

中医呼吸康复护理在重症呼吸系统疾病恢复期的研究进展

刘 畅, 孙春选

江苏省第二中医院 江苏南京

【摘要】重症肺炎、急性呼吸窘迫综合征等均是临床上较为常见的重症呼吸系统疾病,患者在病情恢复期接受治疗时常规西医治疗对恢复患者肺功能和提升生活质量具有一定局限性。在此背景下,为进一步提高患者康复效率,引入中医呼吸康复护理模式,基于“肺主气、司呼吸”理论,通过内服外治、穴位刺激、运动康复、情志护理、中医食疗等手段能有效改善患者肺功能,缓解呼吸困难症状,提高患者生活质量。因此,本文结合中医呼吸康复护理理论,对当前中医呼吸康复护理研究与应用现状进行研究,对中医呼吸康复护理在重症呼吸系统疾病恢复期措施展开详细分析。

【关键词】中医呼吸康复; 康复护理; 恢复期护理; 重症呼吸系统疾病; 辨证施护

【收稿日期】2026年8月3日

【出刊日期】2026年9月4日

【DOI】10.12208/j.jnmn.20260496

Research progress of traditional Chinese medicine respiratory rehabilitation nursing in the recovery period of severe respiratory system diseases

Chang Liu, Chunxuan Sun

Jiangsu Second Traditional Chinese Medicine Hospital, Nanjing, Jiangsu

【Abstract】 Severe pneumonia and acute respiratory distress syndrome are common severe respiratory system diseases in clinical practice. Conventional Western medicine treatment during the recovery period has certain limitations in restoring lung function and improving quality of life for patients. In this context, in order to further improve the rehabilitation efficiency of patients, the traditional Chinese medicine respiratory rehabilitation nursing model is introduced. Based on the theory of “lung regulating qi and regulating respiration”, effective measures such as internal and external treatment, acupoint stimulation, exercise rehabilitation, emotional care, and traditional Chinese medicine dietary therapy can improve patients’ lung function, alleviate respiratory difficulties, and improve their quality of life. Therefore, this article combines the theory of traditional Chinese medicine respiratory rehabilitation nursing to study the current research and application status of traditional Chinese medicine respiratory rehabilitation nursing, and conducts a detailed analysis of the measures of traditional Chinese medicine respiratory rehabilitation nursing in the recovery period of severe respiratory system diseases.

【Keywords】 Traditional Chinese medicine respiratory rehabilitation; Health and nursing care; Recovery period care; Severe respiratory system diseases; Syndrome differentiation nursing

1 引言

临床上重症呼吸系统疾病恢复期患者常表现为肺功能下降、呼吸困难、活动力低下等。为进一步促进重症呼吸系统疾病恢复期患者病情康复,在现代医学治疗与护理中通过加强患者呼吸肌训练、通氧治疗、开展气道廓清护理以及加强营养等,提高患者康复效率。在临床护理中,该护理手段虽然起到一定效果,但是由于患者恢复周期较长,个人身体素质差异以及情绪不稳等原因,导致患者康复效果受到限制。为更好促进

患者康复,中医康复护理被越来越多呼吸科引入重症呼吸系统疾病恢复期护理管理中,并逐渐形成辨证施护护理体系。研究表明,针对重症呼吸系统疾病恢复期患者,开展中医康复护理,能有效缩短病程,降低肺纤维化进程,提高患者生活质量和肺功能。但是,当前在开展中医呼吸康复护理工作时,护理标准不统一、护理方案不完善,缺乏高质量参考价值,亟需针对中医呼吸康复护理在重症呼吸系统疾病恢复期的措施展开深入研究^[1]。

2 中医呼吸康复护理理论

卓建洁^[2]提出中医呼吸康复护理理论源自《黄帝内经》等古代医学经典,在古中医典籍中提出呼吸系统疾病常与人体脏腑、经络、气血运行有密切关系。中医强调肺具有主气功能,是人体呼吸的重要器官,在中医呼吸病学中强调“奇恒之气”,认为人体正气和恒常之气对人体呼吸系统影响较大。其中,中医呼吸康复护理理论核心观点主要包括:第一,肺与气机具有密切关系。石梦娟^[3]指出在中医学中,肺主气是核心理论之一,主要指肺脏主导人体呼吸之气与全身之气的生理功能,最早记载于《素问·五脏生成篇》“诸气者,皆属于肺”。基于辨证施护理论,重症呼吸系统疾病患者主要表现为肺气亏虚,宣降失司,气机壅滞,在临床上常见胸闷气短、咳喘无力等症状,对此类型患者应重点以补肺气、调理气机为主。第二,肺与脾肾功能具有紧密联系。肺主呼吸而生成宗气,肾主纳气维持呼吸深度。中医理论中,肺司呼吸,直接参与气体交换,吸入自然界清气,形成宗气并调节全身气机,故称“气之主”。肖博^[4]研究表明重症呼吸系统疾病患者,肺脾肾皆表现出失衡状态,进一步阻滞气机。此类患者应以“补肾纳气”为主,通过健脾益气、温肾纳气等方式提高身体素质。第三,肺功能与情志状态密切关联。《灵枢·本神》认为“肺藏气,气舍魄。”当肺气虚弱时,患者常表现出情志不佳状态,容易出现抑郁、焦虑等症状,导致在治疗与护理中出现消极情况,不利于疾病康复。在中医康复护理中通过情志护理能有效改善患者病情。

