

巴旦木仁油足部按摩对老年病人便秘的影响

吐尔洪·艾合买提

新疆维吾尔自治区第二人民医院（自治区维吾尔医医院） 新疆乌鲁木齐

【摘要】目的 本研究旨在观察巴旦木仁油足部按摩对老年病人便秘缓解的影响。**方法** 研究对象 2021 年 8 月至 2022 年 8 月在我院特色治疗中心住院的老年便秘患者 40 例。患者分成试验组 18 例和对照组 20 例。两组患者均在按摩前进行温水泡脚 20 分钟。试验组使用巴旦木仁油，对照组使用一般润滑油进行按摩；两组的油量、选取穴位、按摩部位、时间、力度及疗程均相等。**结果** 试验组的排便频率明显高于对照组 ($Z=-3.93, p<0.001$)。试验组的便秘评估分数在测试后显著降低 2.39 ($F=17.87, p<0.001$)。**结论** 本研究发现巴旦木仁油足部按摩可以安全、有效缓解老年病人的便秘症状。巴旦木仁油足部按摩有望成为干预措施的补充或替代疗法。

【关键词】 巴旦木仁油；足部按摩；老年病人；便秘

【收稿日期】2025 年 8 月 17 日

【出刊日期】2025 年 9 月 22 日

【DOI】10.12208/j.ijcr.20250431

The influence of almond kernel oil foot massage on constipation in elderly patients

Turhon Aihemaiti

Xinjiang Uyghur Autonomous Region Second People's Hospital (Autonomous Region Uyghur Medical Hospital), Urumqi, Xinjiang

【Abstract】Objective This study aims to observe the effect of foot massage with Ba Dan Mu Ren oil on relieving constipation in elderly patients. **Methods** A total of 40 elderly constipation patients admitted to our hospital's specialized treatment center from August 2021 to August 2022 were studied. The patients were divided into an experimental group of 18 cases and a control group of 20 cases. Both groups of patients soak their feet in warm water for 20 minutes before the massage. The experimental group used Ba Dan Mu Ren oil, while the control group used general lubricating oil for massage; The oil content, selected acupoints, massage area, duration, intensity, and treatment course of the two groups are equal. **Results** The defecation frequency of the experimental group was significantly higher than that of the control group ($Z=-3.93, p<0.001$). The constipation assessment score of the experimental group significantly decreased by 2.39 ($F=17.87, p<0.001$) after the test. **Conclusion** This study found that foot massage with Ba Dan Mu Ren oil can safely and effectively alleviate constipation symptoms in elderly patients. Ba Dan Mu Ren Oil Foot Massage is expected to become a complementary or alternative therapy to intervention measures.

【Keywords】 Ba Dan Mu Ren oil; Foot massage; Elderly patients; Constipation

随着全球老年人口的增加，社区卫生服务中老年居民的数量也在增加^[1]。老年人活动量的减少和卧床时间增加可能会使便秘发生率增加^[2]。对于老年人来说，便秘是他们身心健康与康复的主要威胁之一^[3]。针对老年人便秘短期药物干预是有效的，但是长期使用药物会导致耐药性、药物误用和滥用、药物依赖等^[4]。因此，应考虑有效、安全、无副作用的非药物特色治疗法，以提高老年人的整体生活质量^[5]。大量的研究表明，已经有关于腹部或经络按摩对老年人便秘缓解效果的研究，

但缺乏关于足部按摩对便秘缓解效果的干预性研究^[6]，并且很少有巴旦木仁油足部按摩对缓解便秘影响的相关研究。因此，本研究旨在研究使用巴旦木仁油足部按摩对老年病人便秘的影响。本研究的假设如下。

假设 1 试验组的排便次数将高于对照组。

假设 2 试验组与对照组相比，试验组便秘评估分数将降低。

1 研究设计与方法

1.1 研究设计

这项研究使用了试验组和对照组设计。研究对象为 2021 年 8 月 1 日至 2022 年 8 月 1 日在我院特色治疗中心的住院病人。本研究所需的参与者总数是使用 G*Power 3.1.7 程序, 基于 $(1-\beta)$ 为 0.95, 显著性水平 (α) 为 0.05, 效应大小为 0.40, 通过重复测量方差分析 (ANOVA) 计算, 每组的研究对象数计算为 16 例。考虑到 20% 的退出率, 纳入了 40 例研究对象 (每组 20 名)。两名研究对象因个人和其他原因自律退出了试验组。试验组和对照组的最终人数分别为 18 例和 20 例。

1.2 方法

对照组与试验组均在按摩前用 40℃ 的温水泡脚 15~20 分钟, 泡脚后患者喝一杯温开水。对照组采用常规措施 (使用一般的润滑油); 试验组使用巴旦木仁油 (麦迪森维药有限公司生产, 准字 20160040 / (20201203) / 规格 200ml) 每次 30ml; 两组患者整个腿部和脚部按摩并刺激每个部位的反射点^[7]。

