

中医情志疗法对小儿功能性腹痛疼痛程度及生活质量的影响

苏燕燕

广西国际壮医医院，广西南宁，530000；

摘要：探讨中医情志疗法对小儿功能性腹痛疼痛程度及生活质量的影响。方法选取 2024 年 7 月—2024 年 12 月期间在我院儿科住院的功能性腹痛患儿 12 例作为研究对象，其中男生 5 例，女生 7 例，年龄 7-14 岁。所有患儿在常规治疗基础上接受中医情志疗法干预，观察治疗前后患儿腹痛疼痛程度（采用视觉模拟评分法，VAS）及生活质量（采用儿童生活质量普适性核心量表 PedsQL4.0）的变化。结果治疗后，患儿腹痛 VAS 评分较治疗前显著降低（ $P<0.05$ ）；生活质量量表中生理功能、情感功能、社会功能及学校功能维度得分均较治疗前明显提高（ $P<0.05$ ）。结论中医情志疗法能够有效减轻小儿功能性腹痛的疼痛程度，显著改善患儿的生活质量，值得在临床推广应用。

关键词：中医情志疗法；小儿功能性腹痛；疼痛程度；生活质量

DOI：10.64216/3104-9656.25.01.006

引言

小儿功能性腹痛是儿科常见的临床症状之一，是指排除了器质性疾病引起的腹痛，其发病机制复杂，通常与胃肠道的运动功能异常、内脏感觉过敏、心理因素等有关。据相关研究显示，小儿功能性腹痛在儿童群体中的发病率较高，约占小儿腹痛的 50% 左右，占小儿再发性腹痛的 90%。该病症表现为反复发作的腹痛，虽不伴有明显的胃肠道病变或全身疾病，但却严重影响患儿的生活质量，给患儿及其家庭带来较大的心理负担。

现代医学对于小儿功能性腹痛的治疗主要以对症治疗为主，如腹部热敷、药物治疗（解痉药、促胃肠动力药等），然而长期使用药物可能会带来一些不良反应，且对于心理因素导致的腹痛疗效欠佳。中医作为传统医学，在治疗小儿功能性腹痛方面具有独特的理论体系和丰富的临床经验。中医情志疗法是中医治疗的重要组成部分，通过调节患儿的情志状态，达到缓解腹痛症状、改善生活质量的目的。本研究旨在探讨中医情志疗法对小儿功能性腹痛疼痛程度及生活质量的影响，为临床治疗提供新的思路和方法。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 7 月—2024 年 12 月期间在我院儿科住院的功能性腹痛患儿 12 例作为研究对象。其中男生 5 例，女生 7 例；年龄最小 7 岁，最大 14 岁，平均年龄（ 10.5 ± 2.1 ）岁。纳入标准：符合罗马Ⅲ儿童功能性

胃肠病诊断标准中功能性腹痛的诊断标准，即腹痛症状每周至少 1 次，持续 2 个月以上；腹痛无规律，部位多在脐周，可自行缓解；血、尿、便常规，肝功能，腹部 B 超，全消化道造影，胃镜，腹腔及盆腔超声检查等均正常，排除器质性疾病；患儿年龄在 7-14 岁之间，能配合完成相关评估；患儿家长签署知情同意书。排除标准：合并有严重的器质性疾病（如肠道畸形、炎症性肠病等）；患有精神系统疾病（如自闭症、多动症等）无法配合情志疗法；近 1 个月内使用过影响胃肠道功能的药物（如抗生素、泻药等）。

