

Observation and nursing of the curative effect of migraine treated by the combination of Chinese and Western Medicine

Xiong Changjie

Jiaxing Hospital of traditional Chinese Medicine, Jiaxing

Abstract: Objective: To explore the nursing measures of migraine combined with traditional Chinese and Western medicine, in order to reduce the pain and improve the quality of life of patients. Methods the clinical data of 76 migraine patients in our hospital from February 2017 to February 2019 were analyzed retrospectively. Results: after nursing and guidance, the total effective rate was 89.47%. Conclusion: it is of great significance to strengthen the nursing and guidance of traditional Chinese and Western medicine for migraine patients, so it is worth popularizing and applying in clinical.

Key words: Migraine; Nursing; Traditional Chinese and Western Medicine

Received: 2020-01-22; Accepted: 2020-02-06; Published: 2020-02-08

中西医结合治疗偏头痛的疗效观察及护理

熊昌杰

嘉兴市中医医院，嘉兴

邮箱: cjxiong55@126.com

摘 要: 目的: 探讨偏头痛的中西医结合护理措施, 以减轻痛苦, 提高患者的生活质量。方法对 2017 年 2 月至 2019 年 2 月来我院治疗的 76 例偏头痛患者的临床资料进行回顾性分析, 对所有患者均采取心理护理、用药指导、健康指导等一系列的护理措施。结果: 本组 76 例患者经过护理与指导, 其中显效 46 例, 有效 22 例, 无效 8 例, 总有效率为 89.47%。结论: 加强偏头痛患者的中西医结合护理与指导, 对提高临床疗效和减轻并发症的出现具有重要的意义, 因此值得在临床上推广和应用。

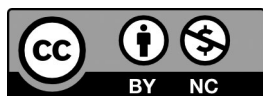
关键词: 偏头痛; 护理; 中西医

收稿日期: 2020-01-22; 录用日期: 2020-02-06; 发表日期: 2020-02-08

Copyright © 2019 by author(s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



偏头痛是一种常见的原发性头痛，临床上主要表现为搏动样头痛及发作性中重度头痛，且头痛多为偏侧，发作时常常伴有恶心、呕吐。作为一种常见的慢性神经血管性疾病，偏头痛多起于青春期和儿童，而在中青年期达到发病的高峰，多见于女性患者，并常伴有遗传背景。近些年来，随着社会竞争的增加和人们生活压力的加大，偏头痛的发病率呈逐渐上升的趋势，目前临床上采用的单纯西医或中医治疗方法并没有收到满意的治疗效果，而临床上已有研究报道显示，采用中西医结合的方法治疗偏头痛疗效显著。近两年来，笔者所在的医院为了探讨偏头痛的中西医结合护理措施，对我院收治的患者采取一系列的护理措施，已取得较好的临床效果。笔者现将 76 例偏头痛患者的中西医结合护理措施总结如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本组选 2017 年 2 月至 2019 年 2 月来我院治疗的偏头痛患者 76 例，男性患者有 34 例，女性患者有 42 例，平均年龄为 43 岁，病程 6 个月 ~ 20 年。上述患者均符合偏头痛的诊断标准，其中普通型偏头痛有 29 例，典型偏头痛有 47 例。根据病症分型，所有患者均采用中药和针灸治疗，同时辅以西药治疗，其中谷维素片 15 mg/ 次，口服，每天 3 次尼莫地平片 10 mg/ 次，口服，每天三次；氟桂利嗪胶囊 15 mg/ 次，口服，每天 3 次。

1.2 护理措施

1.2.1 基础护理

对于偏头痛患者，在进行中西医结合护理时，首先应采用基础护理措施。必须保证病房环境清洁、安静和通风，护理人员要根据患者具体情况，做好患者的生活起居以及饮食情况的安排。嘱咐患者多高蛋白、高维生素、低脂肪的饮食。避免辛辣、过冷等刺激性健物的食用，平时多饮水；指导患者保证睡眠