3 中医呼吸康复护理在重症呼吸系统疾病恢复期主要措施

李鹏程^[5]提出近年来,随着我国中医不断发展,在重症呼吸系统疾病治疗与护理期间,中医呼吸康复护理被越来越多科室应用到相关疾病护理工作中。针对中医呼吸康复护理研究呈现出积极态势,研究类型具有多样,主要以临床研究、对照试验、文献综述等为主。主要针对重症呼吸系统疾病早期、进展期、恢复期患者为研究对象,常见病症包括慢性阻塞性肺疾病、支气管哮喘、肺纤维化等。关于中医呼吸康复护理推广场景主要包括三甲医院中医科、康复科、社区医院以及家庭康复护理等。目前,关于中医呼吸康复护理在重症呼吸系统疾病恢复期主要成果包括中药调理、穴位刺激、情志护理等。其中,中医呼吸康复护理在重症呼吸系统疾病恢复期主要措施包括:

3.1 内服外治

风蕾^[6]针对重症呼吸系统疾病恢复期患者,在开展

中医呼吸康复护理时,需遵循“辨证施护”原则,根据患者患病特征给予针对性内服外治护理。其中,内服以中药用药为主,重点对患者进行补肺益气、化痰通络。针对气虚型患者,可采用补肺汤,配合玉屏风散加减用药,实现益气固表、防感防复目的。对于阴虚型重症呼吸系统疾病恢复期患者可采用沙参麦冬汤和百合固金汤,起到滋阴润肺、清热解毒效果。对于痰湿型重症呼吸系统疾病恢复期患者,可采用二陈汤合三子养亲汤,通过理气化痰的方式,实现降逆止咳护理目标。针对血瘀型患者,可采用血府逐瘀汤加减,实现通经活血作用,使患者肺循环功能得到改善。在外治方面主要以雾化治疗为主,给予患者中药雾化吸入治疗,对其开展中药熏洗以及中药外敷背部等方式,实现宣肺化痰、调节全身气血等效果。

3.2 穴位刺激疗法

崔智萍^[7]在中医呼吸康复护理中,穴位刺激疗法是最常见的护理手段之一。针对重症呼吸系统疾病恢复期患者,在开展穴位刺激疗法时主要应用的穴位包括肺俞、天突、肾俞、足三里、膻中、定喘、大椎、太渊等。穴位刺激法主要包括艾灸、穴位按压、耳穴贴压、电疗刺激等。在施以艾灸时,一般采用温和灸或者隔姜灸方法,每个穴位艾灸时间不超过10分钟,每天一次,温度不宜过高。穴位贴敷主要采用的药材包括白芥子、细辛等,将药材按照一定比例研磨成粉并调制成药膏状态,将其贴在患者肺俞、定喘等关键穴位,在贴服过程要注意患者皮肤过敏情况。穴位按压也叫做穴位按摩,由专业的护理人员对患者关键穴位进行持续按压、弹拨等操作。耳穴贴压法针对患者气管、神门、内分泌等穴位进行按压揉搓,力道由浅入深,治疗循序渐进,使患者穴位得到有效刺激。

3.3 中医运动康复和情志护理

在中医呼吸康复护理中,中医运动康复护理和情志护理具有重要作用。其中,中医运动康复护理包括呼吸操、八段锦、太极拳、静坐调息等。呼吸操通过“嘘、呵、呼、咽、吹、嘻”六字不同发音配合呼、吸动作,进一步调理患者脏腑功能,起到调节气机升降作用;八段锦是中国传统健身气功,整套动作共分八式,“双手托天”能调理气机,促进气血运行,“左右开弓”能扩胸展臂,增强心肺功能;太极拳通过指导患者进行相应的动作练习并配合深长呼吸,能有效改善心肺耐力;静坐调息指导患者放松体态,运用腹式呼吸法,有利于训练患者呼吸肌耐力,改善肺功能。情志护理对于重症恢复期患者具有重要调节作用,护理人员通过主动与患

