

DOI: 10.12209/CAIM202310140081

· 中西医结合临床案例 ·

耳穴贴压联合五音乐疗法改善 1 例 2 型糖尿病气阴两虚型患者的护理

董晓娇¹, 白荣平¹, 金超¹, 邵翠², 王圣敏²

(1. 北京市石景山区中医医院 内科病房, 北京 100043;

2. 北京市石景山区中医医院 护理部, 北京 100043)

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,严重影响患者的身心健康,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联合中医五行音乐进行干预。干预 8 d 后,患者视觉模拟疲乏量表由 7 分降至 2 分,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; 五行音乐; 中医护理

Auricular application pressure joint five music therapy to improve 1 case type gas Yin deficiency of type 2 diabetes mellitus patients with care

DONG Xiaojiao¹, BAI Rongping¹, JIN Chao¹, SHAO Cui², WANG Shengmin²

(1. Medical wards, Beijing Shijingshan Hospital of Traditional Chinese Medicine, Beijing 100043;

2. Department of Nursing, Beijing Shijingshan Hospital of Traditional Chinese Medicine, Beijing 100043)

ABSTRACT: This article summarized the nursing experience of auricular point sticking therapy for a patient with type 2 diabetes mellitus and deficiency of both qi and Yin. As the most important symptom of diabetic patients, fatigue seriously affects the physical and mental health of patients and reduces their quality of life. On the basis of improving routine nursing, a patient with type 2 diabetes mellitus with deficiency of both qi and Yin was intervened by auricular point sticking of traditional Chinese medicine combined with five elements music of traditional Chinese medicine. After 8 days of intervention, the visual analogue fatigue scale of patients decreased from 7 points to 2 points, and the Barthel score increased from 60 points to 80 points, which effectively relieved the symptoms of fatigue and improved the quality of life of patients.

KEY WORDS: type 2 diabetes mellitus; lack of strength; auricular point sticking; five elements music; Traditional Chinese Medicine nursing

糖尿病(diabetes mellitus, DM)是一组以高血糖为特征的代谢性疾病^[1]。2021 年国际糖尿病联盟数据,预计 2045 年全球糖尿病患者人数将增至 7.83 亿,中国患者将增至 1.75 亿,其中 90% 为 2 型糖尿病(type 2 diabetes mellitus, T2DM)^[2]。研究显示,西医治疗虽能有效改善患者临床症状,降低其血糖水平,但该病需长期治疗。乏力作为糖尿病患者最主要的主诉,包括生理、心理、精神和社会功能状态多层面和多维度的疲乏,为患者的一种主观感觉。在老年糖尿病患者中发生率达

到 79.4%。糖尿病患者的疲劳程度与其年龄、血糖水平及并发症数量等息息相关。乏力会导致患者原发疾病加重、影响其身心健康并降低生活质量。

在中医认为 2 型糖尿病属于“消渴”的范畴,多由于先天禀赋不足、素体阴虚,复因饮食失节、情志不遂、劳欲过度所致。中医辨证论治分为肝胃郁热型,胃肠实热型,脾虚胃热型,上热下寒型,阴阳两虚型等。气阴两虚型是其中之一,主要临床表现为消瘦,倦怠乏力,气短懒言,易汗出,胸闷

收稿日期:2023-10-14

OPEN ACCESS

www.case.jcme.net.cn

憋气,脘腹胀满,腰膝酸软,便溏,口干口苦,舌淡体胖,苔薄白干或少苔,脉虚细无力^[3]。中医治疗本病原则为改善气阴两虚型乏力,提高活动耐力,患者感觉全身乏力好转,精力充沛。本案例针对1例2型糖尿病气阴两虚型患者的乏力症状,辨证给予耳穴贴压联合中医五行音乐辅助护理治疗,从而达到减轻患者乏力的目的,现报告如下。

1 临床资料

1.1 患者信息

患者男性,42岁,工人,主因“发现血糖升高7年,加重伴乏力5 d”于2023年8月24日由内科门诊收入我科。病史:患者7年前体检发现血糖增高最高达22 mmol/L,之后觉察到有轻度口渴、偏多饮,日饮水1.5 L~2 L,夜尿1~2次,无明显消瘦、乏力及多食善饥。5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。近一周无明显诱因出现乏力,为进一步诊治。今来我院就医,遂以“糖尿病”等收入院。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。发病节气:处暑后。

