

中医外治疗法护理在糖尿病中的研究进展

熊茂

镇雄县中医医院

DOI:10.12238/carnc.v2i3.9148

[摘要] 糖尿病作为一种常见的慢性代谢性疾病,其发病率逐年上升。中医外治疗法,在糖尿病及其并发症的护理中发挥了重要作用。本文旨在综述中医外治疗法护理在糖尿病中控制血糖的应用效果,采取中医特色外治疗法及护理,如灸法、中药熏洗、穴位贴敷等联合中医情志护理治疗糖尿病,彰显中医外治疗法在控制糖尿病血糖的应用价值,为糖尿病患者提供更加全面、个性化的护理服务,减轻其疾病负担,提高患者生活质量。

[关键词] 中医外治疗法; 情志护理; 糖尿病

中图分类号: R587.1 **文献标识码:** A

Research progress of traditional Chinese medicine external treatment nursing in diabetes mellitus

Mao Xiong

Zhenxiong County Hospital of Traditional Chinese Medicine

[Abstract] As a common chronic metabolic disease, the incidence of diabetes mellitus is increasing year by year. The TCM external treatment method plays an important role in the care of diabetes mellitus and its complications. This paper aims to review the application of TCM treatment nursing in diabetes, take the characteristics of traditional Chinese medicine treatment and nursing, such as moxibustion, Chinese medicine fumigation, acupoint sticking joint of traditional Chinese medicine volunteers nursing treatment of diabetes, TCM treatment in the control of the application value, for diabetes patients to provide more comprehensive and personalized nursing services, reduce the disease burden of patients, improve the quality of life of patients.

[Key words] Chinese medicine treatment; moxibustion therapy; herbal fumigation; diabetes mellitus

前言

糖尿病(Diabetes Mellitus, DM)是由环境和遗传因素的共同作用引起的一组以慢性高血糖为主要特征的代谢性疾病^[1]。随着生活水平的改变人们的饮食规律也随之而改变,其发病率呈逐年上升,严重威胁人类的健康,根据国际糖尿病联合会(IDF)对糖尿病患病率进行的预测,2019年糖尿病患病率为9.3%,2045年总人口患病率接近为10.9%,根据世界卫生组织WHO的数据,患病率的增加在不断地上升。全球糖尿病患者人数已超过4.6亿,且预计在未来几十年内将持续增长^[2]。通过本文,我们对糖尿病患者实施中医辨证论治原则,中医治疗及护理采取灸法、中药熏洗、穴位贴敷、耳穴贴压等外治疗法可明显地有效控制患者血糖症状,加以调节患者情绪,并预防并发症的发生,以达到改善患者的生活质量。在药物治疗控制血糖的同时,中医护理在糖尿病中发挥的作用也非常重要^[3]。本文总结了近年来中医护理在糖尿病中的研究进展作一综述,旨在为今后糖尿病患者的中医护理提供一定经验和指导,内容如下。

1 中医对糖尿病的认识

中医将糖尿病归为“消渴病”范畴,认为其主要起因与脾胃虚弱密切相关。《黄帝内经》中提及“脾胃为仓禀之官,胃为五脏之本,六腑之大源”,强调了脾胃在气血生化中的重要性。消渴病又分为上消、中消、下消,消渴属肺燥名上消,中消属胃热名中消,肾消属肾虚名下消^[4]。病位在胃、肺、肾,以善食易饥、口渴多饮、尿频量多为其临床表现。随着现代生活方式的改变,认为主要是由于:①饮食不节:尤其是肥甘厚味食物的摄入过多,易损伤脾胃体态臃肿;②情志失调:长期的心情不愉,如郁怒伤肝、肝气郁结,或劳心竭虑、营谋强思,以致郁久化火,损耗心脾之气、劳逸失度;③体质因素:常因禀赋不足、阴虚燥热等。引起人体内阴阳失衡所致使消渴病的发生^[5]。

