

DOI: 10. 12209/CAIM202310140071

· 中西医结合临床案例 ·

温和灸治疗 1 例糖尿病周围神经 病变下肢疼痛患者的护理体会

李逗逗¹, 王艳丽²

(1. 南京中医药大学附属中西医结合医院 内分泌科, 江苏 南京, 210028;

2. 南京中医药大学 护理学院, 江苏 南京, 210023)

摘要: 本文总结温和灸治疗 1 例糖尿病周围神经病变下肢疼痛患者的护理经验。患者在入院后完善护理评估, 基于中医辨证, 开展温和灸、饮食调护、情志护理等中医护理干预以及控制血糖、手足护理等常规西医护理, 改善患者下肢疼痛等症状, 缓解病情, 提高患者生活质量。

关键词: 温和灸疗法; 糖尿病周围神经病变; 护理

Nursing experience of mild moxibustion in the treatment of lower limb pain in a patient with diabetes peripheral neuropathy

LI Doudou¹, WANG Yanli²

(1. Endocrinology Department, Nanjing University of Traditional Chinese Medicine Affiliated Hospital of

Integrated Traditional Chinese and Western Medicine, Nanjing, Jiangsu, 210028;

2. Nursing College, Nanjing University of Traditional Chinese Medicine, Nanjing, Jiangsu, 210023)

ABSTRACT: This paper summarized the nursing experience of a case of lower limb pain caused by diabetes peripheral neuropathy treated with mild moxibustion. After admission, based on nursing evaluation and the Traditional Chinese Medicine syndrome differentiation, TCM nursing interventions, including mild moxibustion, dietary adjustment, emotional care, as well as routine Western medicine nursing such as blood sugar control and hand and foot care were conducted. The patient's symptoms such as lower limb pain were improved, the condition was alleviated, and the quality of life was improved.

KEY WORDS: Mild moxibustion therapy; diabetes peripheral neuropathy; nursing

糖尿病周围神经病变(Diabetes Peripheral Neuropathy, DPN)是糖尿病患者最严重的慢性并发症之一^[1]。约 60%~90% 的糖尿病患者伴有不同程度的周围神经病变, 临床常见症状为病变相应部位疼痛、麻木、异样感, 严重者可导致糖尿病足、足部溃疡和截肢等^[2,3]。其中, 疼痛是 DPN 的重要症状之一, 也是患者就诊的最主要原因, 长期慢性疼痛易引起患者失眠、焦虑等, 严重影响患者的身心健康^[4]。临床对于 DPN 的止痛治疗多以阿片类、三环类抗抑郁药等口服药治疗为主, 但往往存在不良反应、治疗时间长且治疗效果不理想^[5]。中医讲究整体治疗观念, 在治疗慢性疾病中优势突出, 近年来临床中关于治疗 DPN 的中医护理适

宜技术有增多趋势。其中, 温和灸可通过温热及药力对相应的穴位产生刺激以活血通络、温经通痹、扶助正气, 从而舒缓四肢麻木等症^[6]。且因其价格低廉、操作简便、作用直接, 患者易于接受。本文总结 1 例温和灸结合基础护理等综合护理措施改善 DPN 患者肢体麻木、疼痛症状的护理体会, 现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者男, 72 岁, 糖尿病病史 16 年。2022 年 11 月 1 日, 患者因“双侧脚及左侧手麻木疼痛 2 月”至我院内分泌门诊就诊。西医诊断: 2 型糖尿病; 糖

收稿日期: 2023-10-14

OPEN ACCESS

www. case. jcme. net. cn

尿病周围神经病变。中医诊断:消渴;消渴痹证。患者遵医嘱服用格列美脲、阿卡波糖、阿司匹林等药物,平素血糖控制不稳定。查体显示:体温 36.2℃,脉搏 85 次/min,血压 135/70 mm Hg,体重 62 kg,身高 170 cm,BMI 21.4,脚趾音叉振动感觉、针刺痛觉、温度感觉、触觉、位置感觉均异常,舌质淡暗、苔薄白、脉细涩。

