净的护理方案。

1 新生儿黄疸现状剖析

1.1 黄疸的病理基础与临床分型

从根本上说，新生儿黄疸是胆红素代谢紊乱的一种外在反映，其发病机制源自新生儿特殊的生理特性，鉴于此时血氧含量较低，红细胞出现代偿性扩充，出生时血氧分压急剧上涨，大量红细胞遭破坏后释放出胆红素，而新生儿肝脏中葡萄糖醛酸基转移酶活性不充足，没办法把游离胆红素高效转化为结合胆红素排出体外，引起血液内胆红素水平异常地攀升。生理性黄疸是新生儿发育进程里的一种过渡表现，一般在胆红素代谢功能逐步健全后自动消退；诸如溶血、感染、胆道闭锁等病理因素能诱发病理性黄疸，起病急骤、程度深重，若未及时采取干预行动，胆红素冲破血脑屏障生成胆红素脑病，可引发不可逆的神经系统损害后果。

1.2 传统治疗的局限性与风险

如今临床常用的光疗、药物治疗及换血疗法，可有效达成降低胆红素水平的目的，不过均有十分明显的缺陷，光疗依靠蓝光照射推动未结合胆红素结构的改变，经胆汁跟尿液排出人体，但长时间照射很可能引发新生儿诸如皮肤损伤、腹泻、青铜症之类的不良反应，同时

需持续监控体温及液体平衡状态。以苯巴比妥为例的药物治疗，虽能诱导肝脏酶的活性，但存在引发呼吸抑制、嗜睡等中枢神经系统症状的可能性，肝肾功能尚未发育完善的新生儿而言，不可忽视药物代谢的负担，作为攻克重症黄疸的终极手段，能快速把高浓度胆红素清理掉，然而需应对感染、血栓出现、血型不匹配等严重并发症隐患，有着极高的医疗设备及操作技术要求。

1.3 辅助治疗的临床需求

鉴于传统治疗模式所存在的局限性，开展对安全有效辅助疗法的探索是新生儿黄疸护理的重要走向，于临床进行的实践工作里，某些患儿因个体间的差异，对常规治疗反应不好，又或者是家长因为担心治疗风险而有了抗拒心理，迫切渴求低侵入性、高安全性的干预途径，辅助治疗能把传统疗法的使用强度降低，减少不良的反应现象，还能借助多途径协同配合来促进胆红素代谢^[1]。此综合治疗模式可充分施展现代医学精准之长处，又可融入传统医学的整体调控理念，给新生儿黄疸个性化治疗开启新途径。

2 小儿捏脊作用机制阐释

2.1 经络理论的整体调节

小儿捏脊把中医经络学说当作理论根基，借由对脊柱两旁膀胱经与督脉的持续激发，实现对周身气血的调理，人体最大的排毒经络当属膀胱经，历经五脏六腑背俞诸穴，以捏脊手法激发穴位经气，促进气血循环，增进脏腑功能配合，督脉可谓阳脉之沧海，统筹全身阳气，对督脉的刺激可振奋机体阳气，增强脏腑活力，两者相互协同起效，实现阴阳平衡的有效维系，脏腑功能渐趋协调，创设对胆红素代谢有利的内环境。

2.2 现代医学视角的生理调节

以现代医学视角剖析，捏脊手法可促成复杂的神经 -

体液调节效应出现,手法施加于脊柱两侧之时,经由皮肤感受器,机械刺激传导至脊髓,引发交感神经及副交感神经系统的激活,引发胃肠蠕动活跃度提升、消化液分泌量上升,增进营养物质的吸收及废物的排泄。捏脊刺激可带动下丘脑-垂体-肾上腺轴和免疫系统的活化,引发出内啡肽、生长激素等生物活性物质的释放,调节机体代谢的相关水平,提升免疫防御的实力,这些生理上的变化可促进肝脏代谢功能变好,促进胆红素摄取、结合及排泄过程的推进,从微观维度说明了捏脊治疗黄疸的作用机制。

2.3 双向调节的独特优势

双向调节功能乃小儿捏脊的显著特征,能按照机体状态自动调控生理反应,针对属脾胃虚弱型的黄疸患儿,捏脊可提升胃肠道的蠕动力,提升消化吸收的效能,推动胆红素借肠道排出体外;针对体质偏热、肝内火气大的患儿,捏脊可凭借其清热泻火功效,优化肝脏的疏泄功能,降低胆红素生成水平^[2]。此因势引导的调节机制躲开了传统治疗“一刀切”的毛病,不会对正常生理功能施以过度干预,还能针对病理情形精准施治,经由持续连贯的捏脊刺激,机体逐步搭建起良性的调节机制,完成从患病情形到健康情形的自然过渡。

