

DOI: 10. 12209/CAIM202411220003

· 中西医结合临床案例 ·

# 耳穴压丸改善 1 例血液透析高血压患者的护理体会

张翠利, 赵亚红, 孙双超

(北京中医药大学房山医院 透析室, 北京, 102400)

**摘要:** 本文总结耳穴压丸改善 1 例血液透析高血压患者的护理体会。在中医护理理论的指导下, 根据患者具体病情制定个性化护理方案, 予患者耳穴压丸治疗同时配合情志护理、膳食护理及生活起居护理等护理措施, 对降低透析高血压发生率, 改善相关症状及缓解焦虑情绪有显著效果。

**关键词:** 血液透析; 高血压; 耳穴压丸; 中医护理

## Nursing experience of using ear acupressure pills to improve a hypertensive patient undergoing hemodialysis

ZHANG Cuili, ZHAO Yahong, SUN Shuangchao

(Dialysis Room, Fangshan Hospital Beijing University of Traditional Chinese Medicine, Beijing, 102400)

**ABSTRACT:** This article summarizes the nursing experience of using ear acupressure pills to improve a hypertensive patient undergoing hemodialysis. Under the guidance of traditional Chinese medicine nursing theory, personalized nursing plans are developed based on the specific condition of the patient, and ear acupressure pills are given to the patient. At the same time, emotional care, dietary care, and daily living care are combined to significantly reduce the incidence of dialysis hypertension, improve related symptoms, and alleviate anxiety.

**KEY WORDS:** hemodialysis; hypertension; ear acupressure pills; Traditional Chinese Medicine nursing

血液透析是终末期肾病患者赖以生存的主要治疗方法之一, 而高血压是血液透析患者最常见的重要并发症<sup>[1]</sup>。有研究报道, 血液透析患者中超过 70% 会发生高血压<sup>[2]</sup>, 虽然使用 3 种及以上降压药控制血压, 仍有 90% 的患者血压控制不理想<sup>[3]</sup>。而中医护理在高血压治疗和并发症的预防中起到至关重要的作用<sup>[4]</sup>。耳穴压丸是基于中医经络理论的一种非药物疗法, 通过在耳部选定相应的穴位, 施加压力以达到改善身体机能和调节身体平衡, 可起到控制血压水平的作用<sup>[5-6]</sup>。因此, 在规律血液透析的基础上采用耳穴压丸治疗, 配合中医辨证施护, 降低患者血压, 改善因高血压引发的不适症状和焦虑情绪, 为患者提供全方位的护理支持, 提高患者生存质量。

### 1 临床资料

#### 1.1 一般资料

患者女性, 56 岁, 2016 年 03 月 03 日因尿少、

乏力 8 年余入住我院肾病科, 住院期间监测肌酐 539 ~ 545  $\mu\text{mol/L}$ , 出院诊断为慢性肾功能衰竭 CKD5 期, 住院期间行动静脉内瘘成形术, 2017 年 1 月开始规律血液透析治疗。近期患者在血液透析中频发高血压, 收缩压最高达 177 mm Hg, 舒张压最高达 99 mm Hg, 同时伴有头晕、头痛、心烦、胸闷、气短等症状, 常有提前终止透析治疗的情况。刻下症见, 倦怠乏力, 腰膝酸软, 双下肢略水肿, 纳可, 寐欠安, 无尿, 大便可。既往高血压病史 20 年, 冠心病病史 8 年, 维持性血液透析 7 年, 予降压, 抗板, 调脂, 稳定斑块, 调节钙磷代谢, 纠酸及纠正贫血等治疗, 无过敏史。

#### 1.2 体格检查

患者体温(T) 36.2℃, 脉搏(P) 82 次/min, 呼吸(R) 20 次/min, 血压(BP) 158/86 mm Hg。神清, 精神可, 面色黧黑, 双下肢略水肿, 肌肤甲错, 左上肢前臂自体动静脉内瘘震颤良好, 查体配合, 问答切题。舌暗紫胖, 苔薄白, 舌下脉络瘀滞, 脉滑涩。

