

· 论著 · 腹部 ·

艾灸联合耳穴埋豆对糖尿病肾病血透患者负性情绪及睡眠质量的影响

曾杏* 芦煜 黄伟青 刘婷 陈柳

萍乡矿业集团有限责任公司总医院(江西萍乡 337000)

【摘要】目的 探析艾灸联合耳穴埋豆对糖尿病肾病血透患者负性情绪及睡眠质量的影响。**方法** 采用前瞻性研究，纳入2020年2月至2023年2月医院接诊的糖尿病肾病血透患者88例，随机数字法分为2组，各44例，对照组常规干预，观察组艾灸联合耳穴埋豆干预；持续干预30d。比较两组患者负性情绪[汉密尔顿抑郁量表(HAMD)和汉密尔顿焦虑量表(HAMA)]、睡眠质量[匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)]、生活质量[生命质量评定量表(sf-36)]。**结果** 经30d干预，患者HAMD、HAMA评分均明显降低，且观察组降低更明显($P<0.05$)；两组PSQI评分均明显降低，SF-36评分较干预前提高，且观察组各指标变化更为明显($P<0.05$)。**结论** 糖尿病肾病血透患者接受艾灸联合耳穴埋豆可改善负性情绪，调节睡眠质量，提高患者生存质量。

【关键词】糖尿病肾病；血液透析；艾灸；耳穴埋豆；生活质量

【中图分类号】R587.2

【文献标识码】A

DOI:10.3969/j.issn.1009-3257.2025.12.031

Effects of Moxibustion Combined with Auricular Acupuncture Point Burying Beans on Negative Emotions and Sleep Quality in Haemodialysis Patients with Diabetic Nephropathy

ZENG Xing*, LU Yu, HUANG Wei-qing, LIU Ting, CHEN Liu.

General Hospital of Pingxiang Mining Group CO., Pingxiang 337000, Jiangxi Province, China

Abstract: **Objective** To explore the effects of moxibustion combined with auricular acupuncture point burying beans on negative emotions and sleep quality in haemodialysis patients with diabetic nephropathy. **Methods** A prospective study was used to include 88 cases of diabetic nephropathy haemodialysis patients seen in the hospital from February 2020 to February 2023, which were divided into 2 groups of 44 cases each by the random number method, with conventional intervention in the control group and moxibustion combined with auricular acupuncture point buried bean intervention in the observation group; the intervention lasted for 30 d. Negative mood [Hamilton Depression Scale (HAMD) and Hamilton Anxiety Scale (HAMA)], sleep quality [HAMD], and sleep quality [HAMA] in the patients of both groups were compared. Sleep quality [Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)], and quality of life [Quality of Life Scale (sf-36)]. **Results** After 30d intervention, patients' HAMD and HAMA scores were significantly reduced, and the reduction was more obvious in the observation group ($P<0.05$); PSQI scores of both groups were significantly reduced, SF-36 scores were improved compared with the pre-intervention period, and changes in the indexes of the observation group were more obvious ($P<0.05$). **Conclusion** Diabetic nephropathy haemodialysis patients receiving moxibustion combined with auricular acupuncture point burying beans can improve negative emotions, regulate the quality of sleep, and improve the quality of patient survival.

Keywords: Diabetic Nephropathy; Haemodialysis; Moxibustion; Auricular Acupuncture Point with Bean Burrowing; Quality of Life

糖尿病肾病可对患者肾功能造成严重影响，需长期接受血液透析治疗以维持人体正常代谢。然而研究指出，血液透析属侵袭性操作，长期的透析治疗易导致糖尿病肾病患者出现入睡困难，患者难以得到充足的休息，易精神萎靡，不利于患者预后^[1-2]。传统医学认为，糖尿病肾病与“癃闭”“虚劳”相似，其发病主要原因是外邪侵袭、饮食劳倦引发的肾脏亏虚，导致毒素蕴积，影响正常睡眠^[3-4]。艾灸和耳穴压豆是中医常见的外部干预疗法，均可通过刺激人体相关穴位产生作用机制，发挥疏经通络、调和阴阳的作用，有助于弱化患者临床症状^[5]。上述方法均可于一定程度上控制患者临床症状，但单一使用均存在一些不足之处，联合应用或可进一步强化干预效果。鉴于此，本研究将着重分析糖尿病肾病血透患者接受艾灸联合耳穴埋豆后的干预效果，并重点观察其对负性情绪及睡眠

质量的影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料 纳入2020年2月至2023年2月医院接诊的糖尿病肾病血透患者88例，以随机数字法分为对照组和观察组，各44例。研究获医院医学伦理委员会审批。对照组：年龄54~89岁，平均(62.87±6.31)岁；男20例，女24例；糖尿病病程1~12年，平均(8.03±1.05)年；观察组：年龄49~84岁，平均(63.45±6.58)岁；男22例，女22例；糖尿病病程2~13年，平均(7.93±1.05)年；两组一般资料比较有可对比性($P>0.05$)。

纳入标准：符合诊断标准^[6]，检查可见大量蛋白尿、肾小球滤过率下降，且经CT检查、血常规检查确诊；语言能力良好，可维持必要交流；依从性良好，可坚持规范治疗；肢体功

【第一作者】曾杏，女，主管护师，主要研究方向：护理学专业。E-mail: zengxiy198@163.com

【通讯作者】曾杏

能正常，可维持自主行动者。排除标准：既往存在肾脏创伤史、手术史者；妊娠或哺乳期妇女；本研究未结束参加其他研究者。

1.2 方法 对照组行常规干预，护理人员实施健康教育、饮食计划等，引导患者改变生活方式，适当运动，调整作息，并告知患者于睡眠前可适当热水泡脚、饮用温牛奶等进行助眠。观察组给予艾灸联合耳穴压豆干预。(1)艾灸：将足三里、神阙穴、安眠穴、神门穴作为干预穴位，将艾条(苏州市东方艾绒厂，国药准字Z32021062，规格：25g×10支)对准穴位后点燃，间歇行雀啄灸与回旋灸，以皮肤红晕为最佳，1次/d。单次施灸时间为20min，干预过程中观察患者皮肤状态，定时掸去艾条灰，避免烫伤。(2)耳穴压豆：取内分泌、神门、皮质下，配穴心、肝、肾3个穴位，医务人员一手置于耳廓后上方，另一手持耳穴探针按压，基于患者反应确定穴位，酒精消毒，后将王不留行籽对准穴位贴敷，缓慢揉搓耳穴贴，3~5次/d。两组患者均持续干预30d。

1.3 观察指标 (1)负性情绪 于干预前、30d后汉密尔顿抑郁量表(Hamilton depression scale, HAMD)^[7]、汉密尔顿焦虑量表(Hamilton anxiety scale, HAMA)^[8]：HAMD包含共51分，HAMA共56分；分数越高表示患者抑郁、焦虑情绪越高。(2)睡眠质量 于干预前、干预30d后采用匹兹堡睡眠质量指数量表(Pittsburgh sleep quality index, PSQI)^[9]评估患者睡眠质量，该表包含7分条目，每条0~3分，分值0~21分，分数越高睡眠质量越差。(3)生命质量 用生命质量评定量表(quality of life assessment scale, sf-36)^[10]评估，该表含有12个条目，分值范围0~100分，分界值为50， ≥ 50 分为正常。

1.4 统计学方法 数据SPSS 23.0软件，计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示，组内对比采用独立样本t检验，组间比较采用独立样本t检验；计数资料用百分比表示，用 χ^2 检验；双侧检测水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结 果

2.1 比较负性情绪情况 经30d干预，HAMD、HAMA降低，观察组更低($P<0.05$)，见表1。

2.2 比较睡眠质量 经30d干预，两组PSQI降低，观察组更低($P<0.05$)，见表2。

2.3 比较生命质量 经30d干预后，两组SF-36较干预提高，观察组更高($P<0.05$)，见表3。

表1 负性情绪(分)

组别	HAMD		HAMA	
	干预前	干预30d	干预前	干预30d
观察组(n=44)	20.46±2.45	14.07±1.58 ^a	21.73±2.46	13.22±1.41 ^a
对照组(n=44)	19.84±2.12	17.12±1.78 ^a	22.61±2.57	16.89±1.67 ^a
t	1.269	8.500	1.641	11.138
P	0.208	<0.001	0.105	<0.001

