

# Observation on the Therapeutic Effect of Acupuncture Combined with Badamu Oil Rubbing on the Head to Treat Insomnia

Mubareke·Maimaiti Xiakeer·Wusiman

Department of Acupuncture and Moxibustion, Uyghur Medical Hospital, Xinjiang Uygur Autonomous Region, Yining, Xinjiang, 830049, China

## Abstract

**Objective:** To explore the therapeutic effect of acupuncture combined with badamu oil head rub on insomnia. **Methods:** 122 cases of insomnia patients in our hospital were randomly selected and divided into two groups: acupuncture combined with batamol oil smearing head treatment group and simple acupuncture treatment group, 61 cases in the treatment group and 61 cases in the control group. **Results:** The total effective rate of the treatment group was higher than that of the control group, the difference was statistically significant ( $P < 0.05$ ),  $P < 0.01$ , the difference was statistically significant, indicating that the sleep situation of the two groups were improved; but the curative effect of the treatment group was better than that of the control group; the sleep quality, sleep time, sleep time, sleep efficiency, sleep disorder, daytime function of the two groups before and after treatment were significantly decreased, and the treatment group was higher than the control group, the difference was statistically significant ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** The treatment group and the control group are effective for insomnia patients, but the clinical effect of the treatment group is better than the control group, which can better improve the sleep quality of patients and improve the quality of life of patients.

## Keywords

acupuncture; badamu oil rubbing on the head; insomnia; observation on the therapeutic effect; Pittsburgh sleep quality index

## Fund Project

Scientific Research Project of the Chinese National Medical Association (Project No.: 2017KYXM-M130-62).

# 针刺结合巴达木油头部涂擦治疗失眠的疗效观察

木巴热克·麦麦提 夏克尔·吾司曼

新疆维吾尔自治区维吾尔医医院针灸理疗科, 中国·新疆 伊宁 830049

## 摘要

**目的:** 探讨针刺结合巴达木油头部涂擦治疗失眠的疗效观察。**方法:** 随机选取122例在本院门诊就诊的失眠症患者, 分为针刺结合巴达木油涂擦头部治疗组和单纯针刺治疗的对照组, 治疗组61例, 对照组61例, 比较两组临床效果。**结果:** 治疗组临床总有效率高于对照组, 差异具有统计学意义( $P < 0.05$ ); 治疗前后两组对照总分前后比较,  $P < 0.01$ , 差异有统计学意义, 说明两组患者的睡眠状况均有改善; 但治疗组疗效优于对照组; 治疗前后两组睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠效率、睡眠障碍、日间功能6个单项指标均明显下降, 且治疗组高于对照组, 差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。**结论:** 治疗组及对照组对失眠患者都有疗效, 但治疗组的临床疗效优于对照组, 可以更好地改善患者睡眠质量, 提高患者生活质量。

## 关键词

针刺; 巴达木油头部涂擦; 失眠症; 疗效观察; 匹兹堡睡眠质量指数

## 基金项目

中国民族医药学会科研项目(项目编号: 2017KYXM-M130-62)。

## 1 引言

失眠症是一种以失眠为主的睡眠质量不满意的症状, 可引起患者焦虑、抑郁或恐惧, 并导致精神活动效率下降, 严重影响生活质量和工作效率, 加重和诱发躯体的其他疾病<sup>[1]</sup>。

随着社会的发展, 生活工作节奏的不断加快, 人们的压力逐渐增大, 失眠的患者日益增多, 失眠症已经成为目前值得关注的社会问题。本科室用5年的时间, 以针刺结合巴达木油涂擦头部治疗失眠症获得显著疗效, 现报道如下。

## 2 资料与方法

### 2.1 一般资料

本课题病例均为2018年2月至2020年1月期间在本院门诊就诊的失眠症患者，随机将患者分为针刺结合巴达木油涂擦头部治疗组和单纯针刺治疗的对照组。治疗组61例，男性21例，女性40例，平均年龄(46.73±11.23)岁。对照组61例，男20例，女41例。平均年龄(45.95±13.39)岁。两组病例性别分布、年龄分布经比较差异无统计学意义(P>0.05)，具有可比性。

### 2.2 诊断标准

#### 2.2.1 西医诊断标准

参照中国精神障碍分类与诊断标准第3版(CCMD-3)失眠症诊断标准<sup>[2]</sup>。

#### 2.2.2 纳入标准

- (1) 符合原发性失眠的诊断标准，诊断明确。
- (2) 年龄在18~65岁。
- (3) PSQI评分在6~15分内的患者。
- (4) 对研究人员的治疗和疗效有良好的依从性。

#### 2.2.3 排除标准

- (1) 不符合原发性失眠的诊断标准。
- (2) 合并严重心血管疾病患者，有精神病史的患者。
- (3) 年龄在18周岁以下者或65周岁以上者，妊娠或哺乳期妇女。

## 3 方法

### 3.1 治疗方法

治疗组采用针刺结合巴达木油涂擦涂擦头部，针刺选取百会、四神聪、印堂、太阳、内关、足三里、三阴交、公孙、照海，申脉穴位常规消毒，采用苏州针灸用品厂有限公司环球牌0.25mm×0.25mm一次性毫针，进针手法以快速平刺为主，得气后留针20min。取针后患者坐位，取适量巴达木油涂擦头顶、前额部、两侧颞部、后枕部，双手手指轻轻点按头部，