3 小儿捏脊在黄疸护理优势

3.1 安全性与低损伤特性

中医外治法中,小儿捏脊是典型代表,它绕开药物经肝肾代谢的毒副作用,契合新生儿娇嫩生理特性,新生儿胃肠道黏膜发育欠佳,口服药物易引发呕吐、腹泻等状况;肝脏解毒与肾脏排泄功能尚未成熟,长时间用药可能造成蓄积中毒。捏脊凭借皮肤接触和手法操作,无需摄入化学物质,大幅降低治疗风险,手法刺激的强度和频率能依患儿耐受度灵活调节,最大程度减轻对新生儿的不良刺激,特别适用于早产儿、低体重儿等特殊群体。

3.2 操作便捷性与普适价值

小儿捏脊技术简单易掌握,无需借助大型医疗设备,仅靠双手配合就能完成,护理人员经短期培训可掌握基本操作,让该技术能在家庭、社区卫生服务中心、新生儿病房等多场景开展。这种灵活性既提升治疗可及性,又能让家长直接参与护理,增强家庭护理能力,对比光疗需专用暖箱、换血疗法需重症监护设备的严格条件,捏脊疗法突破场地和设备限制,为偏远地区或医疗资源有限的环境提供可行的黄疸干预方式。

3.3 身心同治的综合效益

捏脊时护理人员与新生儿的亲密接触,形成独特情

感交流途径。温柔抚触和节律性操作可激活新生儿皮肤触觉感受器,促使催产素分泌,增强安全感与舒适感,这种积极心理体验对神经发育有重要作用^[3]。捏脊通过刺激腹部神经丛,推动胃肠蠕动,增加新生儿食欲和排便次数,加快胆红素经肠道排出。

4 小儿捏脊操作方法详解

4.1 操作前的准备工作

操作前规范准备是捏脊安全有效的重要前提。护理人员要修剪指甲,避免划伤新生儿娇嫩肌肤,用温和洗手液洗净双手,去除污垢细菌,清洁后,可温水泡手或搓热双手,调节手部温度,防止刺激新生儿引发不适。介质选择天然温和产品,婴儿润肤油含滋养成分呵护肌肤,凡士林浓稠润滑效果好,滑石粉细腻易涂抹,将其均匀涂在新生儿背部,能减少皮肤摩擦、避免擦伤,助力推拿手法渗透提升护理效果,操作环境营造也很重要,室内温度控制在26-28℃,给新生儿温暖舒适感受,保持环境安静,关闭电视等发声设备以免惊扰新生儿。

4.2 标准手法与操作流程

小儿捏脊的标准手法似精心谱就的韵律诗篇,由“捏、提、推”三个核心动作巧妙衔接,护理人员双手食指中节桡侧化作温柔触点,如春风掠过新生儿背部,轻轻将娇嫩皮肤捏起,拇指与食指默契配合,似灵动舞者交替向前捻动,边捏边缓缓向上推进,动作连贯自然,在新生儿背部勾勒出连绵起伏的波浪轨迹。操作从尾骨末端长强穴起始,此处为人体阳气生发之始,沿脊柱两侧膀胱经一路向上至大椎穴,此为一遍,每次捏脊通常重复3-5遍,循序渐进激发新生儿身体活力。

4.3 个性化调整与注意事项

捏脊操作并非固定不变的模式,需根据新生儿个体差异灵活调整,体质较弱的新生儿身体如娇嫩幼苗,手法需更轻柔舒缓,提捏力度要严格控制,避免过度刺激;月龄较小的婴儿肌肤更敏感脆弱,操作时需格外谨慎,症状较重或耐受度较好的患儿,可在确保安全前提下适当增加操作遍数,加深穴位刺激强度,以更有效发挥捏脊护理功效。操作时间选择有讲究,最佳时段为两次喂奶之间^[4]。新生儿过饱时捏脊可能引发吐奶等不适,空腹时宝宝易因饥饿烦躁影响操作,若新生儿皮肤有破损、皮疹,捏脊会加剧皮肤损伤并引发疼痛与感染;患有严重心肺疾病的新生儿身体脆弱,捏脊可能对心肺功能产生不良影响,这些情况均需暂停捏脊操作,每次捏脊结束后,护理人员可用手掌在新生儿腹部顺时针轻柔按摩1-2分钟。