收稿日期: 2024-11-22

OPEN ACCESS

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

### 1.3 诊断

西医诊断:慢性肾功能衰竭CKD5期,高血压病Ⅲ级,冠状动脉粥样硬化性心脏病;中医诊断:慢性肾衰,脾肾两虚,兼浊毒瘀血。

### 1.4 治疗经过

予患者充分透析治疗,方案为血液透析治疗,2次/周,血液透析联合血液灌流,1次/周,血液透析滤过,1次/2周,透析时长4 h。限盐控水,低磷、优质蛋白饮食,平时予降压、降磷、纠正贫血、肾性骨病等治疗。针对患者透析过程中高血压,干预方法为遵医嘱予耳穴压丸治疗,配合情志护理、膳食护理及生活起居等中医护理措施。2024年9月2日至2024年9月15日,干预14 d后,患者高血压症状、焦虑情绪明显得到改善,血压基本达到正常,未出现提前终止透析治疗等情况,提高患者生存质量。

## 2 护理

### 2.1 护理评估

#### 2.1.1 血压与症状评估

该患者2024年8月血液透析13次,透析前、中、后共测量血压39次,发生高血压19次,发生率为48.7%(发生高血压次数/8月共测量血压次数),详见表1。提前终止透析5次,其中因高血压不适造成的终止透析4次,并伴有头晕、头痛、胸闷、心烦及气短等症状。

#### 2.1.2 焦虑评估

采用焦虑自评量表(SAS)评估患者焦虑情绪,反映测试者焦虑的主观感受,采用4级评分,主要评定症状出现的频度,共20个条目。将20个条目的各个得分相加,即得粗分;用粗分乘以1.25以后取整数部分,就得到标准分。SAS标准分的分界值为50分,其中50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,70分以上为重度焦虑。本例患者SAS评分65分,属中度焦虑。

### 2.2 护理诊断

根据患者的具体病情、主诉及身体评估,提出如下护理诊断:焦虑与血压控制不佳,未达到治疗量有关;舒适性改变与透析治疗中出现头晕、头疼、胸闷及心烦等不适有关;有合并心、脑血管疾病的风险与血压控制不佳有关。

### 2.3 护理计划

根据患者实际病情和预期结果,制定适当的护理计划。采用耳穴压丸治疗,配合中医护理,降

低患者血液透析高血压发生率,并改善相关症状和缓解焦虑情绪,保证透析过程中达到治疗量,同时做好血液透析中发生高血压的紧急处理和预防。

### 2.4 护理措施

#### 2.4.1 血液透析中发生高血压的处理及预防

根据患者具体病情,遵医嘱予降压药硝苯地平缓释片20 mg含服,30 min后复测血压,及时报告医生。透析过程中密切观察患者的生命体征变化,增加巡视和测量血压的次数,询问患者有无头晕、头痛及胸闷等症状,与医生沟通,遵医嘱予个性化透析。给患者讲解高血压的相关知识和个性化透析的优势,缓解患者紧张情绪,保持良好的心态。嘱患者随身携带降压药,透析日血压不高时,可遵医嘱停药降压药。定期评估和调整干体重,透析间期体重增长小于干体重的5%。指导患者,低盐、低脂及优质蛋白饮食,为其准备食盐勺模具,食盐摄入<5 g/d,并指导其准备有刻度的杯子,做好透析间期容量管理。

#### 2.4.2 耳穴压丸

评估患者耳部情况,进行常规消毒,以胶布将王不留行子贴压在降压沟、肝、肾、心、交感、神门及皮质下等穴位上。嘱患者每天每个穴位按压4次,每次每个穴位按压1 min,用食指指腹按压耳穴上的药丸,以酸、麻、胀、热并能耐受为宜。双耳穴位交替贴压,3 d一调换,治疗周期为14 d。注意事项:探棒取穴时用力要均匀、轻重一致,在耳穴压丸期间,嘱患者密切观察耳部皮肤情况,保持干燥,避免湿水,每日按压时切勿搓揉,以免刺激过度,导致皮肤破损。

