

## 中医五音疗法联合中药足浴对糖尿病患者血糖控制的影响研究

赵佳丽

盘锦市中医医院 辽宁盘锦

**【摘要】目的** 探讨中医五音疗法联合中药足浴对 60 至 80 岁内分泌科住院糖尿病患者血糖控制效果，为老年糖尿病患者综合管理提供新方案。**方法** 选取 2024 年 1 至 12 月本院内分泌科 25 例住院糖尿病患者（样本量受年度音乐疗法应用病历量限制为 20~30 例），随机分为对照组（12 例）与实验组（13 例）。对照组实施常规护理，实验组在常规护理基础上增加中医五音疗法和中药足浴，干预 2 周。之后比较两组干预前后空腹血糖、餐后 2h 血糖、糖化血红蛋白水平及足部症状改善率。**结果** 干预后，实验组各项血糖指标明显低于对照组，足部症状改善率高于对照组，差异均具统计学意义。**结论** 中医五音疗法联合中药足浴能降低老年糖尿病患者血糖、改善足部症状，操作简便安全，适合临床推广。

**【关键词】** 中医五音疗法；中药足浴；糖尿病；血糖控制；老年患者；足部症状

**【收稿日期】** 2026 年 2 月 10 日

**【出刊日期】** 2026 年 3 月 9 日

**【DOI】** 10.12208/j.jacn.20260164

### Study on the effect of traditional Chinese medicine five-tone therapy combined with Chinese herbal foot bath on glycemic control in diabetic patients

Jiali Zhao

Panjin Hospital of Traditional Chinese Medicine, Panjin, Liaoning

**【Abstract】Objective** To investigate the efficacy of traditional Chinese medicine (TCM) five-tone therapy combined with herbal foot bath in blood glucose control for endocrinology inpatients with diabetes aged 60-80 years, providing a novel approach for comprehensive management of elderly diabetic patients. **Methods** A total of 25 inpatients with diabetes from the endocrinology department of our hospital during January-December 2024 were selected (sample size limited to 20-30 cases due to annual music therapy application records). They were randomly divided into a control group (n=12) and an experimental group (n=13). The control group received conventional nursing care, while the experimental group received additional TCM five-tone therapy and herbal foot bath for 2 weeks. Subsequently, the fasting blood glucose, 2-hour postprandial blood glucose, glycated hemoglobin (HbA1c) levels, and improvement rate of foot symptoms were compared between the two groups before and after intervention. **Results** After intervention, the experimental group showed significantly lower blood glucose levels and higher improvement rates of foot symptoms compared to the control group, with statistically significant differences. **Conclusion** TCM five-tone therapy combined with herbal foot bath can effectively reduce blood glucose and improve foot symptoms in elderly diabetic patients. The method is simple, safe, and suitable for clinical promotion.

**【Keywords】** Traditional Chinese medicine five-tone therapy; Chinese herbal foot bath; Diabetes; Glycemic control; Elderly patients; Foot symptoms

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

选取 2024 年 1 至 12 月本院内分泌科 60 至 80 岁 25 例糖尿病住院患者，随机分组。对照组男 7 例、女 5 例，平均年龄（68.5±5.2）岁，平均病程（9.2±2.3）年，9 例合并足部症状；实验组男 8 例、女 5 例，平均

年龄（69.2±5.5）岁，平均病程（9.5±2.5）年，12 例合并足部症状。

##### 1.2 病例选择标准

###### 1.2.1 纳入标准

符合 2 型糖尿病诊断标准（FPG≥7.0mmol/L 或 2hPG≥11.1mmol/L 或 HbA1c≥6.5%），年龄 60 至 80

岁,住院 $\geq 2$ 周且能配合干预,有足部麻木等症状且皮肤无破溃,意识清、听力正常、无严重认知障碍,近1个月未接受中医特色疗法。

### 1.2.2 排除标准

1型或特殊类型糖尿病,合并严重并发症、重要脏器功能衰竭,有严重外周神经病变或皮肤疾病,有听力障碍、精神疾病或无法配合干预,对中药足浴方成分过敏。

### 1.3 方法

两组均行糖尿病基础治疗,在此基础上实施不同护理方案,干预2周。

1.3.1 对照组:常规护理,包括病情监测(测血糖、HbA1c及足部情况)、用药指导(讲解降糖药情况)、饮食干预(制定低盐低脂低糖饮食计划)、运动干预(指导低强度有氧运动)、健康宣教(普及糖尿病知识)。

1.3.2 实验组:常规护理联合中医五音疗法与中药足浴。常规护理同对照组,增加:(1)中医五音疗法:选“羽调式”为主、“宫调式”为辅的音乐如《梅花三弄》,早晚各1次、每次30分钟在病房播放,音量40-50分贝,指导患者聆听并深呼吸,连续干预2周并根

据反馈调曲目。(2)中药足浴:用含透骨草等药材的糖尿病足浴方,药材处理后降温至 $38^{\circ}\text{C}$ 以下足浴,早晚各1次、每次20分钟,按摩足底,擦干涂润肤露;密切观察患者反应,不适即停,足浴后30分钟内不外出,严控水温。

### 1.4 观察指标

- (1) 血糖指标。
- (2) 足部症状改善。
- (3) 不良反应。

### 1.5 统计学处理

采用SPSS 26.0统计学软件进行数据分析,计数资料采取[n(%)]表示,以 $\chi^2$ 检验;计量资料由( $\bar{x} \pm s$ )表示,以t检验,以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者干预前后血糖指标比较

具体结果见表1。

### 2.2 两组患者足部症状改善率及不良反应发生率比较

具体结果见表2。

表1 两组患者干预前后血糖指标比较( $\bar{x} \pm s$ )

