



---

# 慢性肾衰的中医护理

---

邓丽丽  
广州中医药大学第二临床医学院

---

# 教学内容

- 1 专科概况及中医基础
- 2 慢性肾衰常见证候要点
- 3 慢性肾衰常见症状/证候施护
- 4 慢性肾衰中医特色治疗技术
- 5 慢性肾衰中医调护方法



01

# 肾科专科概况

# 广东省中医院肾病科简介



- 全国唯一的慢性肾脏病国家中医临床研究基地
- 国家中医区域(肾病)诊疗中心
- 国家中医药管理局重点专科兼协作组牵头单位
- 国家重大疑难疾病中西医临床协作试点项目牵头单位（慢性肾衰竭）
- 中国中医药肾脏病防治联盟理事长（24个省共计109家单位加入）
- 全国中医医院最佳研究型专科
- 广东省高水平临床重点专科
- 全国中医特色护理优秀科室



# 专科护士培训基地



广东省护理学会腹膜透析专科护士培训基地

广东省护理学会血液透析专科护士培训基地

广东省护理学会慢病专科护士培训基地

广东省护理学会中医专科护士培训基地

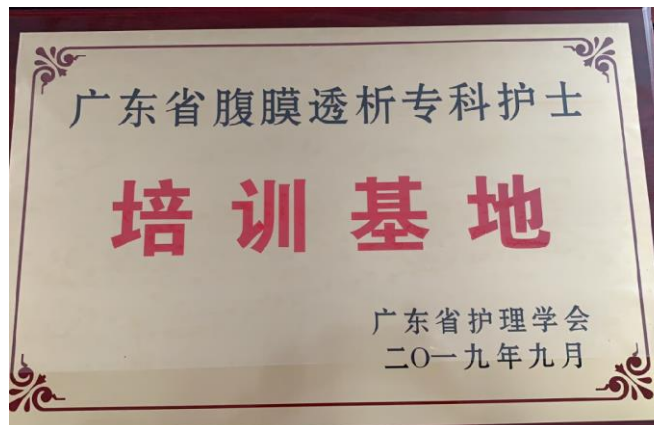
广东省护理学会肾脏病专科护士培训基地

广东省护理学会临床研究护士培训基地

广东省中医药学会慢病管理培训基地

广东省护士协会粤港澳大湾区专科护士肾脏病  
与血透腹透实践教育基地

广东省护士协会中医专科护士培训基地



# 我们的医护团队合影



## 慢性肾脏病国家中医临床研究基地



# 专科环境



# 中医学的基本特点

---

整体观念，辨证论治，恒动观念

- 人是一个有机整体，与外界环境息息相关，这种内处环境的统一性，机体自身的整体性，称**整体观念**。
- 人体是以五脏为中心，配合六腑，通过经络，“内联脏腑，外络肢节”，构成的有机整体。



# 辨证论治

---

- 辨证是将望、闻、问、切所收集的疾病的有关症状和体征及相关病情资料，加以综合归纳，整理分析，判断为某种性质的症候。
- 论治是根据辨证的结果，选择和确定相应的治疗原则和方法。

辨证是决定治疗的前提和依据，论治是治疗疾病的手段和方法。

- 辨证论治，是对疾病作出具体深入的分析，采取针对性的治疗措施。

# 五行归属简表

五行归属简表					
五行	人体				
	五脏	五腑	五官	五体	五志
木	肝	胆	目	筋	怒
火	心	小肠	舌	脉	喜
土	脾	胃	口	肉	忧思
金	肺	大肠	鼻	皮毛	悲
水	肾	膀胱	耳	骨	惊恐