### 3.2 观察指标及疗效标准

#### 3.2.1 观察指标

观察两组患者治疗前后的有效率、匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)总分及各单项指标评分的变化疗效标准<sup>[3]</sup>，受试者在治疗前和整个治疗结束后填写PSQI量表。

#### 3.2.2 疗效标准

痊愈：睡眠时间恢复正常或夜间睡眠时间在6h以上，睡眠深沉，醒后精神充沛。

显效：睡眠明显好转，睡眠增加3h以上，睡眠深度增加。

有效：症状减轻睡眠时间较前增加不足3h。

无效：治疗后失眠无明显改善或反加重。

有效率=[(痊愈例数+显效例数+好转例数)/总例数]×100%。

### 3.3 统计学处理

本组试验所得数据均录入SPSS19.0软件包进行统计学处理，采用 $\chi^2$ 检验描述计数资料，计量资料采用t检验，并采用均数±标准差对计量资料进行描述，P<0.05，则表示数据比较差异具有统计学意义。

## 4 结果

### 4.1 治疗后两组患者体疗效比较

表1 治疗后两组患者体疗效比较

组别	痊愈	显效	有效	无效	总有效率
治疗组(n=61)	18	32	6	5	89.66%
对照组(n=61)	12	21	17	11	81.96%

从表1可以看出，治疗后，治疗组有效率为89.66%，对照组有效率为81.96%。两组总有效比较，有显著性意义，表明两种治疗方法疗效均较佳，但治疗组优于对照组。

### 4.2 治疗前后两组患者 PSQI 总分指比较

表2 治疗前后两组患者 PSQI 总分指比较

组别	n	治疗前评分	治疗后评分
治疗组	61	12.91±1.76	4.08±1.31
对照组	61	12.52±1.84	7.75±1.71

由表2可以看出，治疗组与对照总分前后比较，P<0.01，差异有统计学意义，说明两组患者的睡眠状况均有改善；但治疗组疗效优于对照组。

### 4.3 两组患者治疗前后 PSQI 各指标评分比较

表3 治疗前后 PSQI 各单项指标评分比较(±S)

组别	时间	睡眠质量	入睡时间	睡眠时间	睡眠效率	睡眠障碍	日间功能
治疗组	前	2.08±0.72	2.62±0.90	2.28±0.77	1.91±1.29	2.14±0.69	2.12±0.75
	后	0.73±0.55	0.83±0.62	0.53±0.26	0.69±0.39	0.71±0.59	0.73±0.61
对照组	前	2.00±0.68	2.03±0.97	2.05±0.96	2.03±1.97	2.55±1.07	2.22±1.02
	后	1.19±0.65	1.00±0.66	1.09±0.97	0.97±0.77	1.21±0.79	1.09±0.97

由表3可以看出,治疗组及治疗组各单项指标评分前后比较,  $p < 0.01$ , 差异有统计学意义, 说明两组治疗方法对PSQI各单项指标均有改善作用; 但是治疗组改善效果更明显。

## 5 讨论

失眠症是人们生活的常见症状, 尤其是当今, 随着社会经济的发展, 人们承担的来自社各方面的压力不断增大, 失眠患者也越来越多, 并且不断的向年轻化发展<sup>[4]</sup>。针灸疗法配合巴达木油涂擦头部治疗失眠是一个渐进的治疗过程, 巴达木油具有镇静安神、营养脑部<sup>[5]</sup>, 使大脑的兴奋性处于一个平稳的状态, 而针刺可对人体中枢神经系统发挥调整作用, 改善大脑皮层叶的功能, 抑制皮层的自发放电, 进一步促进紊乱的脑功能趋于平衡协调, 从而使亢进的交感神经得到抑制, 使交感神经、副交感神经的相互协调恢复正常, 起到安眠的作用。以针刺结合巴达木油涂擦头部治疗失眠症获得显著疗效, 许多失眠的患者, 经过治疗逐步停药, 到最后逐步

不需要服用药物, 更重要的是治疗后患者头脑清醒, 记忆及认知功能得到很好的改善, 头痛和头晕等不适症状减轻, 生活质量得到提高。并且此疗法缩短了患者的治疗疗程, 延长了睡眠时间, 而且复发率降低, 安全、有效、无副作用, 具有广泛的应用前景和社会意义, 值得在临床中推广使用。

## 参考文献

- [1] 安军明, 黄琳娜, 董联合, 等. 陕西头皮针治疗失眠症 24 例 [J]. 中国针灸, 2012, 32(12): 1093-1094.
- [2] 中华医学精神协会. 中医精神疾病分类与诊断标准 [M]. 南京: 东南大学出版社, 1995: 94.
- [3] 中华人民共和国卫生部. 中药新药临床研究指导原则 [M]. 北京: 中国医药科技出版社, 1993: 186.
- [4] 惠茹婷, 张镭潇, 唐羽, 等. 近 10 年针灸治疗失眠伴抑郁障碍的临床研究进展 [J]. 针灸临床杂志, 2013, 12: 58-61.
- [5] 古海尔·胡吉, 阿布都外力. 维吾尔医诊疗 72 例失眠症 [J]. 中国民族医药杂志, 2010, 5(15): 12-13.