

DOI: 10.12209/CAIM202506290007

· 中西医结合临床案例 ·

耳穴贴压改善 1 例 2 型糖尿病患者的护理

闫 鑫

(北京市东城区第一人民医院 呼吸科, 北京, 100077)

摘要: 本文总结耳穴贴压治疗 1 例 2 型糖尿病气阴两虚型乏力患者的护理经验。乏力作为糖尿病患者最主要的症状,严重影响患者身心健康,降低其生活质量。护理人员在完善常规护理的基础上,对 1 例 2 型糖尿病气阴两虚型乏力患者采用中医耳穴贴压进行干预。干预 8 d 后,患者 Barthel 评分由 60 分升至 80 分,有效缓解患者乏力的症状,提高患者生活质量。

关键词: 2 型糖尿病; 乏力; 耳穴贴压; 中医护理

Auricular Plaster Therapy for Improving Fatigue in a Patient with Type 2 Diabetes Mellitus: A Nursing Report

YAN Xin

(Department of Respiratory Medicine, Dongcheng District First People's Hospital, Beijing, 100077)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of auricular plaster therapy for a patient with type 2 diabetes mellitus (T2DM) presenting with fatigue due to qi-yin deficiency syndrome. Fatigue, as one of the most debilitating symptoms in diabetic patients, significantly impacts physical and mental health while reducing quality of life. Based on routine nursing care, the medical team applied Traditional Chinese Medicine (TCM) auricular plaster therapy to intervene. After 8 days of treatment, the patient's Barthel Index score improved from 60 to 80, effectively alleviating fatigue and enhancing quality of life.

KEY WORDS: type 2 diabetes mellitus; fatigue; auricular plaster therapy; TCM nursing

糖尿病(diabetes mellitus, DM)是一组以慢性高血糖为特征的代谢性疾病。根据 2021 年国际糖尿病联盟(IDF)数据,预计到 2045 年全球糖尿病患者将达 7.83 亿,其中中国患者将增至 1.75 亿,且 90% 为 2 型糖尿病(type 2 diabetes mellitus, T2DM)。现有研究表明,西医治疗虽能有效控制血糖并改善临床症状,但需长期用药。乏力作为糖尿病患者最常见的主诉症状,是一种涉及生理、心理及社会功能的多维度疲乏状态,严重影响患者生活质量^[1]。中医学将 T2DM 归为“消渴”范畴,认为其病机多与先天禀赋不足、素体阴虚,加之饮食不节、情志失调及劳欲过度等因素相关。临床辨证分型包括肝胃郁热型、胃肠实热型、脾虚胃热型、上热下寒型及阴阳两虚型等。其中气阴两虚型以消瘦、倦怠乏力、气短懒言、自汗、胸闷脘痞、腰膝酸软、便溏、口干口苦及舌淡胖有齿痕为

主要表现^[2]。中医治疗以益气养阴为核心,旨在改善乏力症状、提升活动耐力。本案例针对 1 例 T2DM 气阴两虚型患者,通过耳穴贴压辅助治疗结合辨证护理,显著缓解患者乏力症状,现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者女性,52 岁,工人,主因“发现血糖升高 6 年,加重伴乏力 5 d”于 2024 年 09 月 20 日由内科门诊收入我科。病史:患者 6 年前体检发现血糖增高最高达 19 mmol/L,之后觉察到有轻度口渴、偏多饮,日饮水 1.5 L 左右,夜尿 1~2 次,无明显消瘦、乏力及多食善饥。4 年前在住院诊断为“2 型糖尿病”,予胰岛素注射液降糖治疗症状好转,出院后未规律用药,血糖未检测。近一周无明显

收稿日期:2025-06-29

OPEN ACCESS

<https://case.jcme.net.cn>

诱因出现乏力,为进一步诊治来我院就医,遂以“糖尿病”收入院。既往史:否认冠心病、高血压,慢性支气管炎等慢性疾病;否认食物及药物过敏史。刻下症见:乏力,神志清,精神可,食欲可、睡眠可,二便正常。

1.2 体格检查

入院生命体征,体温(T)36.5℃,脉搏(P)88次/min,呼吸(R)20次/min,血压(BP)104/68 mm Hg。专科查体:发育正常,营养良好;颈后,颈前淋巴结肿大;双眼睑无浮肿,对光反射灵敏;口唇无紫绀,伸舌居中,甲状腺未及肿大,双肺呼吸音清,未闻及明显干湿罗音;心界不大,心音可,律齐,P2=A2,各瓣膜区未闻及病理性杂音;腹平软,移动性浊音阴性,双下肢无水肿。手指、脚趾感觉略减退,生理反射存在,病理反射未引出。

中医四诊:①望:神志清,精神可,表情自如,面色红润,双目有神,形体适中;四肢及背部可见多处色素沉着;舌淡红,苔薄白,脉弦细。②闻:语声清亮,气息平稳,无异常气味。③问:乏力,饮食不规律,轻度口渴、多饮,便秘与腹泻交替出现,眠差、夜难入睡,汗出正常。④切:脉弦细。