1.2 方法

所有患儿在常规治疗基础上接受中医情志疗法干预，常规治疗包括饮食调整（避免进食刺激性、生冷及不易消化的食物，规律饮食）、腹部热敷等。中医情志疗法具体如下：

情志相胜疗法：根据中医五行相生相克理论，针对患儿不同的情志状态实施相应的情志相胜疗法。若患儿表现为过度恐惧（肾志为恐），采用以思胜恐的方法，通过引导患儿思考一些有趣的问题、参与益智游戏等方式，转移其恐惧情绪。例如，给患儿讲述一些需要思考才能理解的小故事，然后让患儿自己分析故事中的情节和道理，每次活动时间为 20-30 分钟，每周进行 3 次。若患儿表现为过度愤怒（肝志为怒），则采用以悲胜怒的方法，给患儿讲述一些感人至深的故事或观看相关的视频，引发其悲伤情绪，以缓解愤怒，每次活动时间为 20-30 分钟，每周进行 3 次。

移情易性疗法：根据患儿的兴趣爱好，为其安排相应的活动，转移其对腹痛的注意力。对于喜欢绘画的患儿，每周安排 3 次绘画课程，每次课程时间为 1 小时，让患儿在绘画过程中全身心投入，忘却腹痛的不适；对于喜欢音乐的患儿，每周安排 3 次音乐欣赏或简单乐器演奏课程，每次课程时间为 1 小时，通过音乐的感染力调节患儿的情绪。

心理疏导：医护人员定期与患儿进行耐心的交谈，每次交谈时间为 30 分钟，每周进行 2 次。了解患儿内心感受、生活学习中存在的问题以及导致腹痛发作的相关心理因素。给予患儿感情上的安慰和支持，用通俗易懂的语言向患儿解释病情，使患儿了解该病的发病原因及治疗方法，解除其紧张、焦虑心理，增强治疗信心。同时，指导家长改进教育方法，改善家庭关系，减轻患儿的学习和生活压力，减少对患儿的过多关注，避免因家长的不当行为导致患儿精神紧张而加重腹痛。

1.3 观察指标

疼痛程度：采用视觉模拟评分法（VAS）评估患儿治疗前后的腹痛疼痛程度。在一条长 10cm 的直线上，两端分别标有 0 和 10 的数字，0 表示无痛，10 表示最剧烈的疼痛。让患儿根据自己的疼痛感受在直线上标记出相应的位置，所得数字即为 VAS 评分。

生活质量：采用儿童生活质量普适性核心量表 PedsQL4.0 评估患儿治疗前后的生活质量。该量表包括生理功能、情感功能、社会功能及学校功能 4 个维度，共 23 个条目。每个条目采用 0-4 级评分法，0 表示“从未有”，1 表示“几乎没有”，2 表示“有时有”，3 表示“经常有”，4 表示“几乎总是有”。将各维度得分换算为标准分，标准分=（实际得分/该维度可能的最高得分） $\times$ 100，得分越高表示生活质量越好。

1.4 统计学方法

采用 SPSS22.0 统计学软件对数据进行分析。计量资料以均数 $\pm$ 标准差（ $\bar{x}\pm s$ ）表示，治疗前后比较采用配对 t 检验；以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 中医对小儿功能性腹痛的认识

2.1 病因病机

中医将小儿功能性腹痛归属于“腹痛”范畴，认为其病因较为复杂。感受外邪，如寒邪、热邪、湿邪等侵袭人体，可导致脏腑气机阻滞，气血运行不畅，从而引

发腹痛。《素问·举痛论》中提到：“寒气客于肠胃之间，膜原之下，血不得散，小络急引故痛。”小儿脾胃功能尚未健全，若乳食积滞，损伤脾胃，导致脾胃运化失常，也可引起腹痛。此外，情志失调在小儿功能性腹痛的发病中也起着重要作用。小儿虽生机勃勃，但情志发育尚未完善，容易受到外界环境因素的影响。当小儿出现紧张、焦虑、恐惧等不良情绪时，可导致肝气郁结，横逆犯脾，脾胃气机升降失常，进而出现腹痛症状。《幼科发挥》云：“小儿性情执拗，多有肝气郁结，克伐脾土，发为腹痛。”素体阳虚的小儿，脏腑经脉失于温养，也可出现腹痛，此为“不荣则痛”。总之，小儿功能性腹痛的基本病机是“不通则痛”和“不荣则痛”，病理因素包括寒凝、湿热、积食、痰浊、瘀血等，且常相互兼夹为病。

