核桃灸联合推拿按摩防治儿童近视的效果

任晶璟，肖玉霞，丁海霞，牛旭梅，曾俊淑*

甘肃中医药大学附属医院　甘肃兰州

【摘要】**目的** 观察分析核桃灸联合推拿按摩防治儿童近视的应用效果和应用价值。**方法** 选择院内就诊的 60 例儿童近视患者（样本纳入例数：60 例；样本纳入时间：2021 年 4 月至 2023 年 4 月），以随机数字为基础分组方式，分为对照、实验两个小组，观察例数高度一致。分别实施常规治疗，核桃灸联合推拿按摩。收集分析治疗效果。**结果** 与对照组（常规治疗）相比，实验组（核桃灸联合推拿按摩）裸眼远视力更高，屈光度更低，生活质量评分（角色功能/情绪功能/认知功能/社会功能/躯体功能/总体健康）更高，近视程度更轻，负性情绪评分（焦虑/抑郁）更低，差异具有统计学意义（$P<0.05$）。**结论** 核桃灸联合推拿按摩可以有效促进儿童近视防治效果，有较高应用价值。

【关键词】儿童近视；核桃灸；推拿按摩；防治效果

【基金项目】甘肃中医药大学附属医院：核桃灸联合推拿按摩防治儿童近视的效果分析（gzfy-2020-30）

【收稿日期】2025 年 3 月 22 日　　【出刊日期】2025 年 4 月 27 日　　【DOI】10.12208/j.ijnr.20250205

The effect of walnut moxibustion combined with massage on preventing and treating myopia in children

*Jingjing Ren, Yuxia Xiao, Haixia Ding, Xumei Niu, Junshu Zeng**

Affiliated Hospital of Gansu University of Chinese Medicine, Lanzhou, Gansu

【**Abstract**】**Objective** To observe and analyze the application effect and value of walnut moxibustion combined with massage to prevent and treat myopia in children. **Methods** 60 cases of children with myopia were selected from the hospital (sample included: 60 cases; Sample inclusion time: April 2021 to April 2023) was divided into control and experimental groups based on random numbers, and the number of observed cases was highly consistent. Conventional treatment, walnut moxibustion combined with massage were carried out respectively. The therapeutic effect was collected and analyzed. **Results** Compared with the control group (conventional treatment), the experimental group (walnut moxibustion combined with massage massage) had higher naked eye distant vision, lower diopter, higher quality of life score (role function/emotional function/cognitive function/social function/physical function/general health), less myopia, and lower negative emotion score (anxiety/depression). The difference was statistically significant (P<0.05). **Conclusion** Moxibustion with walnut combined with massage can effectively promote the prevention and treatment of myopia in children, and has high application value.

【**Keywords**】Children myopia; Moxibustion with walnut; Massage massage; Control effect

儿童近视与屈光不正有关，根据近视异常结构改变情况可分为轴性近视和屈率性近视。引发因素较为复杂多变，与遗传、环境、用眼习惯等有关。儿童近视主要表现为视物模糊，常伴有散光、疲劳、斜视等症状，随着病情进一步加重出现高度近视，严重甚至可导致视网膜脱落等不良情况，严重影响患儿生长发育和身心健康。患儿机体发育尚未完全，儿童近视病情进展较快，对防治质量有着更高的要求[1]。随着中医技术不断发展，在临床诊疗中发挥着较好的疗效。核桃灸属于中医传统治疗方法之一，有助于促进眼部血压循环，从而改善眼部疲劳等症状，预防近视促进恢复。推拿按摩可对眼部周围穴位进行刺激，从而改善视力情况，缓解疲劳，具有良好的应用效果[2]。本研究针对核桃灸联合推拿按摩防治儿童近视的应用效果进行探讨。

1 对象与方法

1.1 对象

*通讯作者：曾俊淑

选择院内就诊的 60 例儿童近视患者（样本纳入例数：60 例；样本纳入时间：2021 年 4 月至 2023 年 4 月），以随机数字为基础分组方式，分为对照、实验两个小组，观察例数高度一致。其中对照组（n=30 例）：性别：男性、女性分别 18 例、12 例；年龄均值（10.23±2.10）岁；实验组（n=30 例）：性别：男性、女性分别 16 例、14 例；年龄均值（10.15±2.05）岁。均遵循自愿原则加入，了解并愿意参与本次研究。对照、实验两组基线资料各项指标比较差异无统计学意义（P>0.05）。