1.3 辅助检查

空腹血糖:10.6 mmol/L,早餐后血糖12.8 mmol/L。心脏彩超示:二尖瓣少量返流、三尖瓣少量返流、主动脉瓣少量反流、肺动脉瓣少量返流、左室舒张功能减低。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7年,加重伴乏力5 d”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”。

鉴别诊断:消渴乏力应与糖尿病周围神经病变相鉴别。本例以乏力为首发表现,需与糖尿病周围神经病变相鉴别。糖尿病周围神经病变以中老年发病为多见,病程、血糖控制与神经并发症密切相关。糖尿病病程25年者其周围神经病变发病率可达50%以上,临床表现为下肢双足麻木、发凉或灼热刺痛,查体四肢远端感觉减退,踝反射减低或消失,但肢体远端无力表现甚轻或无^[4],乏力作为糖尿病患者最主要的主诉,包括生理、心理、精神和社会功能状态多层面和多维度的疲乏,为患者的一种主观感觉,在老年糖尿病患者中发生率达到79.4%。糖尿病患者的疲劳程度与其年龄、血糖水平及并发症数量等息息相关。乏力会导致患者原发疾病加重、影响其身心健康并降低生活质量。本患者以乏力为主诉,故两者可予以鉴别。

1.5 治疗干预

患者入院后给予内科Ⅱ级护理,低盐低脂糖尿病饮食。西医治疗:予腺苷钴胺及口服维生素B族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,取穴,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。常用按压手法:①对压法:持续对压20 s~30 s。②直压法:持续按压20 s~30 s,间隔少许,重复按压,每次按压3 min~5 min。③点压法:每次间隔0.5 s。一般每次每穴可按压27下,具体可视病情而定。予中医五行音乐以补脾益肾、调理脏腑气血功能,选乐《十面埋伏》最佳聆听时间:在进餐时,以及餐后1 h内欣赏,效果比较好。《梅花三弄》

最佳聆听时间:7:00~11:00。7 d为1个疗程,治疗8 d后,患者乏力评分由原来的7分降为2分,日常生活能力评分由60分上升至80分,患者无需他人照护,提示疾病临床缓解,患者已于9月1日好转出院。

2 护理

2.1 护理评估

2.1.1 乏力评估:使用视觉模拟疲劳量表(Visual Analogue Scale to Evaluate Fatigue Severity, VAS-F)评分法,以一条模拟疲劳程度的标尺,从“0~10”代表“无疲劳”到“非常严重的疲劳”,由患者根据实际情况在0~10个数字上标出疲劳的严重程度^[5]。告知患者0分表示无乏力,10分表示极度乏力。数字越大表示乏力越严重。本患者评估乏力评分为7分,属重度乏力。

2.1.2 日常生活能力评估: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。

2.2 护理诊断

明确患者护理诊断: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VES-F评分降低,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

2.4.1.1 耳穴贴压:耳穴贴压疗法,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。耳穴贴压可以起到调整身体气血运行,维持脏腑功能协调的作用^[6]。①选穴,用探棒在耳廓上找阳性反应点。主穴:糖尿病点、胰、内分泌、丘脑、脑垂体;配穴: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^[7]。每次每个穴位按压1 min~2 min,每日按压3~5次,隔2 d换1次,两耳交替贴用。③取穴原则: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。

2.4.1.2 中医五行音乐:五音疗法主要通过五志与五脏的关系,将五音与五脏相结合,根据患者的情志特点来选择相应的五行音乐调式,调节患者的情绪。因此辨证之时应根据脏腑的虚实情况及患者的情绪状况,选择相应的五行音乐,以达到辨证施乐的目的^[8]。①选调式:宫调、羽调。②施乐:按照子午流注时间选择。在进餐时,以及餐后1小时内听宫调曲目《十面埋伏》,7:00~11:00听羽调曲目《梅花三弄》每日施乐2次,30 min/次。

