

电针加耳压治疗老年性失眠 189 例

韩 婷¹, 赵 飞²

(1. 安徽省芜湖市第二人民医院 241000; 2. 安徽省芜湖市中医医院 241000)

失眠是老年人的常见疾病,长时期的失眠会严重危害身心健康。笔者近 10 a 来用电针加耳穴压丸法治疗老年性失眠,取得了满意的疗效,现报告如下。

1 临床资料

189 例患者中,男性 85 例,女性 104 例;年龄最小 48 岁,最大 89 岁;平均年龄 64.3 岁;病程最短 2 d,最长 5 a。按就诊顺序随机分为 A、B、C 三组,各组 63 例,分别采用单纯电针、单纯耳压和电针加耳压法治疗。其临床表现主要以卧床后想睡而不能自然入睡,或睡眠时间不足,或睡眠不深沉为特征,常伴有疲乏、烦躁、头昏、多梦、健忘等症状。

2 治疗方法

2.1 电针 取穴:神门、内关、三阴交、足三里、心俞、肾俞、太溪。操作:常规消毒,进针得气后,停止进针,然后在针柄上接上电针治疗仪的导线,将输出电流调至 0 度,选好低频脉冲电流的波形和频率

(多选用密波或疏密波),输出电压调至 6V,然后打开电源开关,调节电流,从小到大,以患者能忍受为度。留针 30 min,在留针期间,患者若能耐受,可适当加大 1~2 次电流。1 次/d,以下午治疗为好,连续 10 次为 1 个疗程,而且取穴可适当辨证配穴。

2.2 耳穴压丸 取穴:神门、心、肾、皮质下、内分泌、失眠、枕、额。操作:将王不留行籽粘在 0.6 cm×0.6 cm 的医用胶布上,耳廓常规消毒脱脂,将粘有王不留行籽的胶布块贴在上述耳穴上,嘱患者按压 3~4 次/d,每次每穴按压 15 min,以局部胀、热、痛感为度,且每晚睡觉前 30 min 按压 1 次。双耳同时进行,每 3~4 d 更换 1 次,10 d 为 1 个疗程。

3 疗效标准

本组 189 例患者,经 3 个疗程的治疗,睡眠正常,伴随症状消失,为痊愈;睡眠时间延长,伴随症状改善,为好转;症状无改善,为无效。

4 治疗结果

见表 1,经统计学处理,A 组和 B 组分别与 C 组有效率比较($P <$

收稿日期:2000-12-15 修订日期:2001-01-31

万方数据

0.01),均有显著性差异,表明电针加耳穴压丸法明显优于单纯电针法和单纯耳压法,并提示电针与耳压治疗老年性失眠有协同作用。

表 1 治疗结果

组别	例数	痊愈	好转	无效	有效率(%)
A 组	63	21	31	11	82.5
B 组	63	18	32	13	79.4
C 组	63	29	33	1	98.4

注:A 组与 C 组有效率比较, $\chi^2=7.46, P<0.01$;B 组与 C 组有效率比较, $\chi^2=9.72, P<0.01$

5 讨论

失眠属中医“不寐”范畴,以不易入睡为主证。因老年人素体亏虚,情志多变,故多见于老年人。失眠病因病机复杂,但总和心、脾、肝、肾、阴血不足有关,其病理变化总属阳盛阴衰,阴阳失交。针刺
万方数据

取心经原穴神门,调理心经经气,配以内关,宁心安神;三阴交协调脾肾气机;心俞、肾俞、太溪能补益心肾,使水火相济,交通心肾;足三里能和胃安中。同时在针刺的基础上,加以低频脉冲电流刺激上述腧穴,促进调整人体功能,加强镇静作用。耳穴取神门、皮质下、失眠、心补益气血,养心安神;肾、内分泌补肾益精,安神定志;枕、额升清利窍,镇静安神。电针加耳压,相互协同,共奏养心安神,滋阴补肾,调和阴阳之功效。

现代医学认为:失眠属神经衰弱范畴,是由于大脑皮层中枢功能紊乱,使兴奋和抑制的平衡失调。电针加耳压法刺激上述穴位,能将神经系统的调整作用与内分泌的调整作用结合起来,全面调节人体内环境,共同提高疗效。

另外,失眠在积极治疗和预防的同时,应注意调养和心理咨询。