

刮痧调理儿童脾胃对生长发育影响的应用研究与展望

谢娜

湖北民族大学附属民大医院 湖北 恩施 445500

【摘要】目的：分析在儿童脾胃调理中应用刮痧调理方法对其生长发育的影响效果。方法：本次实验研究工作开展于我院，以2024年1月—2025年1月期间接收的70例儿童为研究对象，均为脾胃不佳者，将其随机分为两组，分别为命名实验组的35例患者和命名为对照组的35例患者，后者落实常规饮食指导调理脾胃，前者增加落实刮痧调理，比较分析两组儿童的生长发育情况。结果：治疗后，实验组儿童的各项临床症状（食欲情况、腹胀感或腹部不适、睡眠质量、面色及精神状态）评分均低于对照组，恢复情况更好，两组数据比较差异较大（ $P<0.05$ ）。同时，治疗后，实验组儿童在体重、身高和BMI等各项生长发育指标方面均高于对照组，并且两组的各项数据比较差异显著（ $P<0.05$ ）。此外，两组儿童的不良情况发生率分别为5.71%和25.71%，其中发生率更低的为实验组，两组数据对比差异显著（ $P<0.05$ ）。结论：在儿童脾胃调理中应用刮痧调理方法，其临床效果显著，有利于促进患儿的生长发育，保证儿童健康，可在未来发展中提高重视程度，并推广宣传与使用。

【关键词】：刮痧调理；儿童；脾胃；生长发育；影响研究

DOI:10.12417/2811-051X.26.09.066

儿童正处于生命成长的重要阶段，身体的健康对儿童以后的身体和心理健康具有重要的影响。中医认为脾胃是“后天之本”，负责气血生化，所以脾胃的强健与否，直接影响儿童能否获得充足的营养物质，进而正常发育^[1]。而现在很多儿童饮食不当，情绪不稳定，作息不规律的现象导致脾胃虚弱、消化不良、饮食减少的现象发生，阻碍正常生长发育。因此如何找到既简单、有效且安全的手段来改善儿童的脾胃功能成为小儿科亟待解决的问题，而刮痧疗法作为中医传统非侵入式的治疗手段有着使用便捷无手术风险和副作用小的优势，近几年来，在中医健康保健思想逐渐深入人心的大环境下，刮痧在儿童健康保健方面被越来越多的人所关注。根据中医理论，通过特定的刮痧技巧刺激人体经络和穴位可以疏通血脉、调理气机、补益脾胃，从而起到全身均衡、增强机体免疫力、促进食欲、调整营养吸收的作用，最终促进儿童健康成长^[2]。为进一步验证此方法的临床应用价值，本研究以我院选取的儿童为对象，将刮痧调理方法进行应用实施，展开具体的效果分析如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

共选入脾虚胃滞患儿70例，按照随机数字列分入实验组与参照组，每组35例。两组患儿性别、年龄等一般资料差异无显著性（ $P>0.05$ ），可对比，其中：实验组男18例、女17例；对照组男19例、女16例。实验组患儿年龄3至8岁，平均（ 5.24 ± 1.45 ）岁。对照组患儿年龄3至8岁，平均（ 5.35 ± 1.53 ）岁，组间资料对比无差异（ $P>0.05$ ），提示组间一般数据资料可对照。

纳入标准：符合中医诊断关于脾胃不和的诊断标准，具体表现为食欲减退、腹胀、大便异常、消瘦；病情较轻，不需要使用药物进行治疗或者家庭有意愿不用药物治疗的孩子；经儿科医生判断能够耐受刮痧治疗的孩子；近一个月未接触其他中医外治法（例如药罐、推拿等）的孩子；父母对本研究知情且

同意参与此项试验研究。

排除标准：患有严重脏器疾病，如心脏病、肝肾疾病，血症等疾病者；正在发高热或急性腹泻等传染病发病期；有出血性疾病或者破皮、皮肤状态不佳，不能耐受拔罐的患者；神经系统畸形、心理行为异常的患者不能配合治疗的患者。

1.2 方法

对对照组儿童采用常规饮食调整结合生活习惯改善方案，具体如下：（1）膳食结构调整，嘱其家长为孩子提供清淡易消化、富有营养的食物，尽量避免高脂肪、寒凉、刺激性食物，荤素搭配合理，鼓励食用新鲜水果、瘦肉、鸡蛋等优质蛋白质；（2）合理进餐习惯，约束小孩按时按量就餐，注意饭量，避免吃撑及用餐时间不规律；（3）饮水习惯，鼓励喝水而非喝冰冷饮品、含糖饮料等；（4）生活习惯改善，适当增加休息、合理安排运动量，尽量避免久坐及熬夜。同时给予对照组儿童家长相关小儿脾胃护理知识普及，提高其认知水平。