# 中医诊断辨证思路

---

辨证要提“纲”抓“重点”：

## 第一步：确定辨证方法

- 1、八纲辨证：（寒热，虚实，表里，阴阳）
- 2、脏腑辨证（80%可采用）
- 3、气血津液辨证
- 4、病因辨证

# 中医诊断辨证思路：

---

- 5、**六经辨证**
- 6、**卫气营血**
- 7、**三焦辨证**
- 8、**经络辨证**

---

## **第二步：定位——五脏与六腑**

### **第三步：定性（虚与实）**

- **虚：心、肝、脾、肺、肾之气血阴阳**
- **实：六淫、七情、饮食、瘀血、水湿痰饮、外伤、药邪。**

02

## 慢性肾衰常见证候要点

# 概述

---

**慢性肾功能衰竭（慢性肾衰）是由于各种原因引起的肾脏损害和进行性恶化的结果，机体在排泄代谢产物，调节水、电解质、酸碱平衡以及某些内分泌活性物质的生成和灭活等方面出现紊乱的临床综合征。**

**中医属“慢性肾衰”、“肾衰病”、“癃闭”、“关格”、“水肿”、“虚劳”等范畴。**

## 中医对肾衰病的认识

---

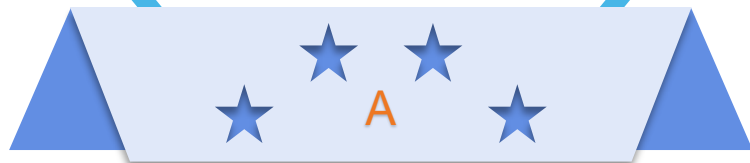
- **肾**为先天之本，故肾的功能强弱与遗传先天禀赋有极其密切关系，并且决定生长发育，脏腑功能盛衰。
- 肾在五行中属水，肾主藏精，主水液，主纳气，为人体脏腑阴阳之本，生命之源，故称为“先天之本”，肾藏真阴而寓真阳，只宜固藏，不宜泄露，所以**肾病多虚**。