5 小儿捏脊临床应用成果

5.1 临床疗效的直观体现

处于临床实践的广阔范畴里，常规治疗跟小儿捏脊一同前行，闪现出令人赞叹的协同效应火花，当把小儿捏脊融入综合治疗方案，仿若给新生儿的机体运转融入一股鲜活能量，它和缓地唤起胃肠功能活力，驱动排便次数上扬，助力肠道里胆红素随粪便顺利排出去，稳妥阻断肝肠循环的恶性往复，它恰似一名技艺超凡的“调理者”，巧妙地强化肝脏代谢活力，加快胆红素转化的进程节奏，和仅借助光疗或药物治疗的患儿对比，接受联合治疗的新生儿就像被春日暖阳环绕的小幼苗，黄疸褪去速度明显变快，原先发黄的肌肤悠悠驱散灰暗，重归健康色泽。开展联合治疗的时候，严重不良反应未对新生儿形成困扰，此疗效的出类拔萃，不仅体现于胆红素指标往良好状态的转变里，更综合地凸显在新生儿整体状态的崭新模样，他们开始呈现出“胃口猛增”的情形，食欲显著上扬；不再受不适困扰而哭闹不停；体重开始稳步向上攀升，朝着健康形势茁壮生长。

5.2 不良反应的有效控制

新生儿黄疸治疗领域中采用小儿捏脊，仿佛一位守护仙灵，悄然地在降低传统治疗副作用上发力，光疗起到治疗作用之际，往往是因新生儿皮肤柔弱敏感、胃肠功能未臻完善，招来腹泻、皮疹等不良反应问题，依靠小儿捏脊特有的调理模式，精准调节自主神经的机能水平，为肠道架起一道稳固的“阻挡墙”，明显降低光疗对胃肠道引发的刺激，极大地减少腹泻发作的几率。而它还能在一定程度上改善皮肤血液循环，宛如为肌肤赋予活力，减轻光疗加诸皮肤的损伤，在药物医治阶段，小儿捏脊同样在治疗里功不可没，它如似肝脏的“贴心伙伴”，一同提升肝脏的解毒本事，减少药物在体内积聚的潜在风险，让药物不良反应的出现变得微乎其微，此种从多个维度、多个方面构建起来的保护机制，为新生儿黄疸治疗铸就了牢固的安全防线。

5.3 临床应用的推广价值

临床视角下小儿捏脊的意义，大大超出了单纯治疗效果的范畴边界，其可推广及可持续的优势格外亮眼，

此项疗法操作不复杂，无需复杂又价钱昂贵的设备，成本甚是低廉，这使其得以轻松迈入基层医疗机构，甚至可在家庭护理领域生根发芽，助力搭建科学且合理的分级诊疗体系，合理缓解大型医院的治疗压力。实施针对医护人员与家长的捏脊技术培训，可使得从医院治疗到家庭护理自然过渡且衔接无间，拉长治疗的周期，让治疗的效果变得稳固又持久^[5]。伴随临床研究不断深度挖掘，小儿捏脊极大概率会成为新生儿黄疸标准化护理流程中不可或缺的一环，为增强新生儿健康水平提供全新且高效的技术后盾。

结语

新生儿黄疸护理中，中医推拿（小儿捏脊）表现出一定的应用前景迹象，可辅助缓解黄疸的症状，减少治疗造成的不良后果，促进新生儿达成健康恢复，应深度钻研其作用机制，开展更多属于大规模、高质量的临床研究，确定最佳操作细则与应用方案。切实加强医护人员相关培训，提升技术综合水平，推动其在临床的大面积应用，也可探索跟其余中医疗法联合运用的效应，为新生儿黄疸护理提供更丰富实效的护理手段，为新生儿健康成长添力。

参考文献

- [1] 邵肖梅，叶鸿瑁，丘小汕. 实用新生儿学 [J]. 4版. 北京：人民卫生出版社，2011.
- [2] 欧彩香，何德根，陈晓陆，等. 捏脊疗法干预新生儿病理性黄疸的临床研究 [J]. 中国民族民间医药，2018,27 (13):107 - 109.
- [3] 马晓伟，周慧芳，陈秀玲，等. 捏脊疗法辅助治疗新生儿黄疸的临床观察 [J]. 中国民间疗法，2019,27 (16):31 - 32.
- [4] 张锐，赵林香，朱瑞云，等. 小儿捏脊疗法机制探讨 [J]. 中国中医药现代远程教育，2017,15 (24):123 - 124.
- [5] 程宾，李桂华，姚丹，等. 捏脊疗法对人体微量元素影响的研究 [J]. 时珍国医国药，2016,27 (11):2775 - 2776.