2 中医外治护理

2.1 灸法外治护理

灸法是点燃艾炷,在体表相应部位进行熏,通过灸法以达到温经通络、升阳举陷、行气活血、驱寒逐湿、消肿散结等作用。

Clinical Application Research of Nursing Care

同时通过局部施灸的方式,对患者的皮肤进行轻微的刺激,可以有效加强血液循环,达到修复创面、防治疾病的目的。遵照医嘱灸法采用温和灸,其使用方法:①取患者足三里、气海、关元等穴位,施灸时将艾条点燃,对准取穴部位,距离皮肤约2~3cm进行熏灸,使患者局部皮肤觉有温热而无灼痛感为宜;②每日一次、每次每穴施灸10~15分钟,局部皮肤出现红晕为度;③通过护理人员的手指来测量患者局部受热的温度,以利于随时调节施灸的距离,掌握施灸的时间,防止烫伤^[6]。杨岚清^[7]通过治疗对照得出实验,治疗组的VAS评分和hs-CRP等相关指标均优于对照组,结果显示灸法能有效改善糖尿病足患者的血糖水平和足部微循环水平。其与谈力欣^[8]研究结果相一致,灸法可使患者临床症状改善和缓解,也可以稳定患者的血糖水平,降低血糖的波动。提高糖尿病的治疗效果,有利于患者的身体健康恢复,提高患者的生活水平,宜临床的广泛应用。

2.2 中药熏洗治疗护理

中药熏洗作为一种中医传统的治疗手段,其疗法通过中药成分渗透皮肤进入体内,具有行气活血、清热解毒、消肿止痛、发汗解表等疗效,对改善糖尿病患者的血液循环、调节免疫功能、减轻炎症等方面有着积极影响^[9]。张欢,焦洁^[10]等人通过研究得出,将药物通过特制方式制成药液用于熏洗、浸泡糖尿病患者足部,可帮助患者足部血液微循环,提高四肢神经供血、供氧,此外,药物成分可通过足部皮肤进入体内,改善患者血液高凝、皮肤瘙痒和干燥等问题,对于改善血糖的控制有着非常积极的作用^[11]。熏洗方法:遵照医嘱将已配置好的中药,放置熬药壶中大火煮沸后改用文火煎煮30min,患者在中药熏洗前需要先清洁下肢,使用中药熏洗选择专用盆进行熏洗,温度保持在37~40℃左右,熏洗20~30min为宜,熏洗每日一次,严防烫伤,期间嘱咐患者注意保暖,温度不耐受的患者待药液温度降至可耐受为宜,熏洗部位皮肤应无破溃,对中药液无过敏者方可进行此疗法^[12]。如上述,糖尿病患者采用中药熏洗可明显改善患者疾病症状、降血糖,提高患者的生活质量。

2.3 “消渴贴”穴位贴敷

穴位贴敷是把中药研成细末加凡士林膏、水、白醋等调成糊状或用呈凝固状的油脂制成软膏,调制适宜贴敷的湿度,在穴位上进行贴敷,通过药物和穴位的同时作用以达到治疗疾病的一种中医外治方法^[13]。以《中医经络学说》为理论依据,遵照医嘱选用患者的涌泉、足三里、脾俞、胃俞等穴位进行贴敷,每次贴敷时间2~4h,隔日进行一次贴敷。此疗法通过药物直接作用于穴位,是药物深入体内,不仅能发挥中药诸多的药理机制,还可激活经络的整体系统调节作用,同时可使气血下行,以达到扶正祛邪、调和阴阳、疏通经络、调整气血,以达到平稳控制血糖的效果。糖尿病患者进行穴位贴敷治疗,一致认为药物通过经络聚集刺激穴位,达到对疾病的治疗效果,并对糖尿病患者进行针对性的治疗。且中药穴位贴敷治疗过程中的安全性较高,无任何创伤性,患者接受度高。郭爱萍^[14]团队经过对糖尿病的患者进行贴敷治疗得出,对照试验患者的2hPG、FBG和HbA1C的达标率

分别为90.70%、95.35%和81.40%,显著高于对照组的72.09%、81.40%和60.47%($P<0.05$)。研究显示,穴位贴敷在对糖尿病患者的治疗上,能有效降低患者血糖和糖化血红蛋白具有显著的应用效果,不仅可以很好的降低相关并发症的发生率,也可推动患者血糖治疗趋于正常水平,有效提升了临床上对糖尿病的治疗和护理效率,使患者的生存及生活质量得到了显著提高^[15]。