#### 2.4.3 情志护理

加强与患者沟通,倾听患者诉求,进行有效针对性的指导,给予体贴关心,讲解血液透析与高血压的相关知识,使患者能正确看待疾病,避免轻视或过度恐慌。鼓励患者多听舒缓音乐,培养兴趣爱好,分散心烦焦虑情绪。多与患者介绍治疗成功的病例,使其增加战胜疾病的信心,积极配合治疗,提高自我管理能力。

#### 2.4.4 膳食护理

患者以气滞血瘀、脾肾两虚为主症,根据辨证施食,饮食以温热、清淡为宜,可食用一些药粥,如党参粥、红枣粥、山药粥等,熬粥时尽量成糊状,避免水分过多,可适当食用肉、蛋、奶和蔬菜、水果等,肉类以鱼肉、鸡肉、瘦肉为宜,忌食生冷、辛辣、油腻等食物。

表 1 2024 年 8 月份患者透析治疗血压记录

| 日期       | 上机前血压/ mm Hg | 治疗 2 h 血压/ mm Hg | 下机后血压/ mm Hg | 高血压症状 | 终止透析 |
|----------|--------------|------------------|--------------|-------|------|
| 8 月 2 日  | 100/60       | 106/50           | 110/70       | 无     | 否    |
| 8 月 5 日  | 160/70       | 177/76           | 125/70       | 有     | 是    |
| 8 月 7 日  | 130/60       | 127/95           | 110/60       | 无     | 否    |
| 8 月 9 日  | 146/68       | 116/72           | 130/80       | 无     | 否    |
| 8 月 12 日 | 160/80       | 152/79           | 120/80       | 有     | 否    |
| 8 月 14 日 | 170/80       | 175/99           | 140/80       | 有     | 是    |
| 8 月 16 日 | 120/70       | 123/50           | 120/70       | 无     | 否    |
| 8 月 19 日 | 157/80       | 118/80           | 140/90       | 有     | 是    |
| 8 月 21 日 | 146/61       | 134/62           | 120/70       | 无     | 否    |
| 8 月 23 日 | 170/79       | 148/88           | 148/80       | 有     | 否    |
| 8 月 26 日 | 134/71       | 131/70           | 140/80       | 无     | 是    |
| 8 月 28 日 | 170/90       | 162/87           | 130/90       | 有     | 是    |
| 8 月 30 日 | 150/80       | 160/86           | 130/80       | 有     | 否    |

表 2 2024 年 9 月患者透析治疗血压记录

| 日期       | 上机前血压/ mm Hg | 治疗 2 h 血压/ mm Hg | 下机后血压/ mm Hg | 高血压症状 | 终止透析 |
|----------|--------------|------------------|--------------|-------|------|
| 9 月 2 日  | 130/66       | 154/80           | 130/80       | 无     | 否    |
| 9 月 4 日  | 160/80       | 160/99           | 140/80       | 有     | 否    |
| 9 月 6 日  | 160/93       | 173/97           | 150/80       | 有     | 否    |
| 9 月 9 日  | 150/80       | 154/91           | 150/80       | 无     | 否    |
| 9 月 11 日 | 120/60       | 123/69           | 120/80       | 无     | 否    |
| 9 月 13 日 | 127/63       | 133/67           | 120/80       | 无     | 否    |
| 9 月 16 日 | 132/106      | 120/71           | 126/70       | 无     | 否    |
| 9 月 18 日 | 130/70       | 120/63           | 120/74       | 无     | 否    |
| 9 月 20 日 | 130/70       | 130/70           | 110/80       | 无     | 否    |
| 9 月 23 日 | 140/70       | 136/72           | 128/70       | 无     | 否    |
| 9 月 25 日 | 130/70       | 120/70           | 105/70       | 无     | 否    |
| 9 月 27 日 | 116/70       | 138/63           | 120/70       | 无     | 否    |
| 9 月 30 日 | 90/60        | 124/69           | 120/70       | 无     | 否    |

2. 4. 5 生活起居护理

保持生活环境舒适、整洁,定时通风,养成监测血压和记录的好习惯,遵医嘱指导患者血液透析过程中降压药服用方法,并且教育患者头部旋转或低头时幅度不宜过大,变换体位时,动作要缓慢。指导患者养成良好作息习惯,保持充足睡眠。鼓励患者适当运动,如散步、太极拳、八段锦等,可调畅气血,阴阳平衡。