注：相较护理前，^a $P<0.05$ 。

表2 睡眠质量(分)

组别	干预前	干预30d	t	P
观察组(n=44)	15.76±2.04	7.96±1.02	22.685	<0.001
对照组(n=44)	16.01±2.11	10.78±1.16	14.408	<0.001
t	0.565	12.110		
P	0.574	<0.001		

表3 生命质量(分)

组别	干预前	干预30d	t	P
观察组(n=44)	37.47±3.11	53.37±4.81	18.413	<0.001
对照组(n=44)	38.57±3.22	48.35±4.15	12.350	<0.001
t	1.630	5.242		
P	0.107	<0.001		

3 讨 论

糖尿病是慢性肾脏病和终末期肾病的主要原因，也是导致糖尿病人群病死的主要原因，血液透析是治疗该病的重要手段，可清除机体内部大部分毒素，延缓病情进展，但该病治疗周期较长，患者需长期接受血液透析治疗^[11-12]。研究指出，随着糖尿病肾病患者血透疗程的增加，患者受治疗费用、情感以及社会定位等因素影响，常出现焦虑、抑郁等负性情绪，心理负担较重，且大部分患者均伴有睡眠障碍的问题，影响治疗依从性，不利于病情控制^[13-14]。故而改善患者的负性情绪对其疾病的控制以及睡眠质量的提高均具有积极的促进作用。

中国传统医学根据糖尿病肾病的临床特征，将其归类为“癃闭”“虚劳”范畴，认为患者因受糖尿病影响，肝肾亏虚、脾肾亏虚，肾虚则精血难以上充，脾虚则气机不畅，无法运化气血水湿，心神失养，促使心神失养^[15-16]。此外，糖尿病患者肾精虚亏，阴阳错乱，夜后阳气无法入阴，导致睡卧不宁，故中医将疏经通络、行气活血、调节阴阳作为糖尿病肾病患者的主要干预重心^[17-18]。耳穴压豆是中医传统干预方式，通过将王不留行籽作用在耳部穴位，可发挥调节经络、平衡阴阳的功效，而艾灸则通过燃烧艾条悬灸有关穴位，可直接对患者腧穴进行作用，也具备良好的温经通络、行气活血功效，利于改善患者睡眠情况^[19-20]。上述两种治疗方式均可调节经络、气血，与糖尿病肾病干预原则相符合，协同应用或可有助于改善糖尿病肾病血透患者负性情绪及睡眠质量。本研究结果显示，经30d干预，患者HAMD、HAMA评分均明显降低，且观察组降低更明显，提示艾灸联合耳穴埋豆可改善糖尿病肾病血透患者负性情绪，原因在于：神门穴为手少阴心经穴，艾灸和耳穴压豆均选取此穴作为干预穴位，主治健忘与心烦，具有宁心安神、宽胸理气之功^[21-22]。艾灸于此穴外缘点燃艾条，将药力借助燃烧的温热作用于体表穴位，可发挥纳气行水、强肾益髓、镇静安神的作用，有助于调节患者负性情绪^[23-24]。而王不留行籽则具有活血通络的功效，耳穴压豆将王不留行籽贴敷于此穴可发挥调节脏腑、补肾填精的功效，有助于改善其负性情绪^[25-26]。另外，现代

药理指出，耳廓穴位经刺激后可调节机体血管舒缩以及大脑皮层以及皮质下自主神经中枢，改善大脑皮肤兴奋性，有助于维持患者情绪稳定^[27-28]。

此外，本研究结果还显示，经30d干预，两组PSQI评分均明显降低，SF-36评分较干预前提高，且观察组各指标变化更为明显，提示艾灸联合耳穴埋豆可有效改善糖尿病肾病血透患者睡眠质量，提高生命质量。原因在于：安眠为经外奇穴，是调节失眠的穴位，艾灸此穴可助眠镇静，有助于改善患者睡眠质量^[29]。而皮质下是大脑皮层的代表区，耳穴压豆则通过刺激皮质下来调节大脑皮层兴奋或弱化的作用，有效调节神经过程平衡，并且还可改善神经错乱情况，从而达到调节患者睡眠状况，提高生活质量的目的^[30-31]。然而，本研究也存在一定局限之处，例如本研究选取的研究样本数量相对较少，可能会影响到统计学结果计算，或影响到研究结论的真实性，并且本研究的样本均来自同一研究中心，其证据等级较前瞻性、多中心低，建议后续研究可进一步拓宽研究样本的选取范围、样本量，进一步明确艾灸联合耳穴埋豆的应用价值。