实验室检查:空腹血糖 7.3 mmol/L,餐后 2 h 血糖 10.2 mmol/L;全血粘度切变率 1:23.22 mPa/s;全血粘度切变率 5:10.29 mPa/s;全血粘度切变率 100:1.66 mPa/s;纤维蛋白原 4.4 g/L;低密度脂蛋白胆固醇 3.01 mmol/L。辅助检查:肌电图检查显示左侧尺神经、双侧腓总神经、双侧腓浅神经、双侧胫神经、双侧腓肠神经、双侧胫神经周围性神经源性损害表现右侧下肢累及较著。运动神经传导速度:右腓总神经 42 m/s;正中神经

51 m/s。感觉神经传导速度:隐神经 60 m/s。

1.2 治疗及转归

给予患者中医温和灸治疗,每个穴位施灸 10 分钟,隔日施灸 1 次,每周 3 次,14 次为 1 个疗程,共实施 2 个疗程。患者遵医嘱继续服用格列美脲、阿卡波糖、阿司匹林等药物。治疗结束后,患者于 2023 年 1 月 2 日至我院复诊,复诊检查显示:患者脚趾音叉振动感觉、针刺痛觉、温度感觉、触觉、位置感觉恢复正常;空腹血糖 6.0 mmol/L,餐后 2 h 血糖 8.7 mmol/L;全血粘度切变率 1:22.37 mPa/s;低密度脂蛋白胆固醇 2.71 mmol/L。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 四诊合参

中医四诊合参结果见表 1。综合辨证,该患者的中医证型为气虚血瘀型。

表 1 中医四诊评估表

四诊	项目	内容
望诊	望神、望色	神志清晰
	望形态	形体正常
	望舌	舌质暗淡,苔薄白
闻诊	声音	语声低微细弱
	气味	正常
切诊	脉诊	脉细涩
	皮肤感觉	脚趾音叉振动感觉、针刺痛觉、温度感觉、触觉、位置感觉均异常
	寒热、汗	无发热恶寒,神疲倦怠,动则汗出
	二便	便秘,小便正常
问诊	饮食	纳食可
	睡眠	夜寐差
	头身	左侧手、下肢刺痛麻木,入夜痛甚
	胸腹	正常

2.1.2 中医证候评分表

参照《中药新药临床研究指导原则》(2002 年)^[7]中相关内容制定,包括肢体疼痛、肢体麻木、腰背痛、胸胁痛、心烦、失眠、便秘等症状的评估。分别于治疗前、治疗 1 个疗程、治疗后进行评估,观察症状改善情况。治疗前患者中医证候积分为 10 分,其中肢体疼痛评分 3 分,为重度;腰背痛评分 1 分,为轻度;胸胁痛评分 2 分,为中度;失眠评分 2 分;便秘评分 2 分。

2.1.3 多伦多临床评分系统(Tronto Clinical Scoring System, TCSS)

采用 TCSS 检测患者神经症状、神经反射及感觉功能。总分为 0~19 分,以 0~5 分为无 DPN,

6~8 分为轻度 DPN,9~11 分为中度 DPN,12~19 分为重度 DPN。量表各条目 Cronbach's α 系数为 0.816~0.902, Guttman 折半系数为 0.823~0.918^[8]。分别于治疗前、治疗 1 个疗程、治疗后进行评估,治疗前患者 TCSS 评分为 10 分,为中度 DPN。

2.1.4 简明健康调查量表(The MOS 36-Item Short-Form Health Survey, SF-36)

采用 SF-36 量表评估患者的生活质量。该量表包括 36 个条目,涉及 8 个领域,即生理机能、生理职能、躯体疼痛、一般健康状况、精力、社会功能、情感职能、精神健康,分值范围为 0~100 分,得分越高说明生命质量越好^[9,10]。分别于治疗前、

治疗1个疗程、治疗后进行评估,治疗前患者SF-36评分为93分。

2.2 护理措施

2.2.1 中医特色护理

温和灸属于艾条灸中的一种方法,是给予局部经络或穴位一个持续的、温和的热刺激,使经络和腧穴主动进行调整气血,从而发挥治疗功能。研究发现,温和灸可改善DPN患者的临床症状,降低全血黏度和红细胞压积,改善微循环^[11]。

