五行音乐联合中医清肠操在结肠镜检查患者肠道准备中的临床研究

康立双

香河县中西医结合医院　河北廊坊

【摘要】目的 结肠镜检查是诊断和治疗结肠疾病的重要手段，而肠道准备的质量直接影响检查结果的准确性，因此，本文探讨“角-徵-宫-商-羽”五行音乐序贯疗法联合中医清肠操对结肠镜检查患者肠道清洁度、耐受性及身心应激的影响。**方法** 对在我院进行结肠镜检查的患者分别采取常规肠道准备和五行音乐+中医清肠操，对比两组患者肠道准备的效果。**结果** 观察组患者肠道清洁度、满意度评分以及检查成功率均显著高于对照组，而结肠镜检查操作时间、不良反应发生率均明显低于对照组，两组比较差异有统计学意义（P＜0.05）。**结论** 五行音乐联合中医清肠操可显著提升肠道准备质量，降低不良反应，改善患者体验，值得临床推广。

【关键词】五行音乐；中医清肠操；结肠镜；肠道准备效果

【收稿日期】2026 年 10 月 6 日　　**【出刊日期】**2026 年 11 月 8 日　　**【DOI】**10.12208/j.jacn.20260616

Clinical study of the five elements music combined with traditional Chinese medicine intestinal cleansing exercise in the preparation of colonoscopy patients

Lishuang Kang

Xianghe County Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Hospital, Langfang, Hebei

【Abstract】Objective Colonoscopy is a crucial diagnostic and therapeutic method for colon diseases. The quality of bowel preparation directly impacts examination accuracy. This study investigates the effects of “Jiao-Zheng-Gong-Shang-Yu” Five-Element Music Sequential Therapy combined with Traditional Chinese Medicine (TCM) Bowel Cleansing Exercises on bowel cleanliness, patient tolerance, and psychological stress during colonoscopy. **Methods** Patients undergoing colonoscopy at our hospital were randomly assigned to receive either conventional bowel preparation or Five-Element Music combined with TCM Bowel Cleansing Exercises, with outcomes compared between groups. **Results** The observation group demonstrated significantly higher bowel cleanliness scores, satisfaction ratings, and examination success rates compared to the control group. Additionally, the colonoscopy operation time and adverse reaction rates were markedly lower in the observation group (P<0.05). **Conclusion** The integration of Five-Element Music with Zi-Wu Liu-Zhu Bowel Cleansing Exercises significantly enhances bowel preparation quality, reduces adverse reactions, and improves patient experience, making it clinically worthy of promotion.

【Keywords】 Five elements music; Traditional Chinese medicine intestinal exercise; Colonoscopy; Effect of intestinal preparation

在社会经济水平提升以及饮食结构转变的背景下，我国大肠相关疾病的患病率呈显著上升趋势，其中结直肠癌与炎症性肠病尤为突出。根据《2022 年中国癌症发病和死亡报告》[1]的数据，结直肠癌在恶性肿瘤中的发病率及死亡率均位列前五，反映出该疾病已成为严重影响公众健康的重大公共卫生问题。结肠镜是结直肠病变筛查与治疗的“金标准”，结肠镜检查能够直接观察肠道黏膜的形态变化，发现微小的病变，如息肉、炎症或癌变组织[2]，然而，传统的肠道准备方法常存在患者耐受性差、不良反应多等问题，影响了肠道准备的效果和患者的就医体验。据有关资料显示[3]，由于检查遗漏或者未充分进行肠道准备的漏检率超过 27%。因此要确保检查的准确率，就必须在检查之前做好充分的肠道准备，并采取相应的护理措施，让患者更好地配合检查[4]。五行音乐作为中医传统音乐疗法，以其独特的节奏和旋律，能够调和情志、舒缓身心，而中医清肠操则通过特定的动作刺激穴位和经络，促进肠道蠕动，提高肠道清洁度，两者

联合应用于肠道准备中，有望发挥协同作用，改善肠道准备效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

随机选取 2024 年 11 月-2025 年 11 月之间在我院消化内科进行结肠镜检查的 102 例患者，采用焦虑自评量表（SAS）9.4 产生随机数字将患者以 1：1 比例分至对照组（n=51，男性/女性患者为 23：28，采取常规肠道准备）和观察组（n=51，男性/女性患者为 26：25，实施五行音乐+中医清肠操），患者平均年龄为（52.48±2.94）岁，两组患者数据信息通过系统检测后结果呈自然均衡性特点，具有对比分析意义（P＞0.05）。