充足,同时也可以根据患者自身特点,安排一定的户外活动,多沐浴阳光和接触新鲜空气,以保证较好的心情。此外,治疗期间患者必须戒烟酒,以避免造成血管痉挛,同时应避免过度的脑力劳动。

1.2.2 情志护理

中医学对情志变化和疾病发展的关系早已有论述,如中医《素问》中认为“喜伤心、怒伤、恐伤肾、思伤脾、忧伤肺”口其中,情志因素也是引起头痛的重要原因之一,如焦虑、精神过于紧张、失眠等因素都可能会诱发或加重病情,所以在对该病进行护理的过程中,应密切关注患者的情志变化情况,有针对性的进行心理护理与指导。与患者耐心沟通交流,可通过转移注意力的方法帮助其消除病发之因,控制七情的波动,以防止情志变化造成偏头痛的发作甚至加重。此外,患者在偏头痛发作时,还会伴有呕吐、畏光、恶心等症状,严重时还会出现有头痛加重的情况,令患者无法忍受,此时护理人员应尽量保证病房避光、安静,认真做好心理疏导,必要时还要适当给予患者镇静药,以减轻痛苦,帮助其树立战胜疾病的信心。

1.2.3 用药与针灸护理

护理人员需要协助患者坚持服药,并遵照医嘱按时定量服药。嘱咐患者做好头痛发作时间及其诱因的记录工作,以引起患者的重视,找出诱因,尽量避免复发,并提高预防病和抗病能力。在采用针灸治疗过程中,患者需要加强有氧运动,可组织患者进行散步、打太极等有氧活动,以提高抵抗力;护理人员还可以指导患者进行自我放松训练,如多梳头、自己按摩,将两手大拇指放在太阳穴上,其余四指稍弯曲,小指在神庭穴附近,反复多次向后梳理,每天不少于四次,每次20次左右,可明显达到使头部肌肉松弛和调节头部气血的效果。

1.2.4 出院指导

患者出院前,护理人员应嘱咐其和家属尽量避免情绪波动,并且建立好联系方式,以便继续随访与观察。同时,还要嘱咐患者保证规律饮与作息。

2 结果

本组偏头痛患者共有76例,经过护理与指导,其中显效46例,有效22例,

无效 8 例，总有效率为 89.47%。

3 小结

偏头痛作为一种反复性发作的头痛疾病，其发病率比较高，发病机制也非常复杂，目前仍没有统一明确的说法，多认为是由于三叉神经血管系统被激活使颅内血管扩张、诱发血管神经周围的神经源性炎症所致。研究还发现，偏头痛与患者情志因素、环境因素、激素水平、饮因素、睡眠因素以及饮食习惯有着密切的联系。西医治疗方法常侧重于对症下药，起效较快，但复发率高；中医则强调辨证论治，起效慢，但远期效果显著。目前，临床上将两者有机的结合起来，能够达到优势互补、标本兼治的效果。在本次临床研究中，对我院收治的偏头痛患者采取中西医结合护理的措施，主要从基础护理、情志护理、针灸和用药护理、出院指导几个方面进行。不仅从饮食起居方面进行健康指导，还做好患者心理调节，同时也进行自我放松训练及有氧运动，嘱咐患者做好头痛发作记录，积极查找病因，帮助患者提高预防疾病和抗病力。

综上所述，加强偏头痛患者的中西医护理与指导，对提高临床疗效具有重要的意义，故值得在临床上推广和应用。

参考文献

- [1] 张雨生, 侯月影, 王付田, 等. 偏头痛的针刺治疗与护理[J]. 当代医学, 2009(30): 145-146.
- [2] 耿丹, 孙瑞玲, 徐向阳. 穴位埋线治疗偏头痛 40 例中医护理体会[J]. 宁夏医学杂志, 2011, 33(12): 1261-1261.
- [3] 聂鹏, 闫奇, 聂国勇. 中西医结合治疗偏头痛的疗效观察及护理[J]. 四川中医, 2005(5): 46-47.
- [4] 袁昌杰, 陆玉雄. 30 例偏头痛患者的中医药治疗效果分析[J]. 当代医学, 2012(11): 163-164.