1.3 辅助检查

患者空腹血糖 9.8 mmol/L,早餐后血糖 13.8 mmol/L;下肢血管彩色多普勒超声检查(双侧):双下肢动脉内中膜增厚伴斑块形成;颈动脉超声:双侧颈动脉内中膜增厚伴斑块形成。

1.4 诊断

中医诊断:下消;辨证分型:气阴两虚证;西医诊断:2型糖尿病。诊断依据:患者主因“发现血糖升高6年,加重伴乏力5d”入院,病属中医“消渴”范畴。患者中年男性,肝肾阴亏,阴虚则内热,内热灼伤津液,消谷善饥,故见多饮,多食。病久耗气伤津,气虚致脾肾运化失司,瘀浊内阻,故可见双下肢水肿,小便频多。舌质红,苔薄白,脉细亦为“气阴不足,风水相搏、瘀浊内阻”的表现,综观脉症,其病位在脾肾,病性属虚实夹杂,证属“气阴两虚证”^[3]。

1.5 治疗干预

患者入院后予内科I级护理,低盐低脂糖尿病饮食;西医治疗予腺苷钴胺营养神经,改善乏力症状,皮下注射胰岛素注射液控制血糖;中医护理以益气养阴、调理脏腑为法,予耳穴贴压治疗,主穴包括糖尿病点、胰、内分泌、丘脑及脑垂体等穴。

2 护理

2.1 护理评估

采用Barthel指数量表评估,评估内容主要包括如厕、控制大便、控制小便、修饰、穿衣、洗澡、进食、上下楼梯、平地行走、床椅转移等方面,评定患者最高分100分,最低分为0分,分数越高表示生活质量越好。本病例Barthel评分为60分,自理能力分级为中度依赖,少部分需他人照护^[4]。

2.2 护理诊断

①舒适改变:与气阴两虚导致乏力有关;②肝肾阴亏:与不良饮食,长期熬夜有关;③阴虚内热:与精神紧张,压力过大,耗损元气,津液有关;④有受伤的危险:与乏力有关。

2.3 护理计划

通过治疗使患者Barthel指数上升,患者主诉无乏力,生活自理能力得到提升,有效避免摔倒不良事件发生。

2.4 护理措施

2.4.1 中医特色护理

耳穴贴压疗法^[5]也称耳穴疗法,是应用中医理论以及现代医学理论选取一个或多个耳廓表面穴位,利用王不留行籽、磁珠或其他光滑硬丸在穴位表面贴压并辅以按压的一种治疗方法。耳穴贴压可起到调整身体气血运行,维持脏腑功能协调的作用。

①选穴用探棒在耳廓上找阳性反应点,主穴包括糖尿病点、胰、内分泌、丘脑、脑垂体;配穴包括口、脾、肾等穴。②采用75%的酒精消毒,使用王不留行籽贴在耳穴处,用大拇指和食指按压耳穴,按压力度由轻较重,以患者感受到麻、胀、痛直至整个耳朵发热。每次每个穴位按压1~2 min,每日按压3~5次,隔2d换1次,两耳交替贴用。③取穴原则为辨证取穴,合理组方,耳穴贴压可能通过内分泌系统、中枢神经系统、周围神经系统等多种途径调节糖代谢,对降低血糖、减少患者血糖波动、改善患者生活质量均有较好的作用,且选取胰胆、脾、内分泌等耳穴,具有益气养阴、升清润燥的功效^[6]。

2.4.2 饮食护理

计算患者每日的总热量,合理分配餐量,少食坚果类、油炸类食物及甜食,平衡膳食,定时定量进餐。宜食益气养阴之品,如瘦肉、蛋类、鱼肉、山药等,食疗方皮蛋瘦肉粥等。拒绝饮用高糖、碳酸

类饮料,可饮用代茶饮,如鲜芦根煎水,菊花玉竹茶及苦丁茶等^[7]。

2.5 护理评价

经治疗,患者足部感染得到控制,主诉疼痛减轻,空腹血糖逐步稳定,下肢循环改善,心理状况良好,患者及家属掌握糖足管理相关知识^[8]。

3 讨论

糖尿病是临床常见的慢性疾病,主要表现是口干多饮,多食易饥,尿量增多,倦怠乏力,腰膝酸软等^[9]。慢性病需要长期药物控制,大幅度降低患者的生活质量。中医特色护理技术以其“简便廉效”,毒副作用小为特点应用广泛,在糖尿病预防、早期干预和并发症防治上有一定优势,发展中医专科化的护理服务项目,寻找适合我国国情的中医护理服务模式,是未来值得关注的研究方向。耳穴贴压通过局部刺激反应,达到疏通经络气血、调整脏腑阴阳,从而防治疾病的目的,是中医特色非药物疗法。本案例是针对糖尿病患者的乏力症状,辨证予中医耳穴贴压辅助治疗,对患者的耳部穴位进行刺激,达到减轻患者乏力和控制血糖的目的,有效调节神经中枢、脏器等系统,有利于气阴两虚型 2 型糖尿病患者情志舒畅,从而全面提高生活质量^[10]。