2. 5 护理评价

患者对护理干预效果满意,依从性好,治疗过程中严格按照护士的指导进行耳穴压丸治疗,经过 14 d 的护理干预,降低患者透析过程中高血压发生率,该患者 2024 年 9 月血液透析 13 次,透析前、中、后共测量血压 39 次,发生高血压 10 次,发生率 25. 6%;提前终止透析 0 次,均能够完成 4 h 透析治疗,保证透析充分性,详见表 2;患者 SAS 评分 52 分,焦虑症状得到缓解;头晕、头痛、胸闷、

心烦及气短等症状偶尔出现,使患者在血液透析治疗时,舒适性得到提高。指导患者了解高血压相关知识,并养成良好的生活习惯,未发生心、脑血管疾病等并发症。

3 随访

护理干预 14 d 后,予患者随访,患者在血液透析过程中,包括非透析日,遵医嘱进行服药,发生高血压的次数未增多,偶有头晕、头疼、胸闷及心烦等症状,透析舒适性有所提高,患者焦虑情绪得到缓解。目前未发生提前终止透析治疗的情况,提高患者生存质量,患者满意度高。

4 讨论

血液透析患者在治疗期间因药物分布容积、药物清除途径及蛋白结合率等多方面对药动学造成影响,同时,透析膜或滤膜性质、药物分子量、电

荷等均对药物有清除,从而对血压产生影响<sup>[7]</sup>。中医认为,在血液透析过程中,患者的大量阴液在短时间内被排除,导致患者体内阴阳失衡,阴液不足而抗阳无治,肝阳上亢,最终造成血压上升<sup>[8]</sup>。

中医护理注重整体观念和个体化治疗,通过对患者的生活方式、心理状态和饮食习惯等进行综合调护,采用针灸、推拿、耳穴压丸及穴位贴敷等非药物疗法,达到调节身体机能、平衡阴阳的目的<sup>[4]</sup>。耳穴压丸是将耳部穴位贴压王不留行籽,然后通过按压对耳部穴位产生刺激,从而起到防治疾病的一种外治方法<sup>[9]</sup>。本次所选要穴以降血压为主要目的,有祛瘀通阻、定眩降压、镇静及安神等作用,且研究表明通过多穴位刺激,激发细胞活性,提高机体组织供氧,改善血液循环,保持阴阳平衡,从而起到降压作用,还可改善脑血管功能,避免发生其他相关并发症<sup>[10-12]</sup>。

综上所述,血液透析患者发生高血压时,采用耳穴压丸治疗,同时配合中医综合护理,充分发挥中医非药物的优势,不仅能有效降低透析患者高血压的发生率,改善症状,缓解焦虑情绪,还可调节气血和脏腑功能,预防相关并发症,弥补西医对高血压防治的不足之处,提高透析充分性和患者生存质量,值得推广。