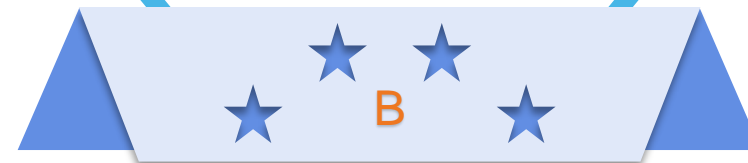
# 慢性肾衰常见证候要点



正虚诸证



邪实诸证



# 慢性肾衰常见证候要点——正虚诸证



## 气阴两虚

- **主症**：倦怠乏力，腰酸膝软，口干咽燥，五心烦热
- **次症**：夜尿清长，舌淡有齿痕，脉沉

## 肝肾阴虚

- **主症**：头晕，头痛，腰酸膝软，口干咽燥，五心烦热
- **次症**：大便干结，尿少色黄，舌淡红少苔，脉弦细或细数

## 阴阳两虚

- **主症**：畏寒肢冷，五心烦热，口干咽燥，腰酸膝软
- **次症**：夜尿清长，大便干结，舌淡有齿痕，脉沉细



## 脾肾气虚

- **主症：**倦怠乏力，气短懒言，食少纳呆，腰酸膝软
- **次症：**脘腹胀满，大便烂，口淡不渴，舌淡有齿痕，脉沉细

## 脾肾阳虚

- **主症：**畏寒肢冷，倦怠乏力，气短懒言，食少纳呆，腰酸膝软
- **次症：**腰部冷痛，脘腹胀满，大便烂，夜尿清长，舌淡有齿痕，脉沉弱

# 慢性肾衰常见证候要点——邪实诸证



## 湿浊证

- **主症**：恶心呕吐，**肢体困重**，食少纳呆
- **次症**：脘腹胀满，口中粘腻，舌苔厚腻

## 湿热证

- **主症**：恶心呕吐，**身重困倦**，食少纳呆，口干口苦
- **次症**：脘腹胀满，口中粘腻，舌苔黄腻

## 水气证

- **主症**：**全身浮肿**，尿量少
- **次症**：**心悸、气促**，甚则不能平卧

## 血瘀证

- **主症**：**面色晦暗**，腰痛
- **次症**：肌肤甲错，肢体麻木，舌质紫暗或有**瘀点瘀斑**、脉涩或细涩

## 浊毒证

- **主症**：恶心呕吐、**口有氨味、纳呆、皮肤瘙痒**、尿量少
- **次症**：身重困倦，嗜睡，气促不能平卧

# 辨病中药的介绍

---

• 如：减少蛋白尿：

(1) 培补脾肾：六味地黄汤、人参、黄芪、芡实、莲须、金樱子、枸杞子。

(2) 清利湿热：滑石、薏苡仁、厚朴、半枝莲、石苇、玉米须、萆薢、车前子、白茅根、砂仁及蔻仁等。

---

○ **(3) 清热解毒：五味消毒饮、玄参、知母、丹皮、连翘、牛蒡子、山豆根、葛根、马鞭草、白花蛇舌草、七叶一枝花等。**

**(4) 活血化淤：丹参、全蝎、水蛭、益母草、桃仁、红花、当归、川芎、赤芍等。**

---

## 消除血尿

- 常选白茅根、仙鹤草、海金沙、马鞭草、大小蓟、生侧柏、茜草、生地榆、槐花、琥珀、旱莲草、丹皮、刘寄奴、三七、赤芍、地锦草等。

# 降尿毒素

---

**泻下药：大黄**

**补益药：冬虫夏草、人参、仙茅、淫羊藿、何首乌、枸杞子；**

**活血药：丹参、蒲黄、川芎、水蛭、毛冬青、银杏叶。**

**其他：蝉蜕、麻黄、秦皮。**



# 利尿作用

---

- **山茱萸、干姜、地黄、黄芪、桑寄生、杜仲；当归、益母草；半夏、半边莲、实、连翘、射干、柴胡、苦参、虎杖、黄芩、黄柏、淡竹叶、密蒙花等。**
- **上述药物在辨证论治基础上酌情选用。**

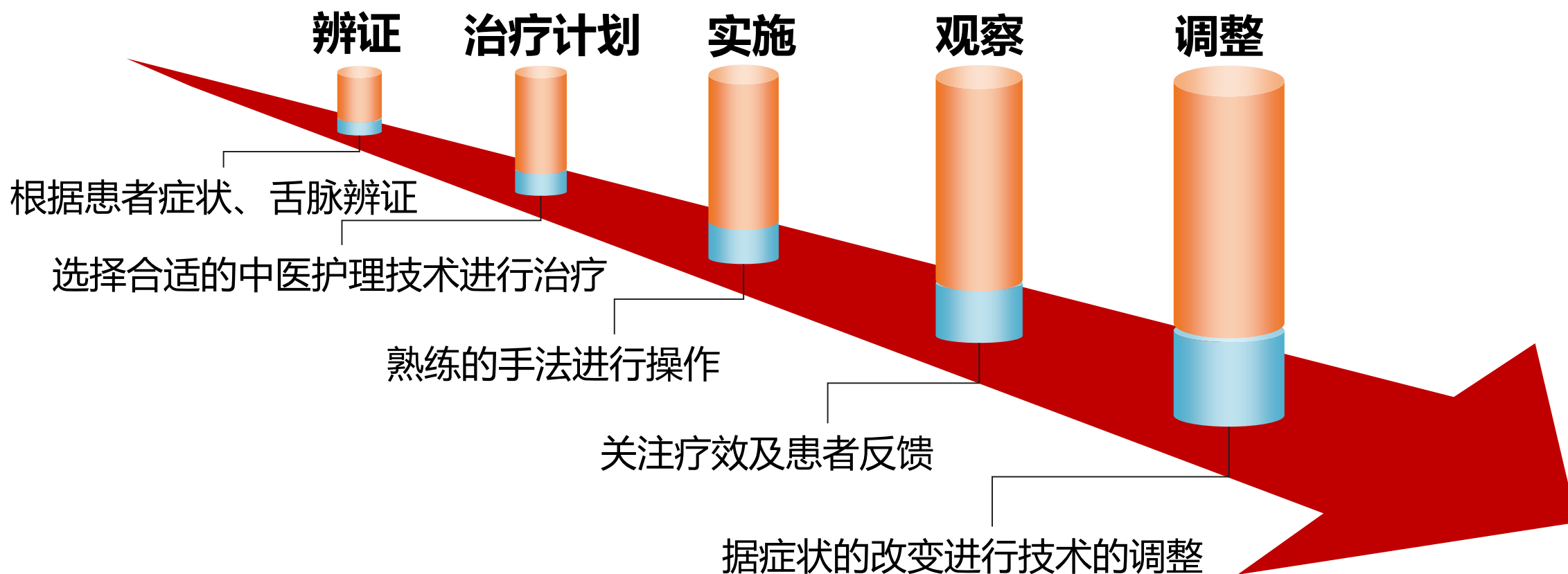
# 03

## 慢性肾衰常见症状/证候施护

# 慢性肾衰常见症状/证候施护



# 中医思维指导护理技术



# 慢性肾衰常见症状/证候施护



- 指导患者行穴位按摩：遵医嘱选合谷、内关等穴
- 中药保留灌肠
- 药熨
- 经皮电刺激治疗，遵医嘱选双足三里、双肾俞、双脾俞等穴



- 注意做好皮肤护理，水肿侧肢体避免穿刺。
- 穴位贴敷
- 荞麦包外敷或芒硝外敷中药泡洗



- 练习八段锦、健肾拍打操。
- 艾灸：遵医嘱选穴，如：大椎、命门、足三里等穴。每天2次，每次15~20分钟
- 指导患者行穴位按摩：遵医嘱选穴，如：足三里、涌泉等穴