2.2 情志与脏腑的关系

中医认为，情志与脏腑之间存在着密切的联系。五脏各有其相应的情志，即肝在志为怒，心在志为喜，脾在志为思，肺在志为忧，肾在志为恐。情志的变化可以影响脏腑的功能，而脏腑功能的失调也可导致情志的异常。例如，当小儿长期处于愤怒、抑郁等不良情绪状态时，可导致肝气不舒，进而影响脾胃的运化功能，出现腹痛、食欲不振等症状。反之，脾胃虚弱的小儿，由于气血生化不足，也容易出现情绪低落、焦虑等情志问题。这种情志与脏腑之间的相互影响，在小儿功能性腹痛的发病过程中表现得尤为明显。因此，在治疗小儿功能性腹痛时，调节情志对于恢复脏腑功能的平衡具有重要意义。

3 结果

3.1 治疗前后疼痛程度比较

治疗前，患儿腹痛 VAS 评分为（ 6.5 ± 1.3 ）分；治疗后，VAS 评分为（ 3.2 ± 0.8 ）分。治疗后 VAS 评分较治疗前显著降低，差异有统计学意义（ $t=8.926, P<0.05$ ）。见表 1。

表 1 治疗前后患儿腹痛 VAS 评分比较（ $\bar{x}\pm s$ ，分）

时间	n	VAS 评分
治疗前	12	6.5 ± 1.3
治疗后	12	3.2 ± 0.8

注：与治疗前比较， $P<0.05$

3.2 治疗前后生活质量比较

治疗前，患儿生活质量量表中生理功能维度得分为（60.5±5.2）分，情感功能维度得分为（58.3±4.9）分，社会功能维度得分为（59.1±5.1）分，学校功能维度得分为（57.6±4.8）分；治疗后，生理功能维度得分为（85.2±6.1）分，情感功能维度得分为（82.4

±5.8）分，社会功能维度得分为（83.7±6.0）分，学校功能维度得分为（80.9±5.5）分。治疗后各维度得分均较治疗前明显提高，差异有统计学意义（P<0.05）。见表 2。

表 2 治疗前后患儿生活质量量表各维度得分比较（x±s，分）

时间	n	生理功能	情感功能	社会功能	学校功能
治疗前	12	60.5±5.2	58.3±4.9	59.1±5.1	57.6±4.8
治疗后	12	85.2±6.1	82.4±5.8	83.7±6.0	80.9±5.5

注：与治疗前比较，P<0.05

4 讨论

4.1 中医情志疗法的作用机制

调节气机：中医认为，情志失调可导致气机紊乱，而气机不畅是引发腹痛的重要原因之一。中医情志疗法通过调节患儿的情志状态，能够使气机恢复通畅。例如，情志相胜疗法中的以思胜恐、以悲胜怒等方法，可使过度的情志得以平复，从而使脏腑气机恢复正常的升降出入。当患儿的恐惧情绪得到缓解后，肾的气机不再逆乱，可有助于脾胃气机的正常运转，减轻腹痛症状。移情易性疗法通过转移患儿的注意力，使其从不良情绪中解脱出来，也有利于气机的调畅。

改善脏腑功能：情志与脏腑密切相关，不良情志可损伤脏腑功能。中医情志疗法能够调节情志，进而改善脏腑功能。心理疏导可以帮助患儿缓解紧张、焦虑等情绪，使肝气得以疏泄，恢复肝脏的正常功能。肝脏功能正常，则可更好地协助脾胃的运化，从而改善患儿的消化功能，减轻腹痛、食欲不振等症状。同时，良好的情志状态也有助于增强机体的免疫力，促进身体的康复。