③辨证施乐原则:根据五音配五脏的思想,中医有“顺其脏腑施乐法”。思伤脾,可用宫调式音乐补之。恐伤肾,所致失眠,可用羽调式音乐补之。

2.4.2 常规护理

观察病情变化,做好相应处理措施。如基础护理和专科护理,保持房间环境整洁明亮、温湿度适宜、保持床铺清洁干燥、避免地面湿滑等。

2.4.3 饮食护理

计算每日的总热量,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,苦丁茶等。

2.4.4 运动指导

指导患者练习八段锦,着重练习两手攀足固肾腰。这一式前屈后伸,双手按摩腰背下肢后方,使人体的督脉和足太阳膀胱经得到拉伸牵扯,对泌尿系统及腰背部的肌肉都有调理作用。每周进行2次轻度或中度阻力性肌肉运动。运动选择在饭后1 h(第一口饭记时)左右,运动频率和时间为每周至少150 min,运动后脉搏宜控制在(170-年龄)次/min左右,以周身发热、微微出汗、精神愉悦为宜。

2.5 护理评价

患者经过8 d治疗,VAS-F评分由7分降为2分,Barthel评分由60分升至80分,详见表1。治

疗期间血糖空腹区间在 10.3 mmol/L ~ 5.9 mmol/L, 餐后区间在 17.3 mmol/L ~ 5.5 mmol/L。患者自觉感受: 乏力症状消失, 活动耐力增加, 精力充沛。

表 1 疗效评估

评估项目	第 1 天	第 4 天	第 8 天
VAS-F/分	7	5	2
Barthel/分	60	75	80

3 结果和随访

出院时患者血糖控制尚可, 乏力症状缓解, 表示对本次住院体验满意。出院后分别在 3 d、7 d 对患者进行回访, 患者主诉起居有常, 用药规律, 血糖控制可, 无明显乏力症状出现。血糖数值空腹在 5.5 mmol/L ~ 6.0 mmol/L, 餐后区间在 5.5 mmol/L ~ 8.0 mmol/L。

4 讨论

糖尿病是临床常见的慢性疾病, 主要表现为口干多饮, 多食易饥, 尿量增多, 倦怠乏力, 腰膝酸软等。慢性病需要长期药物控制, 大幅度降低了患者的生活质量^[9]。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^[10-11], 是未来值得关注的研究方向。

耳穴贴压是通过局部刺激反应, 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, 辨证给予中医耳穴贴压辅助护理治疗, 对患者的耳部穴位进行刺激, 从而达到减轻患者乏力和控制血糖的目的, 并能够有效调节神经中枢、脏器系统等系统^[12]。在中医心理学中, 音乐可以感染、调理情绪, 进而影响身体。在聆听中让曲调、情志、脏气共鸣互动, 达到动荡血脉、通畅精神和心脉的作用。五行音乐疗法是基于五音入五脏原理和情志相胜理论, 给予患者聆听特定的音乐, 以达补脾益肾、调理脏腑气血疏的功效。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^[13]。