- 耳穴贴压（耳穴埋豆）：遵医嘱选肾、神门等穴，定时按压刺激
- 中药封包治疗
- 低频脉冲治疗：遵医嘱选中极、三阴交、阴陵泉等穴

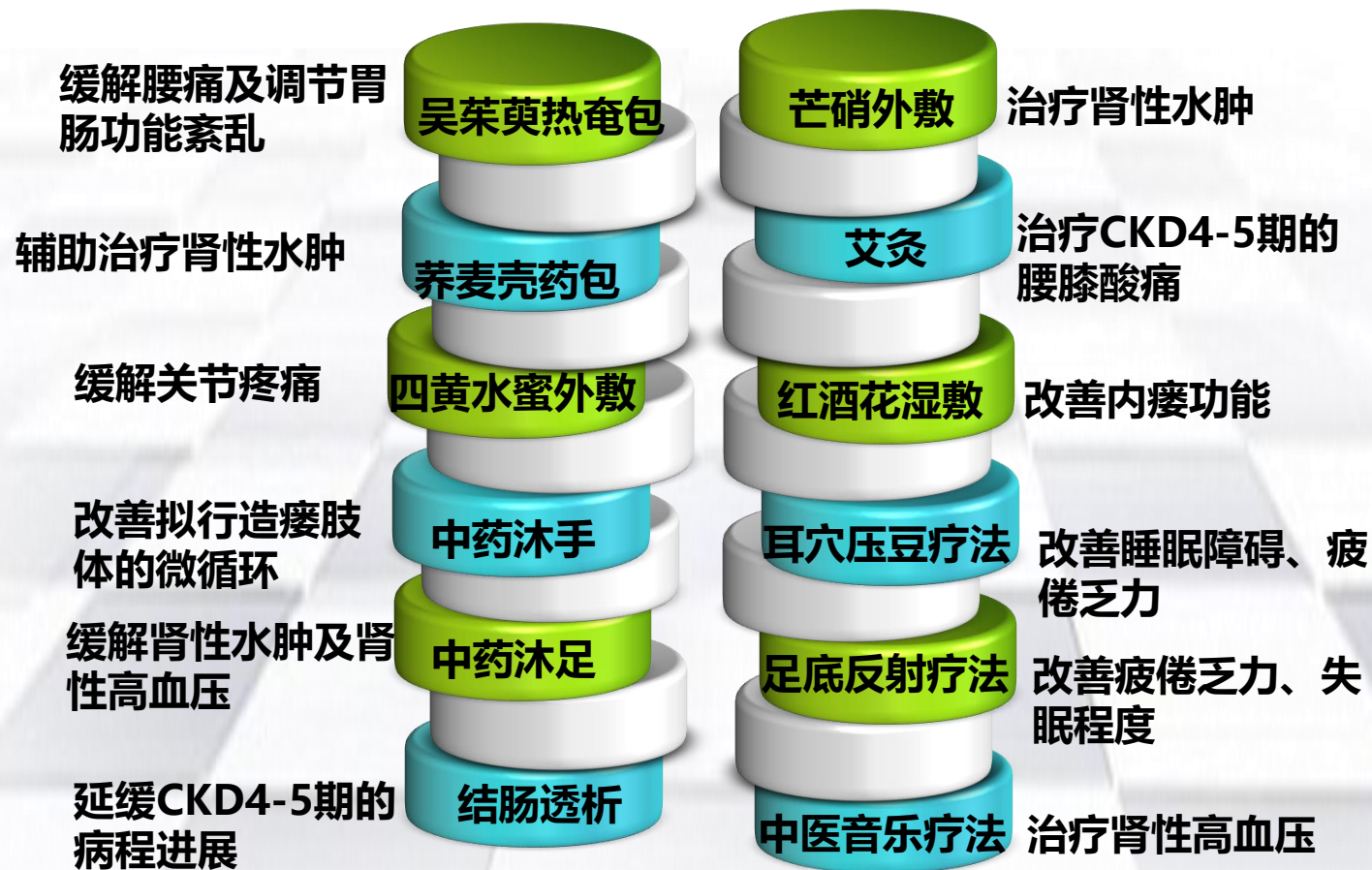


如何开展中医特色护理技术？

04

缓解临床症状的中医特色疗法

# 12种中医特色疗法缓解临床症状







## 耳穴压豆

将王不留行籽贴于单侧耳部相应的反射点

适用症

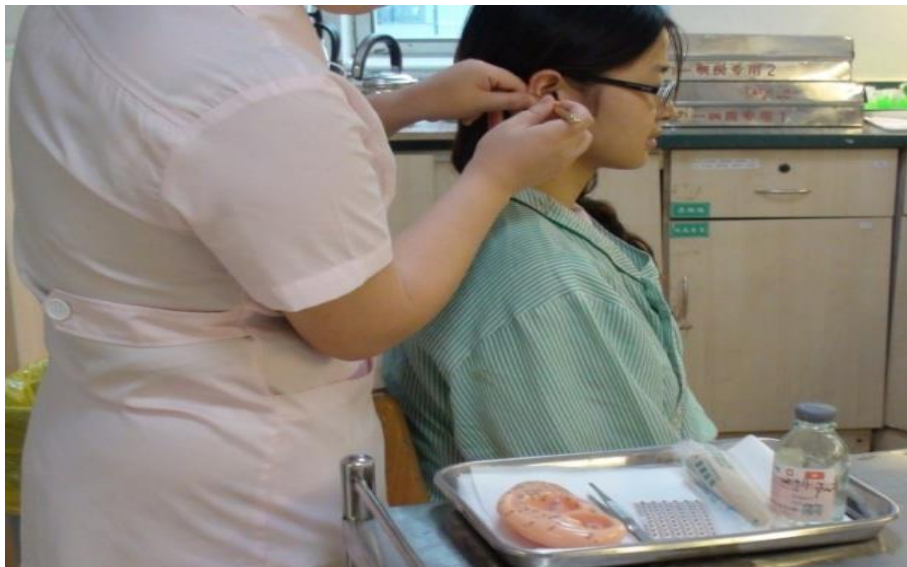
CKD4-5期睡眠障碍的患者

穴位

- a 主穴：心、肾、脾
- b 配穴：神门、交感、皮质下

作用

- a 安神定志、调节情绪
- b 和胃降逆



## 耳穴贴压疗法

### 成效:

患者在睡眠质量、睡眠时间、睡眠效率方面均有显著的改善，且有助于减少安眠药物的使用，改善睡眠质量。

THE JOURNAL OF ALTERNATIVE AND COMPLEMENTARY MEDICINE  
Volume 20, Number 5, 2014, pp. 356-363  
© Mary Ann Liebert, Inc.  
DOI: 10.1089/acm.2013.0319

## Auricular Acupressure Helps Improve Sleep Quality for Severe Insomnia in Maintenance Hemodialysis Patients: A Pilot Study

Yuchi Wu, MS<sup>1,\*</sup> Chuan Zou, PhD<sup>2,\*</sup> Xusheng Liu, MS<sup>1</sup> Xiuqing Wu, BS<sup>1</sup> and Qizhan Lin, MS<sup>2</sup>

### Abstract

**Background:** Insomnia is common in patients undergoing maintenance hemodialysis (MHD). Long-term use of sedative-hypnotic agents is often correlated with increasing adverse effects. Auricular acupressure therapy (AAT) applied to specific auricular acupoints for managing insomnia has achieved favorable outcomes in a hemodialysis unit. This pilot study was performed to demonstrate the potential of AAT for insomnia in MHD patients and to prepare for a future randomized controlled trial.

**Methods:** Eligible patients were enrolled into this descriptive pilot study and received AAT designed to manage insomnia for 4 weeks. Questionnaires that used the Pittsburgh sleep quality index (PSQI) were completed at baseline, after a 4-week intervention, and 1 month after completion of treatment. Sleep quality and other clinical characteristics, including sleeping pills taken, were statistically compared between different time points.