1.3 数据分析

使用 SPSS25.0 统计软件分析收集的数据。参与者的一般特征和因变量以数字、百分比、均值和标准差表示。使用卡方检验、Fisher 精确检验和独立 t 检验测量两组之间的预均匀性。使用夏皮罗-威尔克 (Shapiro-Wilk test) 检验对因变量进行正态性检验; 例如排便次数和便秘评估评分, 采用重复测量的方差

分析 (Repeated-measures ANOVA) 和曼·惠特尼 U 检验 (Mann-Whitney U Test) 实验组和对照组巴旦木仁油足部按摩前后变量之间的差异。本研究使用的每种工具的可靠性都使用克隆巴赫系数 (Cronbach's α , p) 小于 0.05 验证, 被认为显著性。

2 结果

2.1 试验组和对照组之间一般特征的同质性检验

实验结束后, 共有 38 例老年人 (试验组 18 例, 对照组 20 例) 参加了后测试。其中男 5 例 (13.2%), 女 33 例 (86.8%), 年龄段 70-79 岁 5 例 (13.2%), 80-89 岁 24 例 (63.2%); ≥ 90 岁 9 例 (23.72%)。

在主观健康状况方面, 一般 9 例 (23.7%), 正常 28 例 (73.7%), 差 1 例 (2.6%)。在疾病诊断方面, 脑血管疾病患者 27 例 (71.1%), 心脏病患者 3 例 (7.9%), 其他疾病患者 8 例 (21.1%)。比较试验组和对照组受试者的一般特征, 任何变量差异均无统计学意义, 表明两组是同质的 (表 1)。

2.2 检验试验组和对照组之间因变量的同质性

试验组试验前平均排便次数为 5.56 次, 对照组平均排便次数为 5.00 次, 表明两组均质性 ($t = 1.34$, $p = 0.188$)。两组便秘评估评分比较差异无统计学意义 (试验组 8.28 分, 对照组 8.25 分), 表明两组均质性 ($t = 0.49$, $p = 0.961$) (表 2)。

表 1 根据实验组和对照组的一般特征进行均同质性检验 ($n=38$)

一般情况	分类	实验组 ($n=18$) (%)	对照组 ($n=20$) (%)	χ^2 检验 F*检验	P
性别 [†]	男	3 (16.7)	2 (10.0)	0.37	0.653
	女	15 (83.3)	18 (90.0)		
年龄 [†]	70-79	3 (16.7)	2 (10.0)	0.37	0.899
	80-89	11 (61.1)	13 (65.0)		
	≥ 90 年	4 (22.2)	5 (25.0)		
	一般	6 (33.3)	3 (15.0)		
主观健康 [†]	正常	12 (66.7)	16 (80.0)	2.47	0.260
	差	0 (0.0)	1 (5.0)		
	脑血管疾病	13 (72.2)	14 (70.0)		
疾病分类 [†]	心脏病	2 (11.1)	1 (5.0)	0.77	0.766
	其他	3 (16.7)	5 (25.0)		

* 费舍尔精确检验

2.3 假设检验

2.3.1 假设 1：试验组排便次数高于对照组。

由于排便变量的数量不满足正态分布，因此使用非参数分析。排便次数表 4 在两周内的测量。使用巴旦木仁油足部按摩的实验组排便次数从 5.56 增加到 6.94，与对照组从 5.00 增加到 5.15 相比显著更高 ($Z = -3.93, p < 0.001$)，从而支持假设，（表 3）。

2.3.2 假设 2：对照组相比试验组的便秘评估评分会降低

实验后便秘评估分数的变化揭示了各组和时间点之间的显著相互作用。结果证实，实验组和对照组的变化因时间点而异 ($F = 17.87, p < 0.001$)。在对各组和时间点之间的相互作用进行调整后，结果显示，与前测 ($M = 8.28$) ($p < 0.001$) 相比，实验组的后测 ($M = 5.89$) 便秘评估得分下降了 2.39 分 ($p < 0.001$)，对照组的后测 ($M = 7.65$) 便秘评估得分下降了 0.60 分 ($M = 8.25$)。换句话说，与对照组相比，实验组的便秘评估得分显著下降，从而支持假设 3（表 4）。

表 2 试验组和对照组因变量的同质性检验 (n=38)

类别	试验组 (n=18)	对照组 (n=20)	t	p
	M (±SD)	M (±SD)		
排便次数	5.56 (±1.42)	5.00 (±1.12)	1.34	0.188
便秘评估评分	8.28 (±1.45)	8.25 (±2.00)	0.49	0.961

表 3 组间排便计数差异检验 (n=38)

	试验组 (n=18)	对照组 (n=20)	Z	p
	M (±SD)	M (±SD)		
排便次数*	6.94 (±1.21)	5.15 (±1.09)	-3.93	<0.001