施灸前准备:物品准备:选择三年陈艾条,规格:水分含量 $\leq 13\%$,直径18 mm,长度200 mm,重量约278 g。将一根艾条条平均分为7段,将1段放入艾灸箱内选择单孔艾灸盒^[12]。艾灸盒内部装有数显温度计,当温度超过预设50℃时会自动报警,通过其测温探头置于皮肤上测温,实时了解皮肤的温度,以及时调节单孔盒内的温度,避免患者局部灼伤。患者准备:评估患者对痛感、热感的耐受度,检查局部皮肤情况。随后将适当长度的艾条点燃后放入艾灸箱内,协助患者取合理舒适体位,充分暴露施灸部位,同时注意遮挡和保暖。

操作方法:根据辨证,选择足三里、脾俞、脾俞、肾俞作为主穴,下肢症状加灸阳陵泉、三阴交,上肢症状加灸曲池、外关、合谷。具体操作为患者取俯卧位或者坐位,将艾灸箱下的孔对准选取的艾灸穴位,距离皮肤3厘米,以病人感到温热而无灼痛为度。在施灸过程中,密切观察病情变化,随时询问患者有无灼痛感,及时调整距离,防止烧伤;当患者感到灼痛明显时,停止施灸。温和灸结束后立即熄灭艾火,清洁局部皮肤,协助患者整理衣物并指导患者勿抓搓局部皮肤,防止感染。每个穴位施灸10分钟,先灸一侧肢体,再更换另一侧肢体,每周3次,隔日施灸一次,一个疗程施灸14次,该患者共治疗2个疗程。

选穴依据:脾俞为脾脏的背俞穴,有健脾益气养血的功效;肺俞为肺的背俞穴,具有温经通络、补中益气的作用;肾俞为补肾要穴,可温补肾阳、调节阴阳、舒筋活络。温和灸肺俞、脾俞、肾俞,可达到调理脏腑、行气活血、调和阴阳的作用。曲池、合谷、足三里为3个阳明经穴位,阳明经多气多血,取之可起到调和气血,疏通经络的作用;外关穴主治上肢痿痹不遂,通络止痛;阳陵泉是筋病治疗之要穴,具有舒筋、壮筋的作用;三阴交穴主治下肢痿痹,取此穴可以补血活血、除痹止痛^[13,14]。

注意事项:施灸过程中注意与患者交流,密切观察患者的病情及对施灸的反应;施灸过程中注意艾条燃烧的情况,防止灰火脱落烧伤皮肤或衣物;对于过饥、过饱、情绪激动者易休息后再施灸;施灸结束后做好宣教,告知患者局部皮肤出现灼热微红属正常现象,避免局部抓搓。如果灸后局部起小疱,告知患者勿擦破,其可自行吸收;大者经局部消毒后,用灭菌针头刺破水疱下缘,将其液体挤干,外涂烫伤膏,并盖上消毒纱布。

2.2.2 常规护理

控制血糖:指导患者遵医嘱正确服用药物,格列美脲于早餐前服用,阿卡波糖餐前即刻或与第一口饭一起服用,并向患者讲解使用药物的作用、不良反应和注意事项,告知病人不可随意更改降糖药物及其剂量。指导病人进行自我监测,防止发生低血糖;同时做好监测记录,以便及时调整降糖药用量。

手足护理:检查患者手足部情况,密切观察患者四肢麻木的情况、疼痛的程度、有无破溃等;观察足部皮肤有无颜色、温度改变及足部动脉搏动情况。每天按摩手足,从指尖、脚尖向上按摩,同时教会家属正确按摩的方法^[15]。指导患者每日穿宽松、舒适的鞋子,预防外伤。保持足部清洁,每日以温水泡脚,水温不超过37℃,时间20~30分钟,洗净后用清洁、柔软的毛巾轻轻擦干,正确修剪指甲,配合小腿肌肉的按摩以促进血液循环^[16]。此外,指导患者进行足部锻炼,进行抬脚尖及提脚跟运动,20次/天;进行弯腰运动,10次/天;抗阻运动,10次/天,定时评估运动的效果及强度,防止发生不良反应^[17]。