综上所述，艾灸联合耳穴埋豆可有效改善糖尿病肾病血透患者负性情绪，调节睡眠质量，值得临床推广及应用。

参考文献

- [1] Zhang Y, Le X, Zheng S, et al. MicroRNA-146a-5p-modified human umbilical cord mesenchymal stem cells enhance protection against diabetic nephropathy in rats through facilitating M2 macrophage polarization [J]. Stem Cell Res Ther, 2022, 13(1): 171.
- [2] 胡煜琳, 杜晓刚. 血脂水平及血脂异常不同临床分类与糖尿病肾病的相关性及预测价值研究 [J]. 四川大学学报: 医学版, 2023, 54(5): 1013-1018.
- [3] 宋纯东, 宋丹, 贾评评, 等. 雷公藤多苷通过NLRP3/caspase-1/GSDMD细胞焦亡通路对糖尿病肾病大鼠肾损伤的影响 [J]. 中国中药杂志, 2023, 48(10): 2639-2645.
- [4] 李静, 方芳, 汪奇, 等. 羟苯磺酸钙联合骨化三醇对糖尿病肾病血液透析患者肾功能和微炎症状态的影响 [J]. 浙江医学, 2023, 45(7): 740-743.
- [5] 韩影, 方旭. 耳穴压豆联合穴位贴敷护理对癌痛患者体力和生活质量的影响 [J]. 四川中医, 2022, 40(2): 206-208.
- [6] 黄小燕, 蔡岚, 屈花珍, 等. 穴位贴敷联合耳穴埋籽在经内镜逆行性胰胆管造影术后患者中的应用 [J]. 中华护理杂志, 2022, 57(5): 588-593.
- [7] 葛均波, 徐永健, 王辰. 内科学(第9版) [M]. 北京: 人民卫生出版社, 2018: 733-752.
- [8] Primo de Carvalho Alves L, Pio de Almeida Fleck M, Boni A, et al. The major depressive disorder hierarchy: rasch analysis of 6 items of the hamilton depression scale covering the continuum of depressive syndrome [J]. Plos One, 2017, 12(1): e0170000.
- [9] 刘冉佳, 张志琪, 黄文华, 等. 肝移植儿童生命质量评估量表的系统综述 [J]. 药物流行病学杂志, 2022, 31(4): 264-270.
- [10] 唐彩凤, 汪小晴, 詹思敏. 耳穴压豆联合艾灸护理干预对慢性肾功能衰竭患者睡眠质量的影响 [J]. 光明中医, 2022, 37(1): 152-154.
- [11] 王卓君, 陆麟, 许韩婷, 等. 降糖保肾方治疗脾肾气虚兼血瘀型早期糖尿病肾病疗效及对肾功能, 血糖, 炎症反应的影响 [J]. 现代中西医结合杂志, 2022, 31(9): 1267-1270.
- [12] 刘孟雪, 缪佳, 盛雪鹤. 血UA, Smad1蛋白, 尿mALB含量与2型糖尿病肾病患者达格列净治疗效果的相关性分析 [J]. 昆明医科大学学报, 2024, 45(4): 1-7.
- [13] 单留峰, 孟景茜, 路亮. 温肾补气活血方联合艾灸对3期糖尿病肾病患者肾功能及经络能量指数的影响 [J]. 世界中西医结合杂志, 2022, 17(10): 2001-2005.
- [14] 陈兆杰, 杨真真, 李茹捧. 基于循证理论的临床护理路径对糖尿病肾病透析患者血糖控制, 肾功能, 心理状态, 并发症的影响 [J]. 检验医学与临床, 2023, 20(22): 3406-3410.