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] 张洁. 中医情志护理对高血压患者负性情绪的影响[J]. 临床研究, 2018, 26(6): 189-190.  
ZHANG J. Influence of emotional nursing of TCM on negative emotion of hypertension patients [J]. Clin Res, 2018, 26(6): 189-190. (in Chinese)
- [2] 林琳, 蔡珏. 基于“穴位贴敷、耳穴压丸”等技术探讨早期糖尿病肾脏病气阴两虚证患者的中医护理体会[J]. 中国中西医结合肾病杂志, 2020, 21(1): 71-72.  
LIN L, CAI J. Traditional Chinese Medicine nursing experience of patients with Qi-Yin deficiency syndrome of early diabetic kidney disease based on "acupoint application, auricular point pressure pill" and other techniques [J]. Chinese Journal of Integrative Nephropathy, 2020, 21(1): 71-72. (in Chinese)
- [3] 尹玥. 中医药干预血液透析患者高血压病研究进展[J]. 光明中医, 2023, 38(19): 3878-3880.
- YIN Y. Research progress of intervention of traditional Chinese medicine on hypertension in hemodialysis patients [J]. Guangming J Chin Med, 2023, 38(19): 3878-3880. (in Chinese)
- [4] 谭丽娟. 中医护理在高血压的治疗与管理中的应用研究进展[C]//广州市第十四届健康教育与健康促进学术交流活动稿集. 广州, 2024: 229-235.
- [5] 朱丽, 郝晓莉, 李蜜蜜, 等. 中医护理技术在高血压患者负性情绪中的应用进展[J]. 心理月刊, 2024, 19(1): 213-214, 240.  
ZHU L, HAO X L, LI M M, et al. Progress in the application of traditional Chinese medicine nursing techniques in negative emotions of hypertensive patients [J]. Psychological Month, 2024, 19(1): 213-214, 240. (in Chinese)
- [6] 任建芬, 邱燕. 标准化耳穴压豆中医护理在高血压病患者中的应用效果分析[J]. 中国标准化, 2023(18): 272-275.  
REN J F, QIU Y. Analysis of the application effect of standardized auricular acupoint pressure bean TCM nursing in patients with hypertension [J]. China Stand, 2023(18): 272-275. (in Chinese)
- [7] 谭蓓. 维持性血液透析患者透析过程中的高血压管理[J]. 透析与人工器官, 2021, 32(2): 57-59.  
TAN B. The hypertension management in maintenance hemodialysis patients during dialysis [J]. Chin J Dial Artif Organs, 2021, 32(2): 57-59. (in Chinese)
- [8] 袁玲, 高超, 邢秀玲, 等. 耳穴压丸法联合热敏灸对糖尿病肾病早期病人炎症水平、免疫功能的影响[J]. 护理研究, 2020, 34(16): 2833-2836.  
YUAN L, GAO C, XING X L, et al. Effect of auricular point pressing pill method combined with heat sensitive moxibustion on inflammatory level and immune function of early diabetic nephropathy patients [J]. Chin Nurs Res, 2020, 34(16): 2833-2836. (in Chinese)
- [9] 吴秀花, 陈杰东, 陈小玲. 耳部全息铜砭刮痧联合耳穴埋豆对慢性失眠症的疗效观察[J]. 中医外治杂志, 2022, 31(5): 65-67.  
WU X H, CHEN J D, CHEN X L. Observation on the therapeutic effect of ear holographic copper scraping combined with ear acupoint embedding beans on chronic insomnia [J]. J Extern Ther Tradit Chin Med, 2022, 31(5): 65-67. (in Chinese)
- [10] 陈璇, 钟元春, 刘华. 耳穴贴压配合中医情志护理对血液透析患者高血压影响[J]. 智慧健康, 2020, 6(35): 113-114, 117.  
CHEN X, ZHONG Y C, LIU H. Effect of auricular

- point sticking and TCM emotion nursing on hypertension in hemodialysis patients [J]. *Smart Healthc*, 2020, 6(35): 113–114, 117. (in Chinese)
- [11] 陈林, 唐念珍, 梁丽, 等. “降压穴”针刺联合耳穴压豆治疗痰湿中阻型高血压的临床研究[J]. *中西医结合心脑血管病杂志*, 2024, 22(19): 3582–3587.
- CHEN L, TANG N Z, LIANG L, et al. Clinical study on the treatment of hypertension with phlegm-dampness stagnation by acupuncture at “Jiangya point” combined with auricular point pressing beans [J]. *Chin J Integr Med Cardio Cerebrovasc Dis*, 2024, 22(19): 3582–3587. (in Chinese)
- [12] 李娟, 董艳芳, 高淑红, 等. 中医整体观念施护联合调理脾胃针法对糖尿病肾病患者氧化应激和生活质量的影响[J]. *长春中医药大学学报*, 2021, 37(5): 1100–1103.
- LI J, DONG Y F, GAO S H, et al. Effect of the TCM holistic nursing combined with the acupuncture for regulating the spleen and stomach on the oxidative stress and quality of life in patients with diabetic nephropathy [J]. *J Changchun Univ Chin Med*, 2021, 37(5): 1100–1103. (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。