实验组儿童在同样采用上述常规饮食与生活习惯调整的基础上，增加使用刮痧调理，具体如下：（1）穴位选择：取主要刮拭部位为背部的脊柱和足太阳膀胱经区域，包括脾俞、胃俞、肾俞、大肠俞、小肠俞；同时也不忘腹部的中脘、天枢、足三里等健胃健脾的部位。（2）刮痧方法：选用婴幼儿专用刮痧板，将婴儿油或刮痧油涂于其刮拭部位；按经络方向用轻柔而平稳的力度刮拭，一次约10~15min，刮至微红即可；一周2~3次，总疗程四周为1个。（3）注意事项：在孩子接受刮痧的过程中，要注意观察孩子的反应，一旦出现明显的痛苦表情，就及时停止刮痧；避免孩子处于饥饿或刚进食后马上进行；并且，在每次结束后要鼓励孩子稍作休息，以免孩子受凉。

1.3 观察指标

两组患儿治疗4周后，分别观察评估患儿的改善情况，通

过询问患儿的症状情况和家长填写病情报告单的形式完成评判。采用评分标准(无=0分, 较轻=1分, 中等=2分, 严重=3分), 观察患儿食欲情况(食量减少、挑食、厌食、消化不良)、腹胀感或腹部不适、睡眠质量(睡不安稳、夜间醒来易惊吓)、面色及精神状态(面色无华、神疲乏力、倦怠乏力)等。

对比两组儿童干预4周后的生长发育情况, 主要指标包括: 体重、身高、BMI。

对比两组儿童的治疗安全性, 主要比较其不良情况发生率(包括: 局部皮肤红肿、皮肤感染、低热、哭闹等)。

1.4 统计方法

对数据进行统计, 将软件 SPSS20.0 进行应用, 主要计算计量资料, 满足正态分布的数据以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 两组比较采用成组设计 t 检验。计数资料的计算, 则需要采用 n (%) 表示, 并采用卡方进行应用。如果结果被表达成 $P < 0.05$, 则认为这一次的研究比较有统计学上的意义。

2 结果

2.1 临床症状改善情况评价

治疗后, 实验组儿童的各项临床症状(食欲情况、腹胀感或腹部不适、睡眠质量、面色及精神状态)评分均低于对照组, 恢复情况更好, 两组数据比较差异较大 ($P < 0.05$), 具体见表 1。

表 1 比较两组儿童治疗后的各项症状评分 ($\bar{x} \pm s$)

组别	食欲情况	腹胀感或腹部不适	睡眠质量	面色及精神状态
实验组 (n=35)	1.02 ± 0.02	0.89 ± 0.04	1.00 ± 0.07	0.78 ± 0.05
对照组 (n=35)	2.14 ± 0.05	1.98 ± 0.09	1.87 ± 0.08	1.88 ± 0.07
t	123.042	65.475	48.419	75.651
P	0.000	0.000	0.000	0.000

2.2 生长发育情况评价

治疗后, 实验组儿童在体重、身高和 BMI 等各项生长发育指标方面均高于对照组, 并且两组的各项数据比较差异显著 ($P < 0.05$), 具体见表 1。

表 2 比较两组儿童治疗后的各项生长发育指标 ($\bar{x} \pm s$)

组别	体重 (kg)	身高 (cm)	BMI (kg/m ²)
实验组 (n=35)	18.57 ± 2.44	111.35 ± 4.85	15.55 ± 1.02
对照组 (n=35)	17.20 ± 2.58	109.14 ± 3.55	14.26 ± 1.10
t	2.282	2.175	5.087
P	0.026	0.033	0.000

2.3 安全性评价

两组儿童的不良情况发生率分别为 5.71% 和 25.71%, 其中发生率更低的为实验组, 两组数据对比差异显著 ($P < 0.05$), 具体评价见表 3。

表 2 比较两组儿童干预期间的不良情况发生率[n(%)]

组别	局部皮肤红肿 (n)	皮肤感染 (n)	低热 (n)	哭闹 (n)	发生率 (%)
实验组 (n=35)	1	0	0	1	5.71
对照组 (n=35)	3	2	1	3	25.71
X ²					5.285
P					0.022

3 讨论

儿童生长发育是快速阶段, 其特征为“脏腑娇嫩, 形气未充”, 且好发的健康问题是脾气虚为主证, 脾胃为主生化之源, 主宰血与津液的输布, 是食物的摄入和身体健康的关键^[3]。现代研究表明, 小儿脾气虚常常伴随厌食、腹泻、腹胀、便溏、面色苍白等证候出现, 长时间会影响食物的吸收能力, 出现生长发育减缓、身高体重增速迟缓甚至影响免疫功能, 易受外感病毒侵袭, 因此改善脾胃, 增强消化能力是小儿健康管理的重要部分^[4]。