指标	组别	例数	干预前	干预后	t值(组内)	P值(组内)	t值(组间干预后)	P值(组间干预后)
FPG (mmol/L)	对照组	12	9.25 $\pm$ 0.93	8.35 $\pm$ 0.86	2.684	0.021	4.528	<0.001
	实验组	13	9.32 $\pm$ 0.95	6.82 $\pm$ 0.75	8.562	<0.001		
2hPG (mmol/L)	对照组	12	13.15 $\pm$ 1.32	11.52 $\pm$ 1.23	3.215	0.008	5.876	<0.001
	实验组	13	13.28 $\pm$ 1.35	9.15 $\pm$ 1.02	10.236	<0.001		
HbA1c (%)	对照组	12	8.35 $\pm$ 0.56	7.65 $\pm$ 0.51	3.872	0.003	4.935	<0.001
	实验组	13	8.42 $\pm$ 0.58	6.78 $\pm$ 0.42	9.875	<0.001		

注:FPG=空腹血糖,2hPG=餐后2h血糖,HbA1c=糖化血红蛋白

表2 两组患者足部症状改善率及不良反应发生率比较[n(%)]

指标	对照组 (n=12)	实验组 (n=13)	$\chi^2$ 值	P值
足部症状改善	4 (33.33)	11 (84.62)	6.982	0.008
其中:麻木改善	3 (42.86) *	9 (81.82) #	3.215	0.073
发凉改善	2 (33.33) *	8 (72.73) #	3.852	0.049
疼痛改善	2 (50.00) *	7 (77.78) #	1.256	0.262
不良反应	2 (16.67)	1 (7.69)	0.528	0.467
其中:低血糖	1 (8.33)	0 (0.00)	1.087	0.297
皮肤瘙痒	1 (8.33)	1 (7.69)	0.005	0.943
烫伤	0 (0.00)	0 (0.00)	-	-

注:\*对照组足部症状基线例数:麻木7例、发凉6例、疼痛4例;#实验组足部症状基线例数:麻木11例、发凉11例、疼痛9例

### 3 讨论

糖尿病是老年常见慢性代谢性疾病,我国 60 岁以上人群患病率达 20.4%,多数患者血糖控制不佳。长期高血糖会引发多系统并发症和外周神经病变,影响生活质量。常规护理控制血糖,但老年患者依从性差,难改善足部不适。中医特色疗法(五音疗法、中药足浴)有“整体调理、安全温和”优势,近年用于糖尿病护理,联合干预效果待验证。

#### 3.1 中医五音疗法联合中药足浴改善血糖的作用机制

研究显示,联合干预可降低老年糖尿病患者血糖,机制从中医理论与现代医学两方面解释:(1)中医理论:五音疗法中羽调式音乐入肾、宫调式音乐入脾,调节脏腑功能,改善糖代谢紊乱;中药足浴通过足部皮肤渗透刺激经络穴位,辅助降血糖。(2)现代医学:五音疗法降低交感神经兴奋性,促进胰岛素敏感性提升;中药足浴扩张足部血管,减轻胰岛素抵抗,辅助改善糖代谢。

#### 3.2 联合干预对足部症状的改善作用

老年糖尿病患者常合并外周神经病变,有足部麻木、发凉、疼痛等症状,常规护理难缓解。本研究中,实验组足部症状改善率显著高于对照组,在改善足部发凉方面效果显著,原因如下:(1)中药足浴的局部作用:药液成分可减轻神经炎症,修复受损神经纤维,温热药液能缓解发凉,促进血液循环。(2)五音疗法的全身调节:音乐可缓解焦虑情绪,降低疼痛阈值,调节自主神经功能,辅助缓解症状。

#### 3.3 联合干预的安全性与临床适用性

本研究表明,联合干预安全性高,适合老年糖尿病患者。从临床适用性看,该方案优势如下:(1)操作简便,可在病房或家庭开展;(2)患者接受度高;(3)成本效益比高,减轻患者经济负担;(4)个性化调整空间大,满足个体化治疗需求。因此,中医五音疗法联

合中药足浴在老年糖尿病患者血糖控制及症状改善方面,安全性与临床适用性良好。

### 参考文献

- [1] 钱金晶,沈小华,钱玥,等. 益气通痹中药足浴治疗 2 型糖尿病周围神经病变的临床观察[J].中国中医药科技,2025,32(04):668-670.
- [2] 迟瑛. 中药足浴调治老年糖尿病患者睡眠障碍的效果观察[J].中国实用医药,2023,18(15):155-157.
- [3] 刘芳,符鸿俊. 神经血管治疗仪联合中药足浴对糖尿病足患者血流动力学和周围神经功能的影响[J].医疗装备,2023,36(07):127-129.
- [4] 阮东英. 黄芪泡服联合中药熏洗对糖尿病下肢周围神经病变患者血糖控制及 TCSS 评分的影响[J].中国疗养医学,2020,29(11):1222-1223.
- [5] 冯玉香,刘秀芳,张金花. 中医五音疗法联合中药足部熏洗治疗对老年失眠患者焦虑抑郁状况及睡眠质量的影响[J].内科,2018,13(01):96-98.
- [6] 李少情,赵卫东,张燕,等. 前列地尔及西洛他唑联合中药足浴治疗老年 2 型糖尿病患者下肢血管病变的临床分析[J].糖尿病新世界,2020,23(23):52-54+57.
- [7] 陈伯与. 中药足浴对糖尿病足周围神经病患者临床治疗效率的影响[J].人人健康,2020,(02):105.
- [8] 张海生,刘翠,侯宇方,等. 中药足浴对糖尿病周围神经病变(阳虚寒凝证)患者焦虑抑郁情绪的影响[J].光明中医,2019,34(24):3748-3751.

版权声明: ©2026 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS