

## 耳穴压豆联合拔罐干预护理对肥胖型 2 型糖尿病患者的影响

张雪, 张娟

北京健宫医院 北京

**【摘要】目的** 探究耳穴压豆联合拔罐干预护理对肥胖型 2 型糖尿病患者的影响。**方法** 选择我院在 2023 年 5 月份至 2024 年 5 月份收治的 90 例患者进行研究, 双盲法分成对照组和实验组, 每组 45 例患者, 对照组常规护理, 实验组耳穴压豆联合拔罐护理干预, 对比两组患者的血糖水平、体重指数、腰围水平, 评估患者的血脂指标和患者的中医证候积分。**结果** 两组患者提供不同的护理方案后, 实验组患者血糖水平更为稳定,  $p < 0.05$ , 患者的体重指数、腰围水平优于对照组,  $p < 0.05$ , 评估患者的血脂指标实验组优于对照组,  $p < 0.05$ 。**结论** 对肥胖型 2 型糖尿病患者提供耳穴压豆联合拔罐护理干预, 可以改善患者的血糖水平, 降低腰围水平和体重指数, 改善患者的血脂指标, 值得提倡。

**【关键词】** 耳穴压豆; 拔罐干预; 肥胖型 2 型糖尿病

**【收稿日期】** 2025 年 7 月 26 日

**【出刊日期】** 2025 年 8 月 21 日

**【DOI】** 10.12208/j.cn.20250423

### Effects of auricular acupressure combined with cupping intervention on obese patients with type 2 diabetes

Xue Zhang, Juan Zhang

Beijing Jianguo Hospital, Beijing

**【Abstract】Objective** To explore the effect of ear point pressing beans combined with cupping intervention nursing on obese type 2 diabetes patients. **Methods** A total of 90 patients admitted to our hospital from May 2023 to May 2024 were selected for the study. They were divided into a control group and an experimental group using a double-blind method, with 45 patients in each group. The control group received routine nursing care, while the experimental group received ear acupressure combined with cupping nursing intervention. The blood glucose levels, body mass index, and waist circumference levels of the two groups of patients were compared, and their blood lipid indicators and traditional Chinese medicine syndrome scores were evaluated. **Results** After providing different nursing plans to the two groups of patients, the blood glucose levels of the experimental group were more stable,  $p < 0.05$ , The patient's body mass index and waist circumference were better than those of the control group,  $p < 0.05$ , The experimental group was superior to the control group in evaluating the blood lipid indicators of patients,  $p < 0.05$ . **Conclusion** The combination of ear point pressing beans and cupping nursing intervention for obese type 2 diabetes patients can improve the blood sugar level of patients, reduce waist circumference and body mass index, and improve the blood lipid indicators of patients, which is worth advocating.

**【Keywords】** Ear acupressure; Cupping intervention; Obese type 2 diabetes

肥胖型 2 型糖尿病患者在肥胖人群当中发病率较高, 通常来看, 患者的体重指数越大, 风险越高, 患者体重每增加 1kg, 出现糖尿病的几率要增加 5%, 有效的控制糖尿病患者的体重水平, 降低血糖指标, 促进其恢复十分重要<sup>[1]</sup>。常规护理, 主要通过饮食、运动指标, 控制患者的体重, 稳定患者的血水平, 加强与患者沟通, 鼓励患者做一些力所能及的事件, 缓解患者的精神状态。定期监测患者的血糖、甘油三酯等指标, 可以掌握患者的糖脂代谢动态, 保证患者血糖和血脂的稳定

性。但常规护理未形成系统护理, 未依据患者的体质、病情进行对症干预, 整体效果欠佳。从祖国医学的角度来看, 糖尿病属于“消渴”范畴, 发病机制与脾胃失和、肥甘厚味、继而水滞为湿、谷滞为浊、湿浊蕴内, 继而形成消渴。为患者提供耳穴压贴作为中医常用护理方法, 可有效的调节患者分泌功能, 平衡机体的阴阳状态, 促进血行通畅, 实现化气输精、补心养肺、生津止渴的效果。联合拔罐干预, 可以有效的疏通经络、行气活血, 调整患者的脏腑功能, 促进其恢复, 现报道如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

参与本次研究患者的数量为 90 例, 时间为 2023 年 5 月份至 2024 年 5 月份, 90 例患者平均分成对照组和实验组, 每组 45 例患者, 对照组患者年龄 42-79 岁, 均数 (61.26±1.25) 岁, 男性、女性患者分别为: 24 例、21 例, 实验组年龄 41-78 岁, 均数 (60.44±2.01) 岁, 男性、女性患者分别为: 23 例、22 例, 详细患者的基本资料进行统计学研究数分析,  $P>0.05$ 。

### 1.2 方法

对照组常规护理: (1) 患者入院后, 护理人员应与患者建立良好的护患关系, 真诚的对待患者, 使得患者感受到关心和关注。告知患者疾病的传播途径, 如何做好自我防范, 有效的进行消毒、隔离, 倾听患者的心声, 消除患者的疑问, 耐心的与患者进行交谈, 提升患者对疾病的认知度, 消除患者的消极状态, 避免患者发生过于紧张以及焦虑<sup>[2]</sup>。(2) 协助患者建立战胜疾病的信心, 对患者的心理状态进行评估, 明确不同患者心理上存在的问题, 依据患者自身的知识层次、疾病的认知, 给予有效的健康宣教, 提升患者治疗效果, 告知患者控制好血糖水平的必要性, 稳定的血糖水平。给予合理的饮食管理, 正确的降低血糖水平, 而患者受到焦虑、抑郁以及失眠的影响会导致体内的生长激素、去甲肾上腺素水平升高, 继而患者的血糖水平升高, 导致患者病情加重, 鼓励患者树立战胜疾病的信心, 使得患者明确良好的情绪状态有利于机体的恢复, 通过最佳的心理状态面对治疗<sup>[3-4]</sup>。(3) 提升患者的认知度, 通过引导合作型以及互相参与型的模式使得患者在治疗期间建立良好的遵医行为, 明确护理内容, 如何有效的执行护理内容, 为患者普及疾病的发病机制, 明确糖尿病的症状、体征; 正确的掌握药物名称、剂量, 可能存在的副作用, 不良反应, 日常注意事项, 使得患者可以依据自身的病情对用药进行调整, 记录自身的血糖水平, 一旦出现低血糖时, 及时调整<sup>[5]</sup>鼓励患者建立良好的生活习惯, 多运动, 提升免疫力, 稳定血糖水平, 积

极与外界沟通, 改善患者的情绪状态, 缓解患者的焦虑、紧张等负性情绪。给予合理的饮食习惯, 依据患者自身习惯、爱好, 确定饮食食谱, 减少糖类摄入, 选择清淡、易消化的食物, 不吃辛辣、油腻或者刺激性食物。监测患者的血压、血糖水平, 若出现异常时, 及时处理, 严格遵医嘱用药, 不得私自减少用药剂量或者停药。

实验组提供耳穴压豆联合拔罐护理干预, 具体包括: (1) 选择患者的胰胆、内分泌、三焦、脾、胃、饥点、渴点作为主穴。若痰湿重添加肺、神门; 若气虚添加肾、皮质下; 胃热添加耳尖放血; 选择酒精充分消毒患者的耳廓部位皮肤, 使用探棒在选定的穴位探查患者的敏感点, 取镊子将王不留行籽贴压于患者的敏感点。指导患者每日按压 3~5 次, 单个穴位按压 1~2 分钟, 以出现酸、麻、胀、痛为佳, 两耳交替进行, 干预四周<sup>[5]</sup>。(2) 拔罐, 选择患者的脾俞、胃俞、肾俞、天枢、中脘、足三里为主穴, 若痰湿较重添加丰隆、阴陵泉, 指导患者呈舒适体位, 消毒皮肤后, 依据闪火法取合行之有效大挑战的玻璃罐吸附于患者的穴位, 负压强度以患者局部紧张、温热、舒适为佳, 避免过强引发疼痛或者水泡, 留罐时间在 10-15 分钟, 每周两次, 干预四周<sup>[6]</sup>。

### 1.3 观察指标

1.3.1 对比两组患者干预前后的血糖水平。

1.3.2 对比两组患者血脂指标。

1.3.3 评估腰围以及 BMI 水平。

### 1.4 统计学方法

本文所涉及到的计量数据使用 (n%) 表示, 数据通过 t 进行检验。对本文中所生成的数据均使用 SPSS20.0 数据包进行处理, 显示  $P<0.05$  为差异, 说明结果有意义。

## 2 结果

2.1 实验组患者的血糖水平更佳,  $p<0.05$

2.2 干预后, 实验组血脂水平更佳,  $p<0.05$

2.3 干预后, 实验组体重、腹围、BMI 水平优于对照组,  $p<0.05$

表 1 比较两组患者空腹血糖、餐后 2 小时血糖和糖化血红蛋白指标情况 ( $\bar{x}\pm s$ , mmol/L)

组别	空腹血糖 (mmol/L)		餐后 2 小时血糖 (mmol/L)		糖化血红蛋白 (%)	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组 (n=45)	9.46±1.68	8.58±0.54	13.48±1.26	9.81±1.52	8.75±1.38	7.45±2.82
实验组 (n=45)	9.57±1.49	6.28±0.26	13.57±1.39	8.62±1.28	8.61±1.42	6.86±0.43
t	0.841	38.704	0.741	15.887	0.652	16.875
p	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 2 比较两组患者干预前后血脂指标 ( $\bar{x} \pm s$ , mmol/L)

组别	时间	TG	TC	HDL-C	LDL-C
对照组 (n=45)	干预前	6.67±0.36	2.39±0.21	1.52±0.43	3.82±0.41
	干预后	5.74±1.03	1.78±0.54	1.28±0.31	3.02±0.71
	t 值	2.841	6.984	3.218	5.167
P 值		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05
实验组 (n=45)	干预前	6.19±0.24	2.35±0.25	1.72±0.42	3.79±0.47
	干预后	4.85±0.54	1.28±0.38	1.26±0.24	2.69±0.68
	t 值	7.14	11.47	0.23	7.48
P 值		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