- [15] 韩少丽. 尿毒清颗粒联合氯沙坦钾治疗早期糖尿病肾病的疗效 [J]. 中国国境卫生检疫杂志, 2023, 46(S2): 293-294.
- [16] 尚鑫, 任晓霞, 陈栋, 等. 参芪地黄汤加减治疗糖尿病肾病研究进展 [J]. 辽宁中医杂志, 2021, 48(8): 242-245.
- [17] 李显红, 陈刚毅. 糖尿病肾病伴睡眠障碍患者的中医体质分布与睡眠质量的相关性研究 [J]. 广州中医药大学学报, 2020, 37(1): 1-5.
- [18] 徐燕月, 沈佳岚. 正念认知疗法对糖尿病肾病透析患者消极心理及睡眠障碍的影响 [J]. 当代护士: 下旬刊, 2022, 29(12): 64-66.
- [19] 马士辉, 鲁丽莎, 铁位有, 等. 中药贴敷联合耳穴埋豆对全膝关节置换术后患者膝关节功能及疼痛程度的影响 [J]. 四川中医, 2021, 4(12): 187-189.
- [20] 沈芝琴, 赵海音. 耳穴埋豆在2型糖尿病合并睡眠障碍患者中的临床效果及对糖代谢指标的影响研究 [J]. 山西医药杂志, 2022, 51(7): 727-730.
- [21] 冯思同, 宁艳哲, 郑思思, 等. 基于fMRI技术研究针刺神门穴对急性睡眠剥夺后工作记忆相关脑网络的影响 [J]. 中华中医药杂志, 2023, 38(9): 4512-4516.
- [22] 魏来, 罗雯, 黄俊, 等. 经皮穴位电刺激神门穴, 内关穴对老年髋关节置换术患者睡眠质量及术后谵妄的影响 [J]. 国际麻醉学与复苏杂志, 2021, 42(10): 1056-1060.
- [23] 王岩, 白艳杰, 张铭, 等. 艾灸督脉对肾精亏虚型卒中后轻度认知障碍患者认知功能和中医症状的临床疗效研究 [J]. 中国全科医学, 2022, 25(12): 1487-1492.
- [24] 肖愉枝, 黄允香, 黄兰花, 等. 朱琏指针点按抑制手法联合艾灸治疗中风后睡眠障碍的临床观察 [J]. 中国民间疗法, 2022, 30(19): 62-65.
- [25] 贵晓雨, 娄栋舒. 五音疗法与耳穴压豆联合正念冥想训练对广泛性焦虑症患者负性情绪及睡眠质量的影响 [J]. 内蒙古医学杂志, 2023, 55(7): 888-889.
- [26] 杨端, 骆国钢, 周敏捷. 基于加速康复外科理念的护理模式结合耳穴埋豆在老年髋部骨折围手术期中的应用 [J]. 中华全科医学, 2023, 21(12): 2165-2168.
- [27] 姜梅贤, 杨粤峰, 荆阳. 中医情志护理配合灸法及耳穴埋豆疗法对慢性心力衰竭并抑郁症患者心功能及生活质量的影响研究 [J]. 四川中医, 2022, 40(8): 197-199.
- [28] 陆岁花, 黄丽芬, 赵凯丽, 等. 耳穴压豆与腕踝针对经皮肾镜取石术后疼痛及睡眠质量影响的比较研究 [J]. 重庆医学, 2022, 51(2): 129-131.
- [29] 龙飞宇, 王瑶, 王茂华. 艾灸贴刺激安眠穴对拟行甲状腺手术患者术前睡眠质量及焦虑状态的影响 [J]. 成都医学院学报, 2022, 17(2): 188-192, 196.
- [30] 赵子婷, 牟方波. 柴胡加龙骨牡蛎汤联合耳穴压豆治疗肝郁化火型失眠的随机平行对照研究 [J]. 中医药信息, 2022, 39(10): 52-56.
- [31] 余佳, 侯欢, 张阳. 耳部全息铜砭刮痧联合子午流注耳穴压豆对睡眠障碍的干预效果及睡眠质量指数的影响 [J]. 四川中医, 2022, 40(8): 206-208.

(收稿日期: 2024-10-16)

(校对编辑: 韩敏求)