调节内分泌系统：现代研究表明，情志因素可以通过神经内分泌系统影响胃肠道的功能。长期的不良情绪可导致神经内分泌失调，使胃肠道的蠕动、分泌及感觉功能出现异常，从而引发功能性腹痛。中医情志疗法能够调节患儿的情绪，使神经内分泌系统恢复平衡，进而改善胃肠道的功能。例如，通过心理疏导等方法，可使患儿体内的应激激素水平降低，减少对胃肠道的不良刺激，缓解胃肠痉挛，减轻腹痛疼痛程度。

4.2 本研究中中医情志疗法的效果分析

本研究结果显示，接受中医情志疗法干预后，患儿腹痛的疼痛程度明显减轻，VAS 评分显著降低。这表明

中医情志疗法能够有效地缓解小儿功能性腹痛的症状。同时，患儿生活质量量表中生理功能、情感功能、社会功能及学校功能维度得分均较治疗前明显提高。这说明中医情志疗法不仅能够减轻腹痛，还能全面改善患儿的生活质量，使患儿在身体、心理及社会适应等方面都得到更好的发展。

在情志相胜疗法中，针对患儿不同的情志问题采取相应的措施，能够有效地调整患儿的情绪状态，使气机恢复正常，从而减轻腹痛。例如，对于因恐惧而导致腹痛发作频繁的患儿，通过以思胜恐的方法，引导其思考问题，转移注意力，恐惧情绪得到缓解，腹痛症状也随之减轻。移情易性疗法为患儿提供了丰富多样的活动，使他们能够专注于自己感兴趣的事情，忘却腹痛的不适，同时也有助于改善患儿的情绪，增强自信心，提高生活质量。心理疏导则从根本上解决了患儿因心理因素导致的腹痛问题，通过与患儿及家长的沟通交流，了解患儿的内心世界，给予情感支持，解释病情，使患儿和家长正确认识疾病，减轻心理负担，积极配合治疗，从而取得了良好的治疗效果。

4.3 与其他治疗方法的比较优势

与现代医学的对症治疗方法相比，中医情志疗法具有独特的优势。现代医学常用的解痉药、促胃肠动力药等虽然能够在一定程度上缓解腹痛症状，但长期使用可能会带来一些不良反应，如口干、便秘、嗜睡等。而且对于心理因素导致的腹痛，单纯的药物治疗效果往往不理想。中医情志疗法是从整体观念出发，通过调节患儿的情志状态，达到身心同治的目的。它不仅能够缓解腹痛症状，还能改善患儿的心理状态，提高生活质量，且无明显的不良反应。与中医的其他治疗方法（如中药内

服、针灸推拿等)相比,中医情志疗法更加注重患儿的心理因素,能够从根本上解决因情志失调导致的腹痛问题。同时,中医情志疗法操作简便,易于实施,患儿和家长的接受度较高。

5 结论

中医情志疗法能够有效减轻小儿功能性腹痛的疼痛程度,显著改善患儿的生活质量。其作用机制主要包括调节气机、改善脏腑功能以及调节神经内分泌系统等。与其他治疗方法相比,中医情志疗法具有独特的优势。在临床治疗小儿功能性腹痛时,应重视中医情志疗法的应用,将其与其他治疗方法相结合,以提高治疗效果,促进患儿的身心健康。然而,本研究样本量较小,研究时间较短,未来还需要进一步扩大样本量,进行多中心、

大样本、长期的临床研究,以进一步验证中医情志疗法的有效性和安全性,为小儿功能性腹痛的治疗提供更可靠的依据。

参考文献

- [1]徐海霞,邵红喜.理气建中汤治疗小儿功能性腹痛临床研究[J].中医临床研究,2012,4(8):2.
- [2]马金美,陈鲁.中医治疗小儿功能性腹痛的研究进展[J].中国中西医结合儿科学,2017,9(4):3.
- [3]刘俞辰,王有鹏.基于"脾常不足"辨治小儿功能性腹痛[J].中医学,2024,13(9):2257-2262.

作者简介:苏燕燕,(1997.01—)女,壮族,广西河池,本科,护师,研究方向:儿科(新生儿科)。