纳入标准：经临床检查怀疑患有结直肠病变需行结肠镜检查，均首次进行结肠镜检查并签署知情同意书。

排除标准：妊娠期、哺乳期等特殊生理时期，有严重的心、肺、肝、肾等重要器官疾病，存在认知和沟通障碍以及精神疾病或癫痫史者，肠道手术史及肠道梗阻、严重痔疮出血等影响肠道准备的疾病，对聚乙二醇电解质散过敏者。

1.2 方法

1.2.1 对照组：

采用聚乙二醇电解质散（PEG-ELS）进行肠道准备，具体方法为：检查前 1 d 低渣饮食，20：00 后禁食[5]，给予 3 L PEG，分次口服（20：00 1 L+检查当日 04：00 2 L），检查当天早餐禁食，检查前 3-4 小时再服用 PEG-ELS 2-3 L[6]，期间鼓励患者多饮水，直至排出清水样便。检查当日（06：30）评估末次排便性状，若 Bristol＜7 型立即启动补救方案（追加 PEG 1 L+甘油灌肠）。

1.2.2 观察组：

（1）五行音乐：依据《中医体质分类与判定》量表，分为木火土金水五型，采用“QQ 音乐-疗愈歌单”离线模式，循环序贯播放角调《姑苏行》（木型）、徵调《紫竹调》（火型）、宫调《月儿高》（土型）、商调《阳关三叠》（金型）、羽调《流水》（水型）[7]，自首次服 PEG 前 30 min 起播放，总时长 180 min，音量 45-55 dB，检查日晨再播放 90 min。耳机每 30 min 取下擦拭耳周，防压疮，评估耳鸣、眩晕，＞2 级则降音或暂停，若排便≥8 次则停止。

（2）中医清肠操：采取“服用药物-清肠操-休息-服用药物”的间歇运动形式，运动前地面铺防滑瑜伽垫，测血压、血糖，护士/家属陪练，运动期间若出现面色苍白、大汗、眩晕，立即停止并测生命体征。

①腹部按摩：首先患者原地踏步四个八拍，然后取仰卧位，双腿屈曲，放松腹部采取“摩运丹田”（健脾土），操作者用手掌以神阙穴为中心，顺时针、逆时针方向按摩腹部（各按揉 32 圈）。同时采取腹式呼吸指腹部随着吸气逐渐突起，然后再随着呼气逐渐凹陷的呼吸法[8]，并进行“振腹通腑”（调气机），双手掌根快速振动升结肠、横结肠、降结肠投影区，每区 30s，以促进肠道蠕动，加速粪便排出。

②腰部扭转：采取“摇头摆尾去心火”式[9]，患者站立，双脚与肩同宽，双手叉腰，以腰为轴，身体向左、向右做扭转动作，幅度尽量大，每次扭转 10-15 次，同时应用“调息开合”（和肝木），吸气双臂上举，呼气俯身触地，拉伸大肠经，8 次，以刺激腰部穴位和经络，调节脾胃功能，促进肠道气血运行。

③下蹲起立：患者双脚与肩同宽，双手自然下垂或叉腰，然后缓慢下蹲，至大腿与地面平行，随后缓慢起立，重复 10-15 次，以增强腹部肌肉力量，促进肠道蠕动。

④提肛运动：患者可取仰卧位、站立位或坐位，放松全身，实施“提肛收元”（固肾水）。缓缓吸气，同时收缩肛门，尽量上提肛门肌肉，然后缓慢呼气，放松肛门肌肉，均保持 8s，重复 10-15 次，以增强肛门括约肌功能，促进直肠蠕动，预防便秘。

1.3 观察指标

观察两组患者肠道清洁度、不良反应发生率以及患者满意度和结肠镜检查操作相关指标。

1.4 统计学分析

应用 SPSS26.0 软件进行数据处理，用 t 检验（$\bar{x}\pm s$），用 χ^2 检验[n（%）]，当 P＜0.05 时，表示差异存在统计学意义。

2 结果

2.1 观察组肠道清洁合格率为 96.08%，不良反应发生率为 5.88%；对照组依次为 76.47%和 19.61%，两组比较差异有统计学意义（P＜0.05），详见表 1。