饮食调护:给予患者糖尿病饮食并告知患者控制饮食的重要性。该患者饮食以清淡、富含粗纤维为主,多食新鲜的水果蔬菜,严格限制各种甜食,少食动物内脏、肥肉等高脂、高胆固醇食物。另该患者为气虚血瘀型DPN,鼓励患者多食用扁豆、黄豆、香菇、鸡肉等食物以行气活血^[18]。

情志护理:护士积极主动地与患者进行交流,了解其有无紧张、恐惧、焦虑等负面情绪。同时向患者详细介绍疾病的相关知识,使患者深入了解糖尿病周围神经病变的治疗及预防措施。此外,护士通过微信与患者保持联系,及时解决患者提出的疑问,并分享治愈患者的经历,以积极地鼓励患者,提高患者战胜疾病的信心。

2.3 护理评价

温和灸治疗 1 个疗程后,患者 SF-36 量表评分为 91 分,TCSS 评分为 11 分,中医证候积分为 3 分,患者肢体疼痛、胸肋痛缓解,仅有轻度腰背痛,失眠、便秘有所改善;2 个疗程结束后,患者 SF-36 量表评分为 96 分,TCSS 评分为 4 分,中医证候积分降为 0 分,患者肢体疼痛等症状消失,足部感觉功能恢复正常,便秘症状缓解,睡眠质量提升,生活质量提升(详见表 2 和表 3)。

表 2 SF-36 和 TCSS 治疗前后变化

项目	治疗前	治疗 1 个疗程后	治疗 2 个疗程后
SF-36(分)	93	93	96
TCSS(分)	10	9	4

表 3 中医证候积分治疗前后变化

临床症状	治疗前	治疗 1 个疗程后	治疗 2 个疗程后
肢体疼痛(分)	3	0	0
肢体麻木(分)	0	0	0
腰背痛(分)	1	1	0
胸肋痛(分)	2	0	0
心烦(分)	0	0	0
失眠(分)	2	1	0
便秘(分)	2	1	0

3 讨论

DPN 是糖尿病较为顽固的并发症,临床治疗难度大,常规西药治疗仅能延缓病情进展,对症效果不佳。而中医外治法治疗本病具有见效快、针对性强、操作简单等优势,对于缓解患者症状,提高生活质量方面发挥着重要作用^[18,19]。

DPN 属中医学“痿证”“痹证”范畴,因消渴日久、气血阴阳亏虚、血行不畅、久病入络致络脉痹阻不通或络脉失养而出现四肢疼痛、麻木等症状,其核心病因病机为“气虚”和“血瘀”,治疗上应以“益气通络”为原则^[20]。温和灸属于艾条灸中悬灸的一种,是将艾条的一端点燃,对准相应的穴位,与皮肤保持一定的距离,使患者有温热而无灼痛的一种方法。其热力及药力自体表毛窍透入经络,直达病所,使血脉调和,而达到温经通痹、温络止痛、活血化瘀的作用,从而有效促进局部血液循环、改善神经功能,缓解疼痛^[21]。现代研究表明,艾灸可通过对腧穴温热性刺激及经络的传导作用,改善高血糖状态,改善 DPN 患者肢体疼痛、麻木症状,加快神经传导速度,促进周围神经再

生,减轻炎性反应,从而有效治疗 DPN^[22]。除改善患者肢体疼痛外,艾灸脾俞、足三里等穴,还可起到健脾和胃、补中益气、温阳通便的作用,从而有效改善患者的便秘情况。

综上,本例患者在控制血糖的基础上结合温和灸这一中医特色护理及其他一系列的综合护理,既发挥了各自的优势,又增强了联合效果,在控制血糖的基础上有效改善了患者肢体疼痛等不适症状,延缓疾病进展,改善预后,提高患者生活质量。

