

## 耳穴埋豆联合整体护理对糖尿病肾病患者的影响

窦 淳, 陈津娜, 周 琴

武汉市东西湖区中医医院 湖北武汉

**【摘要】目的** 探讨分析 耳穴埋豆联合整体护理对糖尿病肾病患者的影响。**方法** 选取本院 2024 年 1 月-2025 年 9 月期间收治 80 例糖尿病肾病患者, 随机分为(对症用药和护理)对照组和观察组(耳穴埋豆联合整体护理), 每组 40 例。对比两组干预血糖水平(空腹血糖 FPG、餐后 2 小时血糖 2HPG、糖化血红蛋白 HbA1c)、负性情绪(焦虑 SAS、抑郁 SDS)以及生活质量(SF-36 评分)。**结果** 干预后的观察组患者在血糖控制水平方面显著降低、负性情绪评分也得到改善, 且生活质量得到显著提升, 均优于对照组, 具有统计学意义。**结论** 耳穴埋豆联合整体护理可有效改善糖尿病肾病患者血糖控制, 缓解负性情绪, 从而提高生活质量。

**【关键词】** 糖尿病肾病; 耳穴埋豆; 整体护理; 血糖控制; 负性情绪; 生活质量

**【收稿日期】** 2025 年 11 月 20 日

**【出刊日期】** 2025 年 12 月 28 日

**【DOI】** 10.12208/j.jacn.20250646

### Effect of auricular point pressing with beans combined with holistic nursing on patients with diabetic nephropathy

Chun Dou, Jinna Chen, Qin Zhou

Wuhan Dongxihu District Hospital of Traditional Chinese Medicine, Wuhan, Hubei

**【Abstract】 Objective** To evaluate the effect of auricular point bean embedding combined with holistic nursing on patients with diabetic nephropathy. **Methods** Eighty patients with diabetic nephropathy admitted to our hospital between January 2024 and September 2025 were randomly assigned to a control group (symptomatic medication and routine care) and an observation group (auricular point bean embedding combined with holistic nursing), with 40 patients in each group. The groups were compared regarding blood glucose levels (fasting plasma glucose FPG, 2-hour postprandial blood glucose 2hPG, glycated hemoglobin HbA1c), negative emotions (Self-Rating Anxiety Scale SAS, Self-Rating Depression Scale SDS), and quality of life (SF-36 score). **Results** After the intervention, the observation group showed significantly greater improvements than the control group, including lower blood glucose levels, reduced negative emotion scores, and enhanced quality of life. All differences were statistically significant. **Conclusion** Auricular point bean embedding combined with holistic nursing can effectively improve blood glucose control, alleviate negative emotions, and enhance the quality of life in patients with diabetic nephropathy.

**【Keywords】** Diabetic nephropathy; Auricular point pressing with beans; Holistic nursing; Blood glucose control; Negative emotions; Quality of life

据雷婷<sup>[1]</sup>等参考文献指出: 近年来, 我国 2 型糖尿病患病率持续攀升, 糖尿病肾病(DN)作为其常见且严重的微血管并发症, 患病率高达 20%-40%。强化血糖控制, 合理选择降糖药物, 对延缓肾病进展、提升患者生活质量及改善预后至关重要。目前, 临床针对于此疾病采取对症药物及常规护理为主, 主要是针对病情为主, 但患者因长期患病出现焦虑、抑郁等情绪问题, 影响治疗依从性和预后, 从而呈现效果欠佳。而随着中

医适宜技术发展, 耳穴埋豆作为中医特色疗法, 可通过刺激耳部穴位调节机体功能。杨琰<sup>[2]</sup>研究团队指出: 整体护理是现代护理的核心理念, 以患者为中心, 从生理、心理、社会等多维度出发, 制定个性化护理方案, 促进患者全面康复。因此, 本文研究旨在探讨耳穴埋豆联合整体护理对糖尿病肾病患者的影响。

#### 1 对象和方法

##### 1.1 对象

本次研究选取本院 2024 年 1 月-2025 年 9 月期间收治 80 例糖尿病肾病患者为研究对象, 患者例数按照随机模式分为对照组和观察组, 每组 40 例。其中对照组男女比例为 21 例: 19 例, 年龄 35-79 岁, 平均年龄 ( $57.01 \pm 4.45$  岁); 观察组男女比例 20 例: 20 例, 年龄 35-80 岁, 平均年龄 ( $57.05 \pm 3.53$  岁)。两组一般资料对比, 无显著差异。