2.4 耳穴压豆法护理

耳穴压豆疗法(耳穴贴压法),是中医的特色疗法,其理论基础源于《经络临床》,认为耳部是人体各脏腑器官的缩影,耳部上的每一个穴位都对应着人体的某个器官或部位。根据《黄帝内经》中的“耳者,宗脉之所聚也”理论,因此耳部是人体全身信息的反应点及控制点,与人体脏腑经络密切相关^[16]。当身体出现异常不适时,耳部穴位会出现相应反应,通过相应的穴位刺激可达到缓解病症、改善体循环、预防疾病及调节脏腑等功效,常选用穴位心、肝、脾、肾、胰、交感、神门等,可对糖尿病患者的辅助治疗有显著效果,护理操作注意事项:①使用酒精消毒待干后,贴压耳穴需防水,以免脱落;②耳部皮肤若出现炎症或冻伤的不宜采用此疗法;③如患者出现过于饥饿、疲劳、紧张时不宜即刻使用耳穴压豆疗法,症状缓解待医师评估后方可进行;④护理人员应指导患者学会自我按压已贴耳穴,至少每次每穴按压30下,按压持续时间1min内,每日3次;⑤患者自我按压已贴的耳穴,自觉为局部酸、麻、胀等症状为宜。蒋慧珊^[17]选取92位2型糖尿病的患者作为此疗法的研究对象,该研究结果显示,干预后联合组2hPBG、FBG与HbA1c的水平均低于参照组的,数据显示($P<0.05$)。通过耳穴刺激可激活机体免疫功能,提高机体抵抗力,有助于控制糖尿病趋于正常水平。随着临床研究的不断深入和中医技术的不断创新,耳穴压豆治疗糖尿病的作用机制将更加明确,治疗方法将更精准和便捷。

2.5 穴位按摩疗法护理

穴位按摩法是中医的一种重要疗法,通过特定手法按摩特定的穴位,调节经络气血,以达到调和阴阳、治疗疾病的目的。在糖尿病治疗中,穴位按摩的主要作用机制包括改善胰腺功能、促进胰岛素分泌、降低血糖,以及调节脏腑功能、改善血液循环等^[18]。予以糖尿病患者穴位按摩治疗取平卧位,涂抹适当按摩膏在足部与小腿部位,主要取肾俞、足三里、脾俞、解溪及八风穴,每个穴位按摩3~5min,每天一次;按摩力度要适中,避免用力过猛导致疼痛或损伤,以患者觉有酸麻、胀、痛及耐受度为宜;按摩时,指导患者保持呼吸自然、心情放松,以达到最佳效果^[19]。胡艺^[20]团队组采用足底穴位按摩刺激足部相应穴位,按摩具有全身气血运行,补气养血、加强血液循环,改善局部供血,排除体内毒素,从而发挥调节气血平衡的功效已到达降低血糖。综上所述糖尿病治疗辅以穴位按摩有助于改善患者的血糖控制情况,穴位按摩在糖尿病患者的治疗中具有重要的应用价值。

3 中医情志护理

中医情志护理是为中医护理模式的重要组成部分,通过关

注患者的情志变化和心理状态,并力求通过防止和清除不良情绪的影响来使病患处于治疗中的最佳心理状态,以促进疾病的康复;它强调以良好的护患关系为桥梁,运用科学的护理手段来达到这一目标^[21]。护理人员进行中医情志护理时,需要具备良好的综合素质,这包括熟练掌握中医情志护理的相关医学基础知识,以及不断学习相关的学科知识。在临床工作中,护理人员应灵活运用四诊方法(望、闻、问、切)来观察和了解病人的情志变化,并采取适当的方法来调节病人的情绪,使患者在心理、生理上处于接受治疗的最好状态。

中医理论认为,情志护理的核心在于理解和处理“七情”,即喜、怒、忧、思、悲、恐、惊这七种的情绪变化,而情绪变化与五脏功能有着密切的联系,如心主喜,肝主怒,脾主思,肺主忧,肾主恐。因此,情志护理的关键在于调节情绪,以保持五脏的和谐与平衡。在中医情志护理中,有许多具体的方法和技术,如说理开导法、移情疗法等。这些方法旨在帮助患者认识到情志对人体健康的影响,解除病患的疑虑和困惑,转移或改变其不良情绪^[22]。患者血糖长期处于波动状态给生活和工作带来极大的不便和痛苦,由此加重焦虑、抑郁的不良情绪。应向患者说明情志失调也是导致血糖不稳的重要因素,通过调节和改善情绪来达到预防和治疗疾病的目的。指导患者学会自我放松、调摄情志的方法,避免过度紧张、忧思,保持心情舒畅^[23]。中医情志护理体现了中医整体治疗和以人为本的护理理念,强调精神因素在疾病发生和治疗中的重要作用,并提倡心理治疗和护理。