患者知情同意:病例报告公开得到患者或家属的知情同意。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 陈燕,黄蔚萍,任冬梅,等.耳穴贴压联合感觉统合训练对老年轻度认知功能障碍病人认知功能的影响[J].护理研究,2021,35(18):3332-3335.
CHEN Y, HUANG W P, REN D M, et al. Effect of auricular point pressing combined with sensory integration training on cognitive function of elderly patients with mild cognitive impairment[J]. Chin Nurs Res, 2021, 35(18): 3332-3335. (in Chinese)
- [2] 肖卫红,周玉贞,蔡碧绸,等.耳穴贴压对重症肺炎病人炎症水平及安全性的影响[J].护理研究,2022,36(16):2996-2999.
XIAO W H, ZHOU Y Z, CAI B C, et al. Effects of acupoint point sticking on the inflammation level and safety in patients with severe pneumonia[J]. Chin Nurs Res, 2022, 36(16): 2996-2999. (in Chinese)
- [3] 楚悦琪,周凯云,王田燕,等.卒中后吞咽障碍应用耳穴压豆治疗效果的 meta 分析[J].中国卒中杂志,2022,17(12):1327-1334.
CHU Y Q, ZHOU K Y, WANG T Y, et al. The efficacy of auricular acupuncture pressing for post-stroke dysphagia: a meta-analysis [J]. Chin J Stroke, 2022, 17(12): 1327-1334. (in Chinese)
- [4] 何叶青,刘菁蓉,叶翠河.电刺激疗法联合耳穴压豆技术在吞咽障碍患者中的应用价值分析[J].现代诊断与治疗,2021,32(5):684-686.
HE Y Q, LIU J R, YE C H. Analysis of the Application Value of Electrical Stimulation Therapy Combined with Auricular Point Pressing Bean Technique in Patients with Dysphagia [J]. Mod Diagn Treat, 2021, 32(5): 684-686. (in Chinese)
- [5] 罗莹华,罗云丰,胡宋锋,等.耳穴压豆配合易筋经改善轻症新冠肺炎患者应激性情感障碍的观察[J].实用临床医学,2021,22(1):57-59.
LUO Y H, LUO Y F, HU S F, et al. Observation on the Improvement of Stress-induced Emotional Disorders in Patients with Mild COVID-19 by Auricular Point Pressing with Bean Seeds Combined with Yi Jin Jing Exercises [J]. Pract Clin Med, 2021, 22(1): 57-59. (in Chinese)
- [6] 邵婷.一例 2 型糖尿病肾病合并脐疝、带状疱疹的腹膜透析患者的个案护理[J].饮食保健,2021(18):114.
SHAO T. A case of peritoneal dialysis patient with type 2 diabetic nephropathy complicated with umbilical hernia and herpes zoster: individualized nursing care [J]. Diet Health, 2021(18): 114. (in Chinese)
- [7] 马锐,杨志诚.玉液汤联合消渴丸治疗 2 型糖尿病气阴两虚证临床观察[J].光明中医,2023,38(5):830-833.
MA R, YANG Z C. Clinical observation on Yuye decoction combined with Xiaoke pill in the treatment of type 2 diabetes of deficiency of both qi and Yin [J]. Guangming J Chin Med, 2023, 38(5): 830-833. (in Chinese)
- [8] 周翔海,纪玲,纪立农,等.影响糖化血红蛋白临床应用的血红蛋白变体识别的专家共识[J].中国糖尿病杂志,2023,31(8):561-570.
ZHOU X H, JI L, JI L N, et al. Expert consensus on the identification of hemoglobin variants that affect the clinical application of glycosylated hemoglobin [J]. Chin J Diabetes, 2023, 31(8): 561-570. (in Chinese)
- [9] 陈天雨,郑钰林,管淑红.显微镜下多血管炎首发表现为肺纤维化合并肺气肿 1 例[J].临床肺科杂志

- 志, 2025, 30(9): 1451-1453.
- CHEN T Y, ZHENG Y L, GUAN S H. Microscopically, the first manifestation of polyangiitis was pulmonary fibrosis with emphysema: a case report[J]. J Clin Pulm Med, 2025, 30(9): 1451-1453. (in Chinese)
- [10] 孟泳. 耳穴压豆联合桑杏清肺汤治疗痰热壅肺型社区获得性肺炎[J]. 中医学报, 2022, 37(3): 620-626.
- MENG Y. Pressing beans at ear acupoint combined with sangxing Qingfei decoction in the treatment of community-acquired pneumonia of phlegm heat obstructing lung syndrome[J]. Acta Chin Med, 2022, 37(3): 620-626. (in Chinese)

声明:此案例经过本平台同行评议,全文开放获取,采用知识共享(CC 4.0 BY-NC-ND)许可协议,作者可在其他媒体再次发表。