

## 中医护理干预对 2 型糖尿病患者的临床疗效影响研究

陈亚娟

余姚市陆埠中心卫生院 浙江余姚

**【摘要】目的** 分析 2 型糖尿病患者临床应用中医护理干预的效果。**方法** 纳入我院 2024.01~2025.01 内收治的 2 型糖尿病患者 78 例，采用随机双色球法分为对照组（常规护理）和观察组（中医护理）各 39 例，对比两组护理效果。**结果** 实施干预前两组血糖水平（空腹血糖、餐后 2h 血糖、糖化血红蛋白）差异无统计学意义（ $P>0.05$ ），实施干预后观察组血糖指标均优于对照组，且观察组健康行为评分（饮食控制、服药管理、血糖监测、规律运动）均高于对照组，差异均有统计学意义（ $P<0.05$ ）。**结论** 临床中对 2 型糖尿病患者行中医护理干预能够改善其血糖，规范日常行为，具有较高应用价值。

**【关键词】** 中医护理；2 型糖尿病；血糖

**【收稿日期】** 2025 年 5 月 13 日

**【出刊日期】** 2025 年 6 月 12 日

**【DOI】** 10.12208/j.cn.20250314

### Study on the influence of TCM nursing intervention on the clinical efficacy of type 2 diabetes patients

Yajuan Chen

Yuyao Lubu Central Health Center, Yuyao, Zhejiang

**【Abstract】Objective** To analyze the effect of clinical application of TCM nursing intervention in patients with type 2 diabetes. **Methods** 78 patients with type 2 diabetes admitted to our hospital from January 2024.01 to January 2025.01 were randomly divided into the control group (routine nursing) and the observation group (traditional Chinese medicine nursing) with 39 cases each. The nursing effects of the two groups were compared. **Results** There was no statistically significant difference in blood glucose levels (fasting blood glucose, 2-hour postprandial blood glucose, glycated hemoglobin) between the two groups before intervention ( $P>0.05$ ). After intervention, the blood glucose indicators in the observation group were better than those in the control group, and the health behavior scores (diet control, medication management, blood glucose monitoring, regular exercise) in the observation group were higher than those in the control group, with statistically significant differences ( $P<0.05$ ). **Conclusion** TCM nursing intervention for patients with type 2 diabetes can improve their blood sugar, standardize their daily behavior, and has high application value.

**【Keywords】** Traditional Chinese medicine nursing; Type 2 diabetes; Blood sugar

糖尿病作为一种全球性的慢性代谢性疾病，其患病率逐年上升，对人类健康构成了严重威胁。其中，2 型糖尿病占糖尿病总数的绝大多数，其特点为胰岛素相对不足或组织对胰岛素的反应性降低，导致血糖水平持续升高<sup>[1]</sup>。长期的高血糖状态不仅损害胰岛功能，还易引发心血管、神经、肾脏等多系统并发症，严重影响患者的生活质量和预期寿命。中医护理干预作为中医学的重要组成部分，具有悠久的历史 and 深厚的理论基础。近年来，随着现代医学模式的转变和人们对健康需求的日益增长，中医护理干预在慢性病管理和康复保健中的作用日益受到重视<sup>[2]</sup>。中医护理干预强调个体化、整体化护理，注重辨证施护，与现代护理理念的发

展趋势相契合。通过一系列中医特色护理手段和方法，中医护理干预旨在调节人体阴阳平衡，改善微循环，促进气血流通，从而达到预防疾病、促进健康、康复保健的目的<sup>[3]</sup>。本研究中，即分析了 2 型糖尿病患者临床应用中医护理干预的效果，具体报道如下。

#### 1 对象和方法

##### 1.1 对象

纳入我院 2024 年 1 月~2025 年 1 月内收治的 2 型糖尿病患者 78 例，采用随机双色球法分为对照组（常规护理）和观察组（中医护理）各 39 例。对照组男、女占比 21:18；年龄 45~80 岁，均值（ $57.48\pm4.27$ ）岁；病程 1~8 年，均值（ $4.32\pm1.16$ ）年。观察组男、女占

比 20:19; 年龄 47~79 岁, 均值 (57.63±4.11) 岁; 病程 1~7 年, 均值 (4.16±1.34) 年。

两组基本情况相近, 差异经分析无统计学意义 ( $P>0.05$ )。研究经患者知情批准。本院医学伦理委员会准许研究开展。

## 1.2 方法

对照组使用常规护理, 即血糖监测、用药护理、日常生活指导等。

观察组使用中医护理:

(1) 辨证分型: 2 型糖尿病在中医范畴内属于“消渴症”, 其辨证分型主要包括肺热津伤、胃热炽盛、肾气亏虚、阴阳两虚等证型。根据患者情况, 将其进行分型划分, 给予不同中药内服。

(2) 中药分型内服: ①肺热津伤型: 选用具有清热润肺、生津止渴功效的中药方剂, 如桑白皮汤等。②胃热炽盛型: 选用具有清胃泻火、养阴增液作用的中药方剂, 如玉女煎等。③肾气亏虚型: 选用具有补肾固摄、调理阴阳功效的中药方剂, 如六味地黄丸等。④阴阳两虚型: 可选用具有滋阴补阳、调和阴阳作用的中药方剂, 如金匱肾气丸等。此外, 根据患者的具体症状, 还可选用一些具有降糖作用的中药, 如黄芪、黄连、地黄、葛根等。

其它护理干预措施: ①饮食护理: 合理控制总热量摄入, 平衡膳食, 选择多样化、营养合理的食物。日常应多饮水, 限制食盐摄入量, 多吃富含纤维素的食物, 如粗粮、蔬菜等。②运动护理: 运动锻炼是糖尿病治疗的基础手段之一, 规律运动有助于调控糖、脂代谢, 增加胰岛素敏感性。患者可在医生指导下进行跑步、健身

操、游泳、骑自行车等运动, 也可选择太极拳、八段锦等中医养生运动。③情志护理: 情志因素在糖尿病的发病和进展中起着重要作用。因此, 进行日常心理干预, 调摄患者情志状态, 增加其信心及治疗依从性, 也是中医护理干预的重要内容。④中医特色护理: 给予患者如针刺、灸法、推拿、穴位贴敷、穴位埋线和刮痧等, 以调节患者气血阴阳、祛邪扶正, 用于辅助治疗肥胖、控制血糖。

## 1.3 观察指标

(1) 于实施护理干预前、后测定患者空腹血糖 (FPG)、餐后 2h 血糖 (2PBG) 及糖化血红蛋白 (HbA1c)。

(2) 采用本院自制健康行为评估表评估患者饮食控制、服药管理、血糖监测、规律运动情况, 分数 0~50 分, 分数越高患者日常健康行为越好。

## 1.4 统计学分析

采用统计学软件 SPSS23.0 处理数据, 使用“ $\bar{x} \pm s$ ”表示计量资料,  $t$  检验; 使用“%”表示计数资料,  $\chi^2$  检验, 当  $P<0.05$  即为差异存在统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 血糖情况对比

实施干预前两组血糖指标均无统计学意义 ( $P>0.05$ ), 实施干预后观察组均优于对照组, 组间差异显著 ( $P<0.05$ ), 如表 1。

### 2.2 健康行为对比

数据显示, 观察组饮食控制、服药管理、血糖监测、规律运动评分均显著高于对照组, 组间存在显著差异 ( $P<0.05$ ), 如表 2。

表 1 两组血糖情况对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

| 组别         | FPG (mmol/L) |           | 2PBG (mmol/L) |            | HbA1c (%)  |            |
|------------|--------------|-----------|---------------|------------|------------|------------|
|            | 实施前          | 实施后       | 实施前           | 实施后        | 实施前        | 实施后        |
| 观察组 (n=39) | 10.55±0.10   | 6.56±0.17 | 14.77±2.20    | 9.04±0.23  | 12.14±1.24 | 8.76±0.30  |
| 对照组 (n=39) | 10.53±0.11   | 8.21±0.12 | 14.94±2.25    | 11.48±0.25 | 12.22±1.25 | 10.05±0.32 |
| $t$        | 0.840        | 49.519    | 0.337         | 44.856     | 0.284      | 18.366     |
| $P$        | 0.403        | 0.001     | 0.737         | 0.001      | 0.777      | 0.001      |