刮痧疗法作为一种中医传统“无药副作用”的外治方法, 主要是通过按压特定位点的皮肤实现活血化瘀、疏通经络、调理内脏、祛除病邪的目的^[5]。中医理论“邪之所居, 起于有其形, 而于不可见处治之, 故取之于痛所, 是按痛以求之, 亦腧穴之外, 因病引之。”即采取背部脊柱、下肢大腿及小腿肌肉群和腹部脏器(例如: 中脘、天枢、足三里)刮痧能够提高脾胃功能、调节人体阴阳、促进肠胃功能、调理提高食欲、促进消化吸收。对于体质虚弱、对药比较敏感的小儿来说, 该方法无毒副作用, 容易接受, 成为社区医院及家长比较青睐的首选方法。

本研究结果显示, 干预后, 实验组儿童的食欲情况、睡眠情况等各项症状评分更低, 并且其生长发育指标更好, 儿童的不良情况发生率更低, 两组患儿的各项数据比较差异显著 ($P < 0.05$)。结果表明刮痧疗法对脾胃调理效果显著, 可促进儿童生长发育, 保证儿童安全。具体分析来看, 采用刮痧刺激体表经络穴位从而激发体内正气、调和脾胃, 对脾胃虚弱的儿童来说更显突出作用。背部足太阳膀胱经和督脉及腹部中脘、天枢、足三里等, 运用手法可以调升阳气 and 协调气血, 充分调节脾胃之虚、运化失司所引起的纳食欠佳、腹胀便溏等症, 协助胃肠功能恢复正常运转, 从而提高机体对食物的摄取^[6]。现代从“外周神经反射学说”出发, 刮痧可以经由局部皮区的感

觉器引起,促使附近小血管扩张,增加血液循环,加快代谢废物的排出,并提高其组织局部的含氧水平,由于幼儿皮肤较薄、小动脉丰富,神经系统发育尚不成熟,对外界刺激反应相对敏感,合适的刮拭刺激能够有效地启动植物神经,改善胃肠功能、调节内部体内的激素,促进食物的消化吸收。刮痧期间对神经系统也有一定的影响,从而起到对幼儿精神状况的调节,以及身体健康的改善,均有利于幼儿的生长发育^[7]。此外,婴幼儿的身体机能状态与饮食习惯密不可分,刮痧手法的作用可从心理上影响和调节,此种情绪缓解能使他们的食欲和睡眠好转,营造适宜他们健康的良好环境。但通过食物控管不能精准化调整,所以其对脾胃的作用有限,不能在短时间内产生明显

身体反应。还有,刮痧法无需创伤,不参与药物的直接应用,能减少因用药而产生的潜在风险,对存在药物过敏史和长期服药不耐受的患儿更加安全。而且它操作简便,家庭操作方便,能够增强执行力,使得干预持续、有条理,增加最终效果^[8]。与此同时,刮痧疗法因其操作简单,无需药物,可以进一步加强对家庭保健知识的宣传,更利于父母和患儿之间的互动,提升患儿居家生活的照料质量。

综上所述,刮痧调理脾胃对儿童意义显著,其可改善儿童脾胃不和的临床症状,促进儿童的生长发育,避免对儿童造成不良影响,而且此方法的应用安全性较高,具有较高的临床价值,可在未来发展中进行推广宣传与使用。

参考文献:

- [1] 明爱红,罗芬,丁丽云,等.耳部铜砭刮痧联合耳穴压豆对脾胃虚弱型耳鸣患者的影响[J].护理实践与研究,2024,21(5):662-667.
- [2] 万云,张燕,黄鹤枝,等.温灸刮痧联合中药沐足治疗脾胃虚寒型泄泻的临床应用研究[J].江西医药,2024,59(12):1128-1130.
- [3] 刘婷婷,段玉薇,王楠,等.虎符铜砭刮痧干预肝胃不和型胃脘痛的效果[J].河南医学研究,2024,33(1):153-156.
- [4] 许红丽,王红霞.皮内针联合虎符铜砭刮痧干预肝胃郁热型胃食管反流病患者的效果分析[J].临床医学工程,2023,30(1):127-128.
- [5] 彭程,李旻,王晶晶,等.基于"通因通用"理论温通经络竹刮疗法联合穴位贴敷治疗大肠湿热型溃疡性结肠炎的临床疗效[J].河北中医,2024,46(11):1871-1875,1880.
- [6] 李小潘,王宁莉,陆诗颖,等.温通刮痧联合耳穴压豆在脾胃虚寒型胃痛患者应用观察[J].健康必读,2022(15):185,187.
- [7] 冯璐,卜鑫燕.大承气汤加减保留灌肠联合刮痧治疗肠梗阻患者的效果[J].中国民康医学,2025,37(3):120-123.
- [8] 杨正云,王静,李婵,等.虎符铜砭刮痧协同子午流注时辰护理治疗老年气虚型便秘的疗效观察[J].全科护理,2024,22(24):4596-4599.