4 结论与展望

在传统医学中,中医外治法作为一种传统而独特的医疗手段,中医外治法具有广阔的应用前景,在糖尿病治疗中展现出了独特的优势与潜力。未来,随着医疗行业的不断发展与研究的深入,中医护理在糖尿病中的作用机制也逐渐明朗。综上所述,通过灸法、中药熏洗、穴位贴敷等不同的中医治疗护理,能够显著降低糖尿病患者的血糖水平,改善胰岛功能,并有效缓解糖尿病并发症的症状,使得糖尿病患者血糖趋于正常水平。加强其标准化和规范化研究,以便更好地服务于糖尿病患者,为糖尿病患者提供更多的治疗选择和生活质量的改善,临床应用价值显著。

[参考文献]

- [1]刘玉婧.中医护理在糖尿病合并肾病患者护理中的应用[J].中外医疗,2024,43(6):172-175.
- [2]Annelie Kerekou Hode, Alihonou Hubert Dedjan, Déo-Gratias Gnaho. Prognostic Factors for Diabetic Foot at CNHU-HKM[J].Journal of Diabetes Mellitus,2024,(1):20-27.
- [3]蒋小芳,王培鑫,张辰.中医护理在糖尿病及其并发症中的应用研究进展[J].现代医药卫生,2024,(12):2126-2130.
- [4]马志伟,马晓蓉,张甜.中医防治糖尿病及其并发症研究进展[J].中国民族民间医药,2020,29(24):71-74.

[5]庄雯静.中医对糖尿病的认识[J].人人健康,2023,(24):27.

[6]汤福静,张娇,薛阳阳.中医艾灸技术在1例眼科病房带入性糖尿病足病人护理中的应用效果[J].全科护理,2020,18(12):1535-1536.

[7]杨岚清,周忠志,熊武.穴位敷贴配合灸法治疗糖尿病足的临床观察[J].中国中医药现代远程教育,2018,16(12):135-137.

[8]谈力欣,崔杰,张秀云.艾灸胰俞穴对2型糖尿病周围神经病变患者血糖波动及感觉神经传导速度的影响[J].河北中医,2023,45(11):1876-1879.

[9]陈洁汾,李志龙,李泽如.中药熏洗联合中医护理在糖尿病周围神经病变中的应用效果[J].光明中医,2020,35(1):137-139.

[10]张欢,焦洁.中药熏洗足部护理在2型糖尿病周围神经病变患者中的应用效果[J].临床研究,2017,25(4):165-166.

[11]袁会洁.研讨2型糖尿病患者周围神经病变中药熏洗足部的护理实践[J].双足与保健,2019,(14):31-32.

[12]陈洁汾,李志龙,李泽如.中药熏洗联合中医护理在糖尿病周围神经病变中的应用效果[J].光明中医,2020,35(1):137-139.

[13]杨清灵.穴位贴敷联合中医护理在糖尿病患者中的应用效果[J].中国农村卫生,2021,13(21):52-53.

[14]王雪妍.穴位贴敷联合中医护理在糖尿病患者中的应用[J].光明中医,2020,35(21):3458-3460.

[15]郭爱萍,陈艳.穴位贴敷联合耳穴压豆在糖尿病胃轻瘫患者中的应用[J].中国现代医生,2020,58(19):139-142.

[16]郭宏.中医护理联合穴位贴敷在糖尿病患者中的应用效果研究[J].中国保健营养,2019,29(23):171.

[17]蒋慧珊.互动式健康宣教联合耳穴压豆在2型糖尿病中的应用效果[J].中国当代医药,2022,29(35):193-196.

[18]杨艳,张征宇.耳穴压豆联合穴位按摩在糖尿病周围神经病变患者中的应用效果[J].中国现代医生,2020,58(8):143-146.

[19]韩冬,秦珊.中药足浴、足底穴位按摩及护理干预对早期糖尿病足的疗效观察[J].双足与保健,2019,28(13):13-14.

[20]胡艺,熊萍,喻淑琴.足底穴位按摩联合足浴在糖尿病足护理中的应用[J].光明中医,2021,36(10):1707-1709.

[21]胡慧,石国风.中医护理基础[M].北京:中国中医药出版社,2020.

[22]刘婉莹,金瑞华,凌陶.中医情志护理在老年患者中的应用进展[J].护理学报,2019,26(14):30-33.

[23]吴艳,任丽润,方朝晖.穴位敷贴配合中医情志护理在糖尿病合并高血压患者护理管理中的应用[J].西部中医药,2020,33(6):129-131.

作者简介:

熊茂(2001—),女,苗族,云南昭通人,本科,镇雄县中医医院,护士,研究方向:内科护理。