本案例采用耳穴贴压联合中医五行音乐治疗 2 型糖尿病气阴两虚型乏力患者, 能沟显著改善乏力, 利于血糖控制, 充分展现了中医特色护理的

优势, 值得临床推广应用。但本研究为个案总结, 循证依据不足, 今后将扩大样本, 进一步深入、系统探讨的中医护理技术。

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] 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]. 2021. SHAO T. Case nursing of a peritoneal dialysis patient with type 2 diabetic nephropathy complicated with umbilical hernia and herpes zoster [J]. 2021.
- [2] SUN H, SAEEDI P, KARURANGA S, et al. IDF Diabetes Atlas: global, regional and country-level diabetes prevalence estimates for 2021 and projections for 2045 [J]. Diabetes Res Clin Pract, 2022, 183: 109119.
- [3] 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)
- [4] 裴玉梅, 高克环, 汪雪静, 等. 以肌痛、乏力为首发表现的 2 型糖尿病合并多血管炎一例[J]. 天津医药, 2013, 41(6): 623-624. PEI Y M, GAO K H, WANG X J, et al. A case of type 2 diabetes complicated with vasculitis with myalgia and fatigue as the first manifestations [J]. Tianjin Med J, 2013, 41(6): 623-624. (in Chinese)
- [5] 康永姣, 解东, 赵敏. 2 型糖尿病患者疲劳评估工具的研究进展[J]. 护理学杂志, 2022, 37(8): 97-100. KANG Y J, XIE D, ZHAO M. Research progress on fatigue assessment tools for type 2diabetics patients [J]. J Nurs Sci, 2022, 37(8): 97-100. (in Chinese)
- [6] 杜帛轩, 赵晓东, 温豆, 等. 耳穴贴压疗法治疗抑郁症伴发失眠的研究进展[J]. 世界睡眠医学杂志, 2022, 9(11): 2231-2234. DU B X, ZHAO X D, WEN D, et al. Research progress of auricular point sticking in the treatment of depression with insomnia [J]. World J Sleep Med, 2022, 9(11): 2231-2234. (in Chinese)

- [7] 石友纲. 安神汤联合王不留行籽耳穴贴压疗法治疗艾滋病不寐的疗效观察[J]. 中医外治杂志, 2022, 31(1): 66-67.
SHI Y G. Observation on the therapeutic effect of Anshen Decoction combined with Vaccaria seed auricular point sticking therapy on AIDS insomnia[J]. J Extern Ther Tradit Chin Med, 2022, 31(1): 66-67. (in Chinese)
- [8] 李赣, 刘念劬, 欧阳鑫勃. 五行音乐与高血压病[J]. 光明中医, 2022, 37(23): 4355-4358.
LI G, LIU N Q, OUYANG X B. Five elements music and hypertension[J]. Guangming J Chin Med, 2022, 37(23): 4355-4358. (in Chinese)
- [9] 陈静, 刘伟平, 刘茹. 四十岁以上居民糖尿病流行病学调查和肿瘤发病风险相关性研究[J]. 中国肿瘤临床与康复, 2022, 29(8): 941-944.
CHEN J, LIU W P, LIU R. Results from epidemiologic investigation of diabetes in residents over 40 years old and the association with cancer risk [J]. Chin J Clin Oncol Rehabil, 2022, 29(8): 941-944. (in Chinese)
- [10] 沈荷娟, 叶淑芳, 陈乐微. 中医护理优势及其专科化发展方向的思考[J]. 中医药管理杂志, 2022, 30(3): 100-102.
SHEN H J, YE S F, CHEN L W. Thoughts on the advantages of traditional Chinese medicine nursing and its specialized development direction [J]. J Tradit Chin Med Manag, 2022, 30(3): 100-102. (in Chinese)
- [11] 陈必慧, 韩倩楠, 傅涵, 等. 基于CiteSpace对2012—2021年我国糖尿病中医护理研究热点与趋势的文献计量分析[J]. 中国医药科学, 2023, 13(5): 57-60.
CHEN B H, HAN Q N, FU H, et al. Bibliometric analysis of research hotspots and trends of TCM nursing of diabetes in China from 2012 to 2021 based on CiteSpace [J]. China Med Pharm, 2023, 13(5): 57-60. (in Chinese)
- [12] 梅湘芸. 耳穴压豆联合吴茱萸穴位贴敷在ICU高血压并糖尿病患者中的应用[J]. 心血管病防治知识, 2023, 13(14): 78-80, 83.
MEI X Y. Application of auricular point pressing beans combined with acupoint application of Evodia rutaecarpa in ICU patients with hypertension and diabetes mellitus [J]. Prev Treat Cardiovasc Dis, 2023, 13(14): 78-80, 83. (in Chinese)
- [13] 杨玲, 张霞. 耳穴埋籽配合五行音乐对气阴两虚型糖尿病患者不寐症状改善研究[J]. 中外女性健康研究, 2021(21): 24-26.
YANG L, ZHANG X. Research on improving insomnia symptoms of diabetes patients with Qi-Yin deficiency type by embedding seeds in ear points and five elements [J]. Women's Health Res, 2021(21): 24-26. (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。