*U 检验

表 4 便秘评估评分组间差异检验 (n=38)

	分类 (n)	试验前 (±SD)	试验后 M (±SD)	源	F	p
便秘评估评分	试验组 (18)	t=-7.14p<0.001		组	2.96	0.036
		8.2 (±1.45)	5.8 (±0.90)	时间-点	49.88	<0.001
	对照组 (20)	t=-2.26p=0.036		组*时间-点	17.87	<0.001
		8.25 (±2.00)	7.65 (±2.03)			

3 讨论

维医气质理论认为大肠属于干寒性器官；“气质自然演变规律”概念认为随着年龄的增长气质趋向于干寒性^[9]；因此在老年人身体发生的异常干寒性气质很容易引起便秘^[10]。

众所周知，人体中的大部分反射点对应于不同的器官和系统。脚是对身体刺激最敏感的身体部位，此外，脚上有几个反射点，对应于身体的组织、器官和腺体。因此，刺激与大肠至肛门区域相对应的足部反射点，可以平滑和调节肠道蠕动功能，以适当排泄身体废物。

根据相关资料巴旦木仁有着极高的营养价值和药用价值，有“干果之王”、“西域珍品”之称，具有滋阴补肾、补脑安神、抗癌防癌、增强免疫力、降血脂及

润肠通便等功效。在外用药干预中，使用润滑油按摩比其他按摩具有更好的精神和身体放松效果，本研究结果提示，巴旦木仁油是相对安全、有效的外用药，值得临床推广应用。与其他润滑油不同的是巴旦木仁油为湿热而平属性，具有消肿止痛，舒筋通阻，安神催眠，镇咳定喘，消炎除脓，利喉清音，润肠通便等功能；主治筋肌抽紧，失眠烦躁，久咳哮喘，音哑喉燥，大便不畅等干寒性疾病。

相关实验研究证明，巴旦木仁油中主要含有 8 种脂肪酸，其中油酸含量高达 70.21%，亚油酸含量 23.29%、棕榈酸含量 6.23%，不饱和脂肪酸含量为 94.77%，巴旦木仁油营养丰富，具备营养保健油的特征。本研究结果可以推测，使用巴旦木仁油按摩足部的

反射点可以改善血液循环,减少肌肉紧张。

本研究采用维医特色治疗方法调查我院特色治疗中心使用巴旦木仁油足部按摩作为缓解便秘的干预措施,并证明其对便秘的影响。

4 结论

该研究的结果表明,与不使用巴旦木仁油足部按摩的对照组相比,使用巴旦木仁油足部按摩的试验组的评分显著改善,并且与对照组相比,试验组的便秘评估评分降低。这些发现表明,巴旦木仁油足部按摩在改善老年人的缓解便秘方面是有效的。

巴旦木仁油足部按摩通过对病人心理和生理放松以及肠道刺激作用,有效改善了老年人群的便秘症状。预计巴旦木仁油足部按摩可作为干预措施的补充和替代疗法。本研究的重要意义在于,它采用了一种维医特色治疗的方法来研究巴旦木仁油足部按摩对老年人便秘缓解的影响,并证明了其效果和可能的机制。因本研究的样本量及试验时间有限,巴旦木仁油足部按摩的长期效果尚未得到证实。因此,需要使用不同研究方法和样本人群进行进一步研究,以确认其长期效果。

参考文献

- [1] 张瑞洁,李晶华,等.我国中老年群体首诊医疗机构选择行为及其影响因素.医学与社会.2020,33(06) 22-25.
- [2] 吴慧娟、许瑞.老年便秘危险因素的 Meta 分析.中国疗养医学.2022,31(10) 1038-1041.
- [3] 陈朝华.老年性便秘的护理研究进展.中国民族民间医药.2015,24(09) 30-31.
- [4] 王一峰;樊晓明,等.全科团队对社区老年慢性便秘综合干预的疗效评价.中国全科医学.2012,15(32) 3764-3766.
- [5] 戴红.中医护理技术在老年便秘患者中的应用现状及热点分析.中华现代护理杂志.2018,24(09) 1046-1051.
- [6] 朱燕、黄艳,等.腹部按摩联合大黄穴位贴敷缓解老年性便秘疗效观察.绍兴文理学院学报(自然科学).2017,37(03)65-68.
- [7] 周思远、刘婷,等.临床常用便秘诊断和疗效评价量表的特征.世界华人消化杂志.2013,21(25) 2611-2616.
- [8] 亓莱滨.李克特量表的统计学分析与模糊综合评判.山东科学.2006,(02) 18-23.
- [9] 崔箭,唐丽.中国少数民族传统医学概论.中央民族大学出版社.2016(12).
- [10] 喀力比努尔.原发性高血压病人的维吾尔医护理.中国民族医药杂志.2016(01)79-80.

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