## 中药结肠透析

将中药制剂，自肛门灌入，保留在直肠结肠内，通过肠粘膜吸收缓解病程进展

适用症

CKD4-5期末进入透析的患者

功效

温阳泄浊，益气活血，泄浊化湿解毒

组方

a 邪实明显而正虚较轻者 大黄、蒲公英  
b 阳虚明显者 牡蛎、附子

疗程

每次50ml，每日1~2次，7~10天为1疗程，可休息2~4天，再进行下一个疗程

# 中医特色疗法



温阳结肠洗液



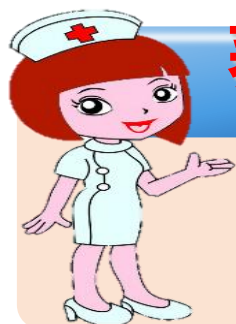
## 中药结肠透析



可以居家自行操作

### 成效:

临床观察96例，血清SCr、BUN、IS水平在短期内下降，患者疲倦乏力、腰膝酸软、大便干结及水肿症状比例均降低



## 荞麦壳药包外敷

### 将自制荞麦壳药包置于水肿部位

适用症

肾性水肿的患者

用物

坎离砂，自制荞麦包

方法

将抖动至发热的坎离砂袋，置于荞麦包外侧袋内，将荞麦包置于水肿部位，并用弹力绷带施适当压力加压固定，以可放入一小指且患者感觉舒适为宜。每日6h,14d为1个疗程

# 针对水肿的发明—坎离砂荞麦包

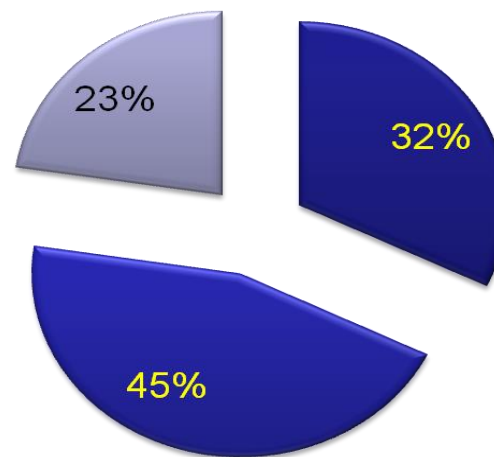


以适当的压力把荞麦药包绑于双下肢肿胀处，根据病人的舒适度调节加压压力，每次加压持续4-6小时。



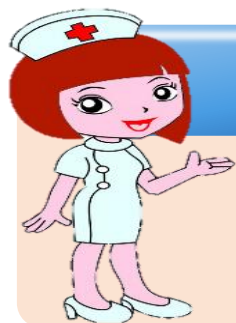
梁晖, 邹川, 李绮雯, 等. 荞麦壳药包加压包裹治疗肾性水肿31例[J]. 河南中医, 2012(08).