者交流,了解患者感受,采用五音疗法,有助于患者肺气宣发,安神定志,缓解患者焦虑情绪,提高患者护理配合度。

3.4 中医食补

万宇频^[8]在中医食补中应严格按照“低盐、低脂、低糖、高纤维”饮食标准实施。护理人员根据患者病情,遵循“辨证施护”原则,对患者进行针对性中医食补护理。对于需要补气患者,可食用黄芪炖鸡,起到补肺固表作用,对于气虚反复者具有良好药用效果。对于痰湿偏盛、食欲不振患者可采用山药薏米粥,起到健脾益肺作用。对于需要滋阴养阴患者,通过食用银耳百合羹,可以起到滋阴润肺效果,食用沙参玉竹老鸭汤能进一步改善阴虚燥热症状。对于需要化痰患者,日常生活中通过饮用陈皮生姜茶,能起到理气化痰效果,多饮用白萝卜蜂蜜水可以缓解积食和痰热咳嗽症状。值得注意的是在中医食补中,需严禁食用肥肉、动物内脏等高热量食物,避免痰液增加。

4 未来研究方向

当前,中医呼吸康复护理在重症呼吸系统疾病恢复期主要研究包括内服外治、穴位刺激、运动康复、情志护理、中医食疗等,其护理措施较为成熟,但是由于中医呼吸康复护理缺乏统一的标准和规范性操作,导致在实践中效果存在一定差异。未来,在研究中需继续加强相关护理研究,同时积极推动中西医结合护理研究、引入数字化康复管理方案以及规范中医呼吸康复护理技术等。第一,推动中西医结合。当前,中医呼吸康复护理研究以中医独立应用为主,未将中医与西医康复护理系统整合,在未来研究中应积极构建中西医康复护理路径,将中医辨证和西医分期治疗等相结合,形成分阶段、标准化护理干预流程。第二,引入数字化康复管理方案。为进一步提高中医呼吸康复护理推广与应用,可借助穿戴式设备、远程监测平台以及人工智能功能评估技术等,将中医呼吸康复护理融入现代化医疗体系中,便于医护人员调整中医康复护理手段,向远程医疗转型。第三,规范中医呼吸康复护理技术。现有的中医呼吸康复护理技术操作不统一,导致疗效具有差异性,未来通过制定专门的中医呼吸康复护理技术指导规范,明确药物护理、穴位定位、穴位刺激强度等标准,制定统一的肺功能、运动耐力、中医证候积分等评估标准,推动中医呼吸康复护理技术规范化发展。

5 总结

综上所述,中医呼吸康复护理以“辨证施护”为整体思想,对呼吸康复护理在重症呼吸系统疾病恢复期患者开展内服外治、穴位疗法、中医运动康复、情志护理、中医食疗等多种护理手段,使患者肺功能得到有效改善,同时降低传统西医治疗对患者身体造成的刺激,降低药物副作用,提高患者生活品质。虽然当前中医呼吸康复护理标准不统一,在技术操作等方面存在差异性,但是在今后研究与治疗中,将其与西医护理联合,引入智能化护理手段,进一步规范中医呼吸康复护理技术,能有效提高规范中医呼吸康复护理效率,为重症呼吸康复治疗提供重要护理手段。

参考文献

- [1] 张玉洁,吕换换.模块化护理干预联合中医护理对重症监护室重症肺炎患者呼吸机撤机成功率、睡眠质量和心理状态的影响[J].新疆中医药,2025,43(6):102-105.
- [2] 卓建洁.中医药助力重症医学科“服务提质”进程中的作用与价值分析[J].中医药管理杂志,2025,33(16):163-165.
- [3] 石梦娟.呼吸与危重症管理中的中医服务创新驱动路径与效果分析[J].中医药管理杂志,2025,33(10):121-123.
- [4] 肖博,徐佳立,寿叶露,等.中医特色管理三级查房在呼吸与危重症医学科管理中的应用[J].中医药管理杂志,2025,33(7):258-260.
- [5] 李鹏程.中医辨证施治对重症肺炎合并急性呼吸窘迫综合征的效果[J].中华养生保健,2023,41(8):25-28.
- [6] 凤蕾.中医护理干预对呼吸重症患者呼吸机相关性肺炎的作用研究[C]//上海市护理学会.第五届上海国际护理大会论文摘要汇编(上).[出版者不详],2022:306-307.
- [7] 崔智萍.中医护理方案在呼吸与危重症医学科实施的难点与管理对策[J].中医药管理杂志,2022,30(16):86-88.
- [8] 万宇频,陈雅春,徐小华.中医护理干预对呼吸重症患者呼吸机相关性肺炎的作用研究[J].微量元素与健康研究,2021,38(3):38-39+43.

版权声明: ©2026 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

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



OPEN ACCESS