表 2 两组健康行为情况对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

| 组别         | 饮食控制 (分)   | 服药管理 (分)   | 血糖监测 (分)   | 规律运动 (分)   |
|------------|------------|------------|------------|------------|
| 观察组 (n=39) | 43.64±3.97 | 41.86±5.71 | 42.81±5.72 | 40.08±4.79 |
| 对照组 (n=39) | 34.57±3.11 | 35.81±5.11 | 33.10±5.12 | 31.59±4.06 |
| $t$        | 11.232     | 4.931      | 7.899      | 8.444      |
| $P$        | 0.001      | 0.001      | 0.001      | 0.001      |

### 3 讨论

在快节奏的现代生活中,2 型糖尿病已成为影响全球数亿人健康的重大挑战。面对这一慢性病,传统的西医治疗固然重要,但中医护理干预以其独特的理论体系和治疗方法,为 2 型糖尿病患者提供了血糖管理和日常健康行为改善的新视角。

中医强调“天人合一”,认为人体与自然界的和谐平衡是健康之本。对于 2 型糖尿病,中医将其视为“消渴”范畴,认为其发病与阴虚燥热、脾肾两虚等体质偏颇有关<sup>[4]</sup>。因此,中医护理干预不仅仅关注血糖数值,更注重调整患者体质,恢复身体内在的平衡。中医讲究“药食同源”,通过食物的四气五味来调节人体阴阳平衡。根据患者的体质和病情,中医会开具个性化的中药方剂,以调理阴阳、活血化瘀、益气养阴为目标<sup>[5]</sup>。中药不仅能有效降低血糖,还能缓解糖尿病引起的口渴、多饮、多尿等症状,提升患者的生活质量。中医护理干预通过个性化的饮食调理、适宜的运动养生以及情志调节等综合措施,能够显著改善 2 型糖尿病患者的血糖水平<sup>[6]</sup>。研究显示,经过中医护理干预的患者,其空腹血糖和餐后 2 小时血糖均得到显著降低,且血糖波动减少,有利于长期血糖的稳定控制。而针灸、耳穴压豆等作为中医的特色疗法,可以通过刺激特定穴位,调节人体经络气血,从而达到治疗疾病的目的。在日常护理中中医认为,情志内伤是疾病发生的重要诱因。对于 2 型糖尿病患者而言,保持乐观的心态,避免焦虑、抑郁等不良情绪,对血糖控制至关重要。中医情志护理可通过冥想、太极拳等放松身心的活动,可以有效调节情绪,促进身心健康<sup>[7]</sup>。中医提倡“动则不衰”,适量的运动能够增强体质,促进气血运行。对于糖尿病患者,中医护理可通过选择适合期身体状况的运动方式,如散步、慢跑、八段锦等,既能消耗多余的糖分,又能增强胰岛功能,提高身体对胰岛素的敏感性<sup>[8]</sup>。

综上所述,中医护理干预以其独特的优势,在 2 型糖尿病患者中的应用可以有效控制血糖,还能改善体质,提升生活质量。

### 参考文献

- [1] 姜文艳. 探讨中医护理干预对 2 型糖尿病失眠患者血糖水平及睡眠质量的影响[J]. 生命科学仪器,2023, 21(z1): 193.
- [2] 熊飞琴,刘红芳. 中医护理干预在 2 型糖尿病患者中的效果观察[J]. 现代诊断与治疗,2023,34(10):1564-1566.
- [3] 李宗英,李莉. 中医护理干预 2 型糖尿病周围神经病变的效果分析[J]. 糖尿病新世界,2024,27(10):9-12.
- [4] 骆丽平. 探析在 2 型糖尿病患者护理中中医护理干预的临床应用效果及血糖控制的影响[J]. 医学食疗与健康,2022,20(7):148-151.
- [5] 刘银金,刘凤彬,兰花兰,等. 中医护理干预对 2 型糖尿病失眠患者血糖及睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志,2021,8(2):235-236.
- [6] 陈兰. 中医护理干预对 2 型糖尿病患者的影响及血糖变化情况[J]. 糖尿病新世界,2021,24(24):9-12.
- [7] 张慧珠. 中医护理干预在 2 型糖尿病患者中的应用效果[J]. 中国当代医药,2020,27(24):219-221,225.
- [8] 刘佩佩,张曼,王利芳. 中医护理干预结合心理护理在 2 型糖尿病护理中的效果[J]. 实用中医内科杂志,2022, 36(10):111-113.

**版权声明:** ©2025 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**