荞麦壳药包加压包裹治疗肾性水肿：  
有效率77%



- 治愈
- 好转
- 无效





## 足底反射疗法

沐足配合足底反射区按摩

适用症

CKD失眠的患者

用物

- a 心脏、肾脏、输尿管、膀胱、失眠点
- b 足底、足内
- c 外侧、足背

- a 从左足开始，每个反射区按摩3次，每日治疗1次
- b 治疗10次为1疗程。一般做6个疗程

# 中医特色疗法



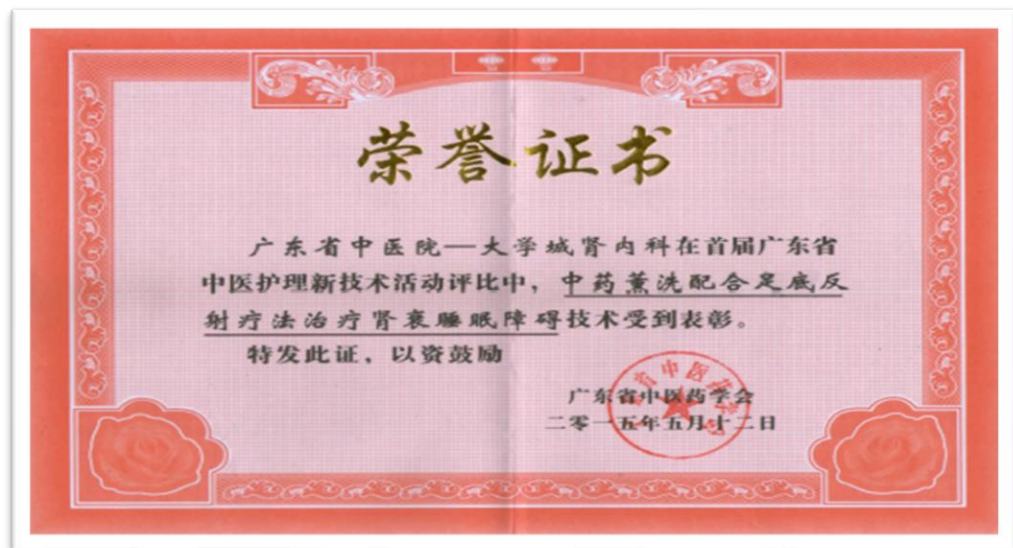




## 足底反射疗法

**成效:**

临床观察发现：足底反射疗法舒适度高，能减少慢性肾功能衰竭患者失眠症状的发生



心脏、肾脏、输尿管、膀胱、失眠点



足底、足内侧、足外侧



足背：是向心性按摩，沿着静脉、淋巴回流的方向按摩



## 芒硝外敷

将芒硝粉末装入特制布袋内，贴于肿胀体表局部的一种操作方法

适用症

肾性水肿的患者

用物

芒硝，特制布袋，网状绷带

方法

**a** 以适当的压力把芒硝药包绑于双下肢肿胀处，根据病人的舒适度调节加压压力

**b** 每次持续加压8-10小时，每日一次，以晚上为宜，4~6天为一个疗程

# 芒硝外敷



治疗前



**效果显著,患者满意!**



治疗后



# 艾灸缓解胃肠道不适、疲倦乏力



## 艾灸

将艾箱中的艾点燃后置于艾灸的部位

### 适用症

胃肠道不适、疲倦乏力、水肿的患者

### 艾灸

- a 调胃补气、化湿和中、降逆止呕
- b 益肾固精、补气回阳、祛湿化浊

### 方法

- a 胃肠道不适：足三里、中脘、下脘、三阴交
- b 疲倦乏力、水肿：气海、关元、足三里

# 导引术—健肾拍打操



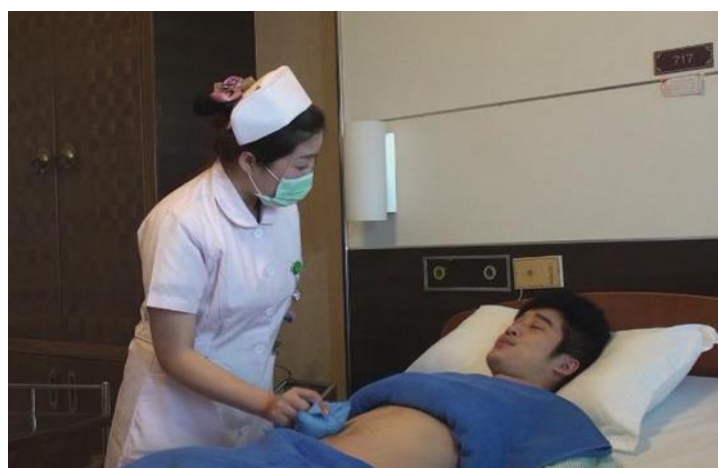
健肾拍打操通过摩擦肾俞穴、腰眼穴，顺十二经脉循行方向拍打身体各部位、最后甩手拍打双肾俞穴、双腰眼穴、命门穴及关元穴，能有效对肾脏起到预防保健作用



# 音乐疗法缓解焦虑抑郁、胃肠功能紊乱



- ✓ 音乐疗法缓解焦虑情绪，调节患者血压
- ✓ 吴茱萸药熨、四子散热敷改善患者胃肠功能紊乱症状



# 四子散热敷改善胃肠道及生活质量症状



## 四子散热敷疗法干预后，患者胃肠道症状改善，生活质量多个方面得到提升和改善

表2 两组干预后胃肠道症状评分比较

	例数	GSRs 评分≥7分	GSRs 评分<7分
一般治疗组	30	14(46.7)	16(53.3)
四子散组	30	1(3.3)	29(96.7)
$\chi^2$ 值		15.022	
P 值		0.000	

表3 四子散组干预前后血液透析患者胃肠道症状评分的比较(N=30)