表 3 对比两组管理前后体重、腹围 BMI 水平 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	体重 (kg)		BMI (kg/m <sup>2</sup> )		腹围 (cm)	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	82.81±10.41	80.91±9.82	28.72±2.51	28.01±2.22	95.52±5.24	91.75±3.82
实验组	84.22±10.54	81.02±11.43	28.75±3.54	27.55±3.82	98.36±5.68	93.65±5.02
t	0.251	10.225	0.682	8.664	0.486	7.662
p	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

### 3 讨论

糖尿病作为一种以高血糖为主要特征的代谢性疾病,作为脑血管疾病的主要独立危险因素,具有较高的致死率和致残率,对个人健康、家庭经济和社会保障带来了较大的经济负担<sup>[7]</sup>。糖尿病患者会出现多尿、饮食、体重下降。依据相关研究可能看出,糖尿病患者随着体重的增加,出现心血管病的几率增加,肥胖代导致患者脂代谢发生异常,肥大脂肪细胞可以脂解产生大量的游离的脂肪酸,使得 TG、LDH-C 合成以及分泌增多, TG、LDH-C 水平升高。脂代谢的异常会导致动脉粥样硬化,形成了危险因素。患者血清当中的 TG 水平升高,会促进血管炎性反应和内皮细胞损伤,加速蛋白尿的产生,促进糖尿病肾病的进展<sup>[8]</sup>。

西医护理干预,内容单一,虽然在改善血糖和血脂水平上可以收到一定的效果,但整体变化不大。选择中医护理干预,耳穴压豆的方式可以作用于患者的自主神经,调整患者的内分泌功能,改善患者的胰岛素水平和胰高血糖素指标,联合拔罐护理,可以起到协同增效的目的,有效的促进了患者的血液循环,促进机体清除废物的速度,刺激相关穴位调节了患者的脾胃运动化功能,去除患者机体内的痰液,更好地影响患者的糖代谢、脂代谢水平,保证患者能量处于平衡的状态,完善患者炎症反应等多个病理环节,促进患者恢复<sup>[9-10]</sup>。

本文通过对两组患者提供不同的干预方案后,实验组患者血糖水平更佳,  $p < 0.05$ , 对比患者的血脂水平,实验组优于对照组,  $p < 0.05$ , 评估患者的体重、腹围和 BMI 水平,实验组下降效果优于对照组,  $p < 0.05$ , 分析原因,耳穴压豆与拔罐联合干预模式,可以更为全面的影响患者的机体状态,有效的实现了疏通经络、行气活血、调整脏腑功能的目的,而且在改善胰岛素抵抗、促进脂肪代谢有着潜在的作用,继而更好的促进患者体重水平下降,血糖下降,改善了患者的血脂指标,提升了护理质量。

综上所述,本文通过对肥胖 2 型糖尿病患者提供耳穴压豆联合拔罐护理干预,有效的改善了患者的血脂、血糖水平,使得患者的 BMI 指标、腹围均得到了改善,继而有效的提升糖尿病患者的生活质量,而且具有良好的安全性,满足了临床护理需求,值得提倡。

### 参考文献

- [1] 王巧莉,刘敏,李宁,白玉,任承玉.加味芪术化浊颗粒联合耳穴压豆治疗肥胖型 2 型糖尿病(脾虚痰湿证)的临床疗效观察及对 NLR 的影响[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2024(11):0029-0032.
- [2] 黄莹,周敏,杨丽萍,王薇.穴位按摩联合耳穴压豆对 2 型糖尿病伴失眠患者心理状况及睡眠质量的影响[J].临床

- 护理杂志,2024,23(1):22-25.
- [3] 吕洁,张珍丽,蔺虹丽,et al.子午流注择时耳穴压豆对 2 型糖尿病患者血糖控制,上消症状及失眠状况的干预效果[J].海南医学, 2024(004):035.
- [4] 邱亚玲.足底按压联合耳穴压豆护理干预对 2 型糖尿病患者睡眠质量的影响[J].光明中医,2022,37(8): 1478-1480.
- [5] 王玉琴,范玲,敖芳妮,谭丽.耳穴压豆联合穴位敷贴对 2 型糖尿病患者血糖水平及睡眠质量的影响[J].中国老年保健医学,2022,20(6):151-153.
- [6] 徐初,唐蕾.王不留行籽耳穴贴压联合胰岛素治疗超重 2 型糖尿病的效果[J].辽宁中医杂志,2025,52(3):170-173.
- [7] 刘尊婧,姚悦.分析“穴位按摩、耳穴压丸”护理技术应用在 2 型糖尿病患者中效果以及对其血糖指标影响[J].中国科技期刊数据库 医药,2025(3):094-097.
- [8] 赵延辉.耳穴贴压联合中医传统运动对 2 型糖尿病患者血糖控制的临床观察[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2025(5):054-057.
- [9] 汪燕波,范佳莹,江雁,薄静.五行药灸罐疗法联合揞针治疗 2 型糖尿病腹型肥胖临床研究[J].新中医,2025,57(7): 170-176.

**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**