1.2 方法

对照组（常规治疗）：定期检查，指导患儿正确的用药方法，养成良好的用眼习惯，使用近视治疗仪，每周 3 次，每次 20 分钟。治疗两个月。

实验组（核桃灸联合推拿按摩），具体实施方法如下：

完善相关视力检查，对患儿的视力情况、眼部疾病等情况进行全面评估。在安静、温馨的环境下实施治疗，以缓解患儿紧张情绪，避免应激反应。严格执行无菌操作，做好消毒杀菌工作，准备好所需使用的核桃、艾条等物品。通过热敷加热核桃至合适的温度，避免过热损伤患儿皮肤。引导患儿采取仰卧位，将加热后的核桃置于眼部灸疗 15 分钟，每周 3 次。同时可使用艾条灸疗患儿背部、肩膀等区域，从而进一步促进局部血液循环，促进疗效。过程中需要关注患儿的表情、神态、动作等，观察不良反应发生情况，出现异常及时反馈处理，根据患儿的耐受程度适当对温度、时长进行调整，避免增加患儿不适感，影响依从性和配合度，增加哭闹等不良事件发生风险。治疗两个月。

引导患儿采取仰卧位实施推拿按摩治疗，每周 3 次。选择太阳穴、睛明穴、风池穴等穴位，注意控制力度，尽量保持轻柔的手法以适应患儿尚未完全生长发育的机体部位，避免损伤。通过双手掌心对患儿眼睛周围的区域进行轻柔揉捏，选择睛明穴、太阳穴、风池穴等眼部周围相关穴位进行按压，注意控制力度和速度。在按压的同时可对头部进行轻柔旋转按摩，注意避免过度施压损伤患儿皮肤引发不适感。治疗两个月。

在治疗期间需要引发患儿养成良好的用眼习惯，注意控制近距离用眼时与观察的物体之间的距离，避免过近。提醒避免长时间持续用眼，一段时间之后需要停下来休息，避免眼睛过度疲劳。指导正确的眼保健操实施方法，引导每日实施。对患儿营养状况进行综合评估，结合个人偏好制定针对性的饮食方案，保障营养充足均衡，增加对富含维生素 a 和维生素 c 食物的摄入。提醒家属尽量多带患儿进行户外活动，活动过程中避免强光照射。定期进行视力检查，做好日常监督指导。以更加通俗易懂的语言讲解近视的引发因素、预防方法等相关内容，提升家属对相关专业知识的了解程度和重视程度，增加对患儿眼部卫生情况的关注，尽量减少对电子产品的使用。

1.3 观察指标

记录视力改善情况、近视情况；通过简易生活质量评分表(the MOS item short from health survey,SF-36)、焦虑评分量表（Self-Rating Anxiety Scale, SAS）、抑郁评分量表（Self-rating depression scale, SDS）对两组患者的生活质量评分情况、负性情绪情况进行数据搜集和分析。

1.4 统计学方法

将数据导入 SPSS 21.0 对资料进行分析处理，符合正态分布的计量资料采用（$\bar{x}\pm s$）来表示，采用 t 检验，计数资料采用[n（%）]表示，采用 χ^2 检验，P＜0.05 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者治疗前后的视力改善情况对比

实验组与对照组患者治疗前的裸眼远视力（0.52±0.12、0.53±0.11）、屈光度（3.23±0.34、3.26±0.36）D；患者结果对比（$t_{裸眼远视力}$=0.332，P_1=0.740；$t_{屈光度}$=0.389，P_2=0.698）。两组治疗前无显著差异（P＞0.05）；实验组治疗后的裸眼远视力更高，屈光度更低，差异具有统计学意义（P＜0.05）。

2.2 两组患者治疗前后的生活质量评分对比

实验组治疗后的生活质量评分更高，差异具有统计学意义（P＜0.05）。

2.3 两组患者治疗后的近视情况对比

实验组治疗后的近视程度更轻，差异具有统计学意义（P＜0.05）。

2.4 两组患者治疗前后的负性情绪情况对比

两组治疗前无显著差异（P＞0.05）；实验组治疗后的负性情绪评分更低，差异具有统计学意义（P＜0.05）。

3 讨论

随着人们生活发生的改变、信息技术不断进步，以及儿童每日用眼不良习惯的养成的背景下，儿童近视发病人数逐年增加，发病率呈上升趋势，根据近视严重程度的不同对患儿的身心健康和日常生活学习造成一定不良影响[3]。