2.2 观察组患者对肠道准备的满意度评分为（90.52±5.43）分，高于对照组的（72.84±6.51）分；观察组结肠镜检查操作时间为（12.53±2.34）分钟，短于对照组的（15.76±3.14）分钟；检查成功率为 96.08%（49/51），高于对照组的 84.31%（43/51），两组比较差异有统计学意义（P＜0.05）。

3 讨论

结肠镜是结直肠癌筛查的金标准，但 20%～30%

患者因肠道准备失败需二次检查。传统口服泻剂方案常伴恶心、腹胀、焦虑、失眠等不适，降低依从性，导致诊断结果不准确，需患者再次进行肠道准备，对患者的身心造成一定的影响。

表 1 两组患者肠道清洁度和患者不良反应发生率对比[n（%）]

组别	例数	I级清洁度	II级清洁度	III级清洁度	IV级清洁度	清洁合格率
对照组	51	20（39.22%）	19（37.25%）	10（19.61%）	2（3.92%）	39（76.47%）
观察组	51	32（62.75%）	17（33.33%）	2（3.92%）	0（0.00%）	49（96.08%）
χ^2	-	-	-	-	-	8.28
P 值	-	-	-	-	-	＜0.05
组别	例数	头晕乏力	恶心呕吐	肛周不适	腹胀腹痛	发生率
对照组	51	3（5.88%）	3（5.88%）	2（3.92%）	2（3.92%）	10（19.61%）
观察组	51	1（1.96%）	1（1.96%）	1（1.96%）	0（0.00%）	3（5.88%）
χ^2	-	-	-	-	-	4.32
P 值	-	-	-	-	-	＜0.05

五行音乐疗法以中医五行理论为基础，本研究以“木-火-土-金-水”相生序贯，对应“角-徵-宫-商-羽”五调式，借助特定频率音频刺激耳迷走神经，调节人体脏腑功能来改善身心状态，加速胃结肠反射；中医清肠操则结合传统养生理念，以“摩腹-振腹-调息-提肛”四式动作刺激穴位和经络，促进肠道蠕动，提高肠道清洁度，为结肠镜检查提供了良好的视野。

此次研究结果表明，采取五行音乐+中医清肠操的观察组患者肠道清洁度、满意度评分以及检查成功率均显著高于对照组，而结肠镜检查操作时间、不良反应发生率均明显低于对照组，两组比较差异有统计学意义（P＜0.05）。

综上所述，在结肠镜检查患者肠道准备中采用五行音乐+中医清肠操能够有效提高肠道清洁度，降低不良反应发生率，提升患者满意度，有利于结肠镜检查操作的顺利完成，具有较高的临床应用价值和推广前景。

参考文献

[1] 陈茹,魏文强.《2022 年中国癌症发病和死亡报告》解读[J].中国实用外科杂志,2025,45(2):174-180.

[2] 杨凌云,陈岚岚,张莹.规范化护理操作流程对结肠镜检查患者肠道准备清洁度的影响效果观察[J].基层医学论坛,2023,27(30):127-129+132.

[3] 陈少琴,赵燕琴,李晓萍.以聚焦解决理论为基础的心理护理对结肠镜检查患者心理状态及检查结局的影响[J].黑龙江医学,2023,47(1):105-108.

[4] 宋铱航,赵胜兵,贺子轩,等.结肠镜检查规范化培训对结肠镜检查质量控制水平的影响[J].结直肠肛门外科,2021,27(6):551-555.

[5] 宋仁,陈奇,刘锫,等.乳果糖联合复方聚乙二醇电解质散在超重肥胖结肠镜肠道准备中的应用效果[J].临床消化病杂志,2023,35(6):474-477.

[6] 李巧玉,黄剑,何平,等.复方聚乙二醇电解质散末次服药时间对结肠镜检查质量的影响[J].中国内镜杂志,2022,28(4):62-68.

[7] 欧雪群,罗力静,杨锐,等.穴位按摩在电子结肠镜检查前肠道准备中干预效果的研究[J].河北中医,2024,46(1):95-98.

[8] 万通训,梁旭阳,颜晶,等.清肠操联合乳果糖在肠道准备中的应用效果研究[J].现代消化及介入诊疗,2021,26(1):100-104.

[9] 孟莹莹,罗健,梁蒙蒙,等.清肠操在住院患者结肠镜检查前肠道准备中的应用研究[J].解放军护理杂志,2022,39(4):30-33.

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