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] SHEN H, ZHAO J R, LIU Y, et al. Interactions between and shared molecular mechanisms of diabetic peripheral neuropathy and obstructive sleep apnea in type 2 diabetes patients[J]. J Diabetes Res, 2018, 2018: 3458615.
- [2] CALLAHAN D, KEELEY J, ALIPOUR H, et al. Predictors of severity in diabetic foot infections[J]. Ann Vasc Surg, 2016, 33: 103-108.
- [3] 郁昕,王素美. 中医特色疗法治疗糖尿病周围神经病变的研究进展[J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20(14): 206-208.
- [4] HUAN X, WANG S M. Research progress on traditional Chinese medicine characteristic therapy in the treatment of diabetic peripheral neuropathy[J]. Chin Med Mod Distance Educ China, 2022, 20(14): 206-208. (in Chinese)
- [5] 李慧芳. 糖尿病周围神经病变药物治疗进展[J]. 海峡药学, 2023, 35(8): 1-4.
- [6] LI H F. Progress in medication of diabetes peripheral neuropathy[J]. Strait Pharm J, 2023, 35(8): 1-4. (in Chinese)
- [7] TAN Y M, HU J, PANG B, et al. Moxibustion for the treatment of diabetic peripheral neuropathy: a systematic review and meta-analysis following PRISMA guidelines [J]. Medicine, 2020, 99(39): e22286.
- [8] 王佳薇,詹静,李德琴,等. 中药足浴联合温和灸在糖尿病周围神经病变患者中的应用研究[J]. 护理与康复, 2023, 22(7): 6-10, 18.
- [9] WANG J W, ZHAN J, LI D Q, et al. Research on application of Chinese medicine foot bath combined with mild moxibustion on diabetic peripheral neurop-

- athy patients[J]. *J Nurs Rehabil*, 2023, 22(7): 6–10, 18. (in Chinese)
- [7] 郑筱萸. 中药新药临床研究指导原则: 试行[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2002.
- ZHENG X Y. Guiding Principles for Clinical Research of New Traditional Chinese Medicine: Trial Implementation [M]. Beijing: China Medical Science and Technology Press, 2002.
- [8] 陈明月, 蔡慧敏, 陈江云, 等. 密歇根糖尿病神经病变评分和多伦多临床评分系统在糖尿病周围神经病变中的诊断价值研究[J]. *中国全科医学*, 2017, 20(4): 427–431.
- CHEN M Y, CAI H M, CHEN J Y, et al. Diagnostic value of Michigan diabetic neuropathy score and Toronto clinical scoring system in diabetic peripheral neuropathy[J]. *Chin Gen Pract*, 2017, 20(4): 427–431. (in Chinese)
- [9] 刘蓉, 张剑锋, 严晓岚, 等. SF-36 和 EQ-5D-5L 量表在晚期血吸虫病患者生命质量评价中的比较研究[J]. *中国寄生虫学与寄生虫病杂志*, 2021, 39(5): 639–646.
- LIU R, ZHANG J F, YAN X L, et al. Comparative study of SF-36 and EQ-5D-5L in evaluating quality of life for patients with advanced schistosomiasis [J]. *Chin J Parasitol Parasit Dis*, 2021, 39(5): 639–646. (in Chinese)
- [10] 郭一萍, 冼君定, 万崇华, 等. 基于 SF-36 的抑郁症患者生命质量与临床客观指标的关系探讨[J]. *重庆医学*, 2023, 52(16): 2429–2433.
- GUO Y P, XIAN J D, WAN C H, et al. Discussion on the relationship between quality of life and clinical objective indicators in patients with depression based on the SF-36 scale [J]. *Chongqing Med*, 2023, 52(16): 2429–2433. (in Chinese)
- [11] 赵建玲, 李忠仁. 温和灸治疗糖尿病周围神经病变临床观察[J]. *中国针灸*, 2008, 28(1): 13–16.
- ZHAO J L, LI Z R. Clinical observation on mild-warm moxibustion for treatment of diabetic peripheral neuropathy [J]. *Chin Acupunct Moxibustion*, 2008, 28(1): 13–16. (in Chinese)
- [12] 李逗逗, 施建丰, 朱玉华, 等. 一种单孔艾灸盒: CN110897874A[P]. 2020–03–24.
- LI D D, SHI J F, ZHU Y H, et al. A single hole moxibustion box: CN110897874A [P]. 2020–03–24.
- [13] 罗星子, 费爱华, 吴花, 等. 温和灸背俞穴结合针刺治疗糖尿病周围神经病变 31 例[J]. *江西中医药大学学报*, 2020, 32(2): 62–64.
- LUO X Z, FEI A H, WU H, et al. Clinical observation on the treatment of diabetic peripheral neuropathy by mild moxibustion at back-Shu point and acupuncture [J]. *J Jiangxi Univ Tradit Chin Med*, 2020, 32(2): 62–64. (in Chinese)
- [14] 邓正定, 王雪芹. 温阳散寒、化痰活血法联合灸法治疗阳虚寒凝型糖尿病周围神经病变临床观察[J]. *山西中医*, 2023, 39(2): 28–30.
- DENG Z D, WANG X Q. Efficacy observation of Wenyang-Sanhan Huatan-Huoxue Decoction and moxibustion on diabetic peripheral neuropathy with syndrome of Yang deficiency and cold coagulation [J]. *Shanxi J Tradit Chin Med*, 2023, 39(2): 28–30. (in Chinese)
- [15] 洪爱云. 精细化护理对糖尿病周围神经病变患者神经电生理及遵医行为的影响[J]. *现代电生理学杂志*, 2023, 30(3): 171–174.
- HONG A Y. Effect of fine nursing on neurophysiology and compliance behavior of patients with diabetic peripheral neuropathy [J]. *J Mod Electrophysiol*, 2023, 30(3): 171–174. (in Chinese)
- [16] 姚竹, 王世芳, 刘晓鹏. 综合护理干预对糖尿病周围神经病变足部神经功能及自我效能的影响[J]. *包头医学*, 2022, 46(1): 45–47.
- YAO Z, WANG S F, LIU X P. Effect of comprehensive nursing intervention on foot nerve function and self-efficacy of diabetic peripheral neuropathy [J]. *J Baotou Med*, 2022, 46(1): 45–47. (in Chinese)
- [17] 张靓怡. 综合足部护理对糖尿病周围神经病变的效果研究[J]. *中国城乡企业卫生*, 2022, 37(8): 8–11.
- ZHANG J Y. Effect study of comprehensive foot nursing on diabetic peripheral neuropathy[J]. *Chin J Urban Rural Enterp Hyg*, 2022, 37(8): 8–11. (in Chinese)
- [18] 李玉珠. 中医特色护理在糖尿病周围神经病变患者中的应用效果[J]. *中国民康医学*, 2023, 35(8): 163–165, 169.
- LI Y Z. Application effects of traditional Chinese medicine characteristic nursing in patients with diabetic peripheral neuropathy[J]. *Med J Chin People's Health*, 2023, 35(8): 163–165, 169. (in Chinese)
- [19] 蒋青, 陈丽荣, 劳广耀, 等. 中医外治法治疗糖尿病周围神经病变的研究近况[J]. *广西中医药*, 2021, 44(2): 71–73.
- JIANG Q, CHEN L R, LAO G Y, et al. Recent research situation in the treatment of diabetic peripheral