表 1　两组患者治疗后的视力情况对比（$\bar{x} \pm s$）

组别	例数	裸眼远视力	屈光度（D）
实验组	30	0.88±0.10	2.52±0.28
对照组	30	0.73±0.08	2.83±0.30
t	-	6.278	4.222
P	-	0.000	0.000

表 2　两组患者治疗后的生活质量情况对比（$\bar{x} \pm s$）

组别	例数	角色功能	情绪功能	认知功能	社会功能	躯体功能	总体健康
实验组	30	88.59±4.12	88.69±4.35	88.57±4.16	88.42±4.37	89.25±4.15	88.33±4.27
对照组	30	83.26±4.24	83.14±4.33	83.47±4.61	83.22±4.57	83.46±4.75	83.59±4.11
t	-	4.926	4.952	4.493	4.500	5.020	4.374
P	-	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

表 3　两组患者治疗后的近视情况对比[%,(n)]

组别	例数	轻度	中度	重度
实验组	30	73.33（22/30）	16.67（5/30）	10.00（3/30）
对照组	30	46.67（14/30）	33.33（10/30）	20.00（6/30）
χ^2	-	14.807	7.402	3.922
P	-	0.000	0.007	0.048

表 4　两组患者治疗前后的负性情绪情况评分对比（$\bar{x} \pm s$）

组别	例数	治疗前焦虑	治疗前抑郁	治疗后焦虑	治疗后抑郁
实验组	30	46.41±3.26	46.55±3.37	33.26±3.28	33.46±3.14
对照组	30	46.51±3.15	46.74±3.24	37.45±3.15	37.46±3.22
t	-	0.123	0.228	5.050	4.874
P	-	0.901	0.820	0.000	0.000

儿童近视可分为轻度、中度、重度，由睫状肌失去弹性、晶状体不能复原引发远距离视物模糊等症状，导致近视。用眼距离过近、用眼时间过长、照明光线过强或过弱、在行车上或走路时看书、以躺下的姿势看书、机体缺乏钙等维生素都可导致发病风险上升。目前暂无显著的特异性治愈方法，临床以缓解症状控制病情为主[4]。在中医理论中，近视即“能近怯远症”，与先天不足、后天失养、神光失调等有关，临床治疗需要以内外同治、补养结合为原则，加强对预防措施的重视程度。核桃灸有助于促进患儿体内气血调节，改善局部循环，疏经通络，从而发挥防治效果。推拿按摩有助于改善神经功能，促进眼部血液循环，从而缓解症状改善视力，发挥防治效果。二者作用机制不同，联合使用可以有效促进疗效[5-8]。本研究结果显示，实验组治疗后的裸眼远视力更高，屈光度更低，生活质量评分更高，近视程度更轻，负性情绪评分更低，核桃灸联合推拿按摩可以有效促进儿童近视防治效果，有较高应用价值。

综上所述，核桃灸联合推拿按摩防治儿童近视的应用效果良好。有一定现实意义，值得推广。

参考文献

[1] 王彦军,吴婧,赵江波,等.基于海派儿科推拿思想防治儿童青少年近视临床观察[J].中国中医药现代远程教育,2024,22(11):79-82.

[2] 陈蔚蔚.户外活动联合热敏灸对低度近视儿童的防治效果[J].实用临床医学（江西）,2024,25(6):105-108.

[3] 唐国栋,常翠鸣,杨振宁,等.基于光学相干断层扫描血管成

像术探讨 Eye-TEAS 防治儿童近视疗效及作用机制[J].山东中医杂志,2024,43(3):282-289.

[4] 朱玲,刘英,占科,等.针灸联合推拿防治儿童假性近视的临床研究[J].中医药通报,2024,23(4):35-39.

[5] 倪孝渊,陈力为,唐佳瑶,等.隔物核桃灸联合头面部推拿治疗儿童轻中度单纯性近视 39 例[J].中国针灸,2023,43(11):1266-1268.

[6] 黎海燕 中医推拿联合西医治疗儿童呼吸道聚集性疾病的价值研究 ．中国医学创新, 2021 ,18 (19) :40-44.

[7] 陈睿,朱飞达,朱建强 推拿联合耳穴贴压法治疗发育迟缓患儿夜啼的效果观察 ．当代医药论丛, 2019 ,17 (2) :174-175.

[8] 沙帮武 小儿推拿联合中药穴位贴敷治疗小儿鼾症临床研究 ．实用中医药杂志, 2022 ,38 (5) :835-836.

版权声明：©2025 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