纳入标准: (1) 经临床病理学检查符合糖尿病肾病诊断标准。(2) 患者具备一定沟通能力, 且知晓研究内容。

排除标准: (1) 合并严重心脑血管疾病、肝肾功能不全、恶性肿瘤者。(2) 对耳穴埋豆材料过敏者。(3) 患有精神疾病者。(4) 妊娠或哺乳期妇女。

## 1.2 方法

### 1.2.1 对照组 (对症用药和常规护理)

给予 40 例患者采取对症用药治疗和常规护理, 包括生命体征监测、健康教育、用药指导等, 同时根据病情给予降糖、降压、降脂等对症药物治疗。

### 1.2.2 观察组 (耳穴埋豆联合整体护理):

(1) 耳穴埋豆操作: 耳穴压豆操作时, 先选取神门、脑、耳后肾等穴位, 用 75% 酒精棉球常规消毒。操作者戴手套, 用镊子夹取王不留行籽置于胶布中央, 对准穴位贴压固定。贴好后, 用手指轻轻按压穴位, 力度以患者感到酸、麻、胀、痛为宜, 每次按压 1-2 分钟, 每日可按压 3-5 次。该方法通过刺激耳部穴位调节气血, 需注意耳部防水, 夏季贴压时间不宜过长, 若皮肤发红或不适需及时取下。

### (2) 整体护理实施:

①饮食护理: 首先, 根据患者性别、年龄、体重等计算每日热量需求, 制定低盐、低脂、优质蛋白饮食方案。同时, 增加膳食纤维摄入, 控制碳水化合物和脂肪比例, 避免高糖、高脂食物。此外, 教会患者识别低血糖症状, 随身携带糖果或饼干。

②运动护理: 为患者选择适合的有氧运动, 如快走、太极拳、团体操等, 每周至少 150 分钟, 分 5 次进行, 每次 30 分钟。运动时间选择饭后 1 小时, 避免空腹运动。同时, 要监测运动中的血糖变化, 调整运动强度和时间。

③心理护理: 与患者建立良好信任关系, 采用一对一模式与患者沟通, 了解心理状态, 并鼓励家属给予支持。同时, 可以组织病友交流活动, 分享成功案例, 增强治疗信心。此外, 运用中医情志疗法, 如移情易性法, 缓解焦虑、抑郁情绪。

④用药指导: 采用图文并茂方法详细讲解降糖、降压、降脂药物的用法、剂量、不良反应及注意事项。并指导患者正确注射胰岛素, 观察有无低血糖反应。此外, 需要监测血清电解质、酸碱平衡等指标, 及时调整用药。

⑤健康教育: 需定期举办糖尿病知识讲座, 发放宣传资料, 讲解疾病防治知识。同时, 教会患者自我监测血糖、血压、体重的方法, 定期复查肾功能、眼底等并发症。并强调规律作息、戒烟限酒的重要性, 提高自我管理能力。

## 1.3 观察指标

1.3.1 血糖控制情况: 采用血糖检测仪, 检测患者干预前后的血糖控制情况, 包括空腹血糖 FPG、餐后 2 小时血糖 2HPG、糖化血红蛋白 HbA1c。

1.3.2 负性情绪: 采用焦虑自评量表 (SAS) 和抑郁自评量表 (SDS) 评估患者干预前后的负性情绪, 得分越高, 焦虑、抑郁程度越重。

1.3.3 生活质量: 采用 SF-36 量表评估, 包括生理功能、生理职能、躯体疼痛、一般健康状况、活力、社会功能、情感职能、精神健康 8 个维度, 总分得分越高, 生活质量越高。

## 1.4 统计学分析

将数据导入 SPSS22.0, 运用频数、均值、卡方等统计方法进行分析,  $p < 0.05$  得出结论。

## 2 结果

### 2.1 对比两组干预前后血糖控制情况

#### 干预前

观察组 40 例, FPG ( $8.56 \pm 2.25$ ), 2HPG ( $12.38 \pm 2.98$ ), HbA1c ( $9.29 \pm 1.86$ );

对照组 40 例, FPG ( $8.46 \pm 2.21$ ), 2HPG ( $12.23 \pm 2.87$ ), HbA1c ( $9.17 \pm 1.81$ ) 无显著差异 ( $p > 0.05$ )。

#### 干预后

观察组 40 例, FPG ( $4.23 \pm 0.81$ ), 2HPG ( $6.56 \pm 0.93$ ), HbA1c ( $5.56 \pm 0.76$ );

对照组 40 例, FPG ( $6.34 \pm 1.45$ ), 2HPG ( $8.54 \pm 1.67$ ), HbA1c ( $7.56 \pm 1.62$ );

( $t_1=8.035$ ,  $p_1=0.001$ ) ( $t_2=6.551$ ,  $p_2=0.001$ ) ( $t_3=7.069$ ,  $p_3=0.001$ )。

### 2.2 对比两组干预前后负性情绪

#### 干预前

观察组 40 例, SAS ( $53.45 \pm 5.56$ ), SDS ( $53.56 \pm 5.68$ );

对照组 40 例, SAS ( $53.37 \pm 5.49$ ), SDS ( $53.49 \pm 5.57$ ) 无显著差异 ( $p > 0.05$ );

干预后

观察组 40 例, SAS ( $34.49 \pm 1.34$ ), SDS ( $33.14 \pm 1.24$ );

对照组 40 例, SAS ( $49.49 \pm 2.42$ ), SDS ( $48.67 \pm 2.25$ );

( $t_1=34.295, p_1=0.001$ ) ( $t_2=38.232, p_2=0.001$ )。

### 2.3 对比两组干预后生活质量

观察组 40 例, SF-36 ( $89.44 \pm 8.86$ );