- neuropathy by external treatment with Traditional Chinese Medicine[J]. Guangxi J Tradit Chin Med, 2021, 44(2): 71-73. (in Chinese)
- [20] 李松梅, 赵彦春, 赵娟, 等. 不同艾灸灸距和时长对糖尿病周围神经病变的疗效与安全性研究[J]. 北京中医药, 2023, 42(2): 143-145.
- LI S M, ZHAO Y C, ZHAO J, et al. Study on the efficacy and safety of different Moxibustion distance and duration in patients with diabetes peripheral neuropathy [J]. Beijing J Tradit Chin Med, 2023, 42 (2): 143-145. (in Chinese)
- [21] 严玮瑛, 赵瑞玲. 穴位贴敷联合温灸治疗糖尿病周围神经病变的疗效观察[J]. 现代预防医学, 2014, 41(24): 4511-4512.
- YAN W Y, ZHAO R L. Clinical Efficacy of the combination of acupoint patch with Mild Moxibustion for diabetic peripheral neuropathy [J]. Mod Prev Med, 2014, 41(24): 4511-4512. (in Chinese)
- [22] 夏方妹, 徐敏芳, 赵勇, 等. 中医护理技术在糖尿病周围神经病变中的临床应用概述[J]. 中国民间疗法, 2021, 29(24): 137-141.
- XIA F M, XU M F, ZHAO Y, et al. Summary of clinical application of traditional Chinese medicine nursing technology in diabetic peripheral neuropathy [J]. China's Naturopathy, 2021, 29 (24): 137-141. (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。