对照组 40 例, SF-36 ( $71.56 \pm 7.56$ );

( $t=9.709, p=0.001$ )。

## 3 讨论

糖尿病肾病是糖尿病严重并发症, 病因涉及遗传、血流动力学异常、血糖代谢紊乱、血管活性物质失衡、氧化应激及免疫炎症等。随着全球糖尿病发病率上升, 其发病也呈增长趋势<sup>[3]</sup>。因此, 本次研究采取了耳穴埋豆联合整体护理, 取得效果显著。

本次研究结果显示: 观察组采用耳穴埋豆联合整体护理后, 血糖控制更优, 负性情绪显著改善, 生活质量明显提升, 效果优于对照组的对症药物及常规护理, 结果具有研究意义。

其原因在于: 首先, 耳穴埋豆选取神门、脑、耳后肾等穴位, 基于中医“耳者, 宗脉之所聚也”理论, 耳部穴位与脏腑经络直接关联。神门穴可镇静安神、调节神经功能, 脑穴有助于改善大脑对代谢的调控, 耳后肾穴直接对应肾脏, 刺激这些穴位能通过神经反射激活脏腑功能, 调节气血运行。一方面, 按压产生的酸麻胀痛感可促进局部血液循环, 增强肾脏代谢能力, 减轻糖尿病肾病患者的肾脏负担; 另一方面, 通过调节内分泌系统, 可能促进胰岛素分泌或提高胰岛素敏感性, 辅助血糖控制, 从而弥补单纯药物治疗的局限性<sup>[4-5]</sup>。其次, 采取整体护理措施, 整体护理从饮食、运动、心理、用药、教育等方面构建全面支持体系, 针对糖尿病肾病患者的核心问题, 比如血糖波动、肾脏损伤、情绪障碍、自我管理不足从而更好实施精准干预。在饮食上, 个性化低盐低脂优质蛋白方案, 控制碳水、增膳食纤维, 教识别低血糖及携带急救食物; 运动选快走、太极拳等低强度有氧, 每周 150 分钟, 避免空腹及过度劳累; 心理上通过沟通、家属支持、中医情志疗法缓解焦虑抑郁; 用药上图文讲解药物及胰岛素注射, 监测电解质调整用药; 教育上培训自我监测及强调复查, 提升自我管理能力, 延缓疾病进展。所以, 从整体出发, 更好的改善患者负性情绪, 从而能够更好控制水平<sup>[7-8]</sup>。因此, 耳穴埋豆的中医特色疗法与整体护理的现代干预形成互

补。耳穴埋豆作为中医特色疗法, 与整体护理形成多维度的综合管理方案。既发挥了中医外治法的调节作用, 又通过整体干预支持, 全面提升患者自我管理能力, 促进病情改善<sup>[9]</sup>。

综上所述: 耳穴埋豆联合整体护理对糖尿病肾病患者效果显著。它通过中医理论为基础调节脏腑功能, 以现代护理为手段优化生活方式, 两者协同作用, 全面解决糖尿病肾病患者的多重问题, 从而实现更优的血糖控制、更好的情绪状态及更高的生活质量, 值得临床推广和应用。

## 参考文献

- [1] 雷婷, 程云生, 于刚, 贾彝黎, 王媛媛. 某三甲医院糖尿病患者降糖药使用现状的 Apriori 算法分析[J]. 中国药业, 2025, 34(18): 15-19.
- [2] 杨琰, 刘燕华, 沈如意. 中医适宜技术(耳穴压豆+埋针)联合整体护理对骨折患者术后恶心呕吐发生率的影响[J]. 中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生, 2025(10): 194-197.
- [3] 黄燕芳, 卓新杰, 张秋仔, 李江闽. 耳穴埋豆中医特色护理干预对糖尿病肾病患者血糖水平的影响[J]. 糖尿病新世界, 2024, 27(20): 136-138 142.
- [4] 杜明艳, 刘贵香, 李善丽. 耳穴埋豆联合中医辨证食疗干预对老年糖尿病患者血糖控制及生活质量的影响[J]. 首都食品与医药, 2025, 32(1): 129-132.
- [5] 何丹丹. 耳穴埋豆、中医护理联合调节糖尿病肾病血液透析患者肾功能、血糖血压的观察[J]. 中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生, 2024(10): 0196-0199.
- [6] 李海霞, 彭莘钥, 李海雄. 整体护理干预对糖尿病合并子宫脱垂患者空腹血糖与糖化血红蛋白水平的影响研究[J]. 糖尿病新世界, 2024, 27(22): 131-133 149.
- [7] 木克热木·阿不力克木. 责任制整体护理对糖尿病患者血糖和不良反应的影响[J]. 中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生, 2025(8): 172-175.
- [8] 支健. 整体护理干预对慢性心衰患者的影响效果[J]. 中国城乡企业卫生, 2025, 40(9): 140-143.
- [9] 曹盼, 赵丽红, 谢红明. 耳穴贴压联合中医特色护理干预对糖尿病患者睡眠及生活质量的影响分析[J]. 中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生, 2025(1): 146-149.

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