	干预前	干预后	t 值	P 值
例数	30	30		
GSRs 总分	9.37±2.14	4.07±1.64	20.474	0.000**
腹痛	0.53±0.57	0.13±0.36	4.397	0.000**
烧心	0.40±0.67	0.20±0.41	2.693	0.012*
酸反流	0.77±0.73	0.17±0.38	5.288	0.000**
上腹部紧抽感	0.30±0.53	0.20±0.41	1.795	0.083
恶心呕吐	0.70±0.65	0.10±0.16	6.595	0.000**
腹鸣	0.87±0.68	0.53±0.51	2.763	0.010*
腹胀	0.73±0.74	0.27±0.45	4.965	0.000**
嗝气	0.83±0.70	0.40±0.50	4.709	0.000**
排气增多	0.80±0.61	0.50±0.57	3.071	0.005**
排便减少	0.13±0.35	0.67±0.25	2.249	0.032*
排便增多	0.37±0.72	0.13±0.35	1.439	0.161
稀便	0.53±0.68	0.27±0.45	3.247	0.003**
硬便	0.83±1.23	0.30±0.46	2.898	0.007**
排便紧迫感	0.67±0.71	0.30±0.53	3.003	0.005**
排便不尽感	1.03±0.89	0.50±0.46	5.113	0.000**

\*: P<0.05; \*\*: P<0.01

表4 四子散组干预前后生活质量评分比较

	观察组	对照组	t 值	P 值
肾脏疾病和透析相关生活质量	55.95±7.12	57.56±6.99	2.164	0.039*
症状与不适	74.79±9.91	80.90±9.02	10.067	0.000**
肾脏病对日常生活的影响	63.21±10.32	66.00±9.36	5.182	0.000**
肾脏病负担	32.70±13.20	39.17±11.94	5.013	0.000**
工作状况	28.33±28.41	28.33±28.41	1.293	0.206
认知功能	68.89±22.44	63.89±26.25	1.960	0.060
社会关系质量	73.78±17.68	78.22±15.26	2.157	0.039*
睡眠	42.63±15.71	44.20±13.68	0.494	0.625
社会支持	40.00±27.54	38.89±27.45	0.571	0.573
一般健康相关生活质量	68.08±10.63	74.90±9.23	7.066	0.000**
生理功能	72.83±26.21	73.50±25.67	2.112	0.043*
生理职能	65.00±41.83	74.17±25.67	3.612	0.001**
躯体疼痛	79.33±22.61	92.67±15.42	4.290	0.000**
一般健康状况	46.00±8.34	46.00±7.92	0.000	1.000
心理健康	63.07±9.08	67.73±6.88	5.887	0.000**
情感职能	85.56±28.61	97.78±8.46	2.796	0.009**
社会功能	82.83±14.61	90.00±9.17	4.329	0.000**
精力状况	50.00±11.74	57.33±9.07	6.279	0.000**

\*: P<0.05; \*\*: P<0.01

张洁婷,梁玉婷,刘旭生,林静霞,赵代鑫,叶景云.四子散热敷疗法改善血液透析患者生活质量的临床研究[J].世界科学技术-中医药现代化,2017,19(09):1522-1526.

# 耳穴疗法干预改善睡眠的相关研究



TABLE 3. PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX SCORES BEFORE AND AFTER INTERVENTION

<i>PSQI component</i>	<i>Before intervention</i>	<i>After intervention</i>	<i>p-Value</i>
Sleep quality	2.14±0.56	1.50±0.51	0.000
Sleep latency	2.59±0.73	2.14±1.04	0.021
Sleep duration	2.09±0.97	1.59±0.85	0.061
Habitual sleep efficiency	1.91±1.19	1.68±1.21	0.479
Sleep disturbance	1.36±0.58	1.00±0.00	0.008
Sleep medication	2.55±0.74	2.05±1.21	0.018
Daytime dysfunction	1.86±1.08	1.23±0.81	0.010
Global PSQI score	14.5±3.49	11.18±3.58	0.000

**MHD患者接受耳穴治疗4周后，PSQI总分明显下降，睡眠质量、入睡时间、睡眠障碍、催眠药物、日间功能障碍等评分明显改善**

**围绕耳穴干预方向，被SCI收录科技论文3篇。**

[1]Wu Y, Zou C, Liu X, et al. Auricular acupressure helps improve sleep quality for severe insomnia in maintenance hemodialysis patients: a pilot study. *J Altern Complement Med*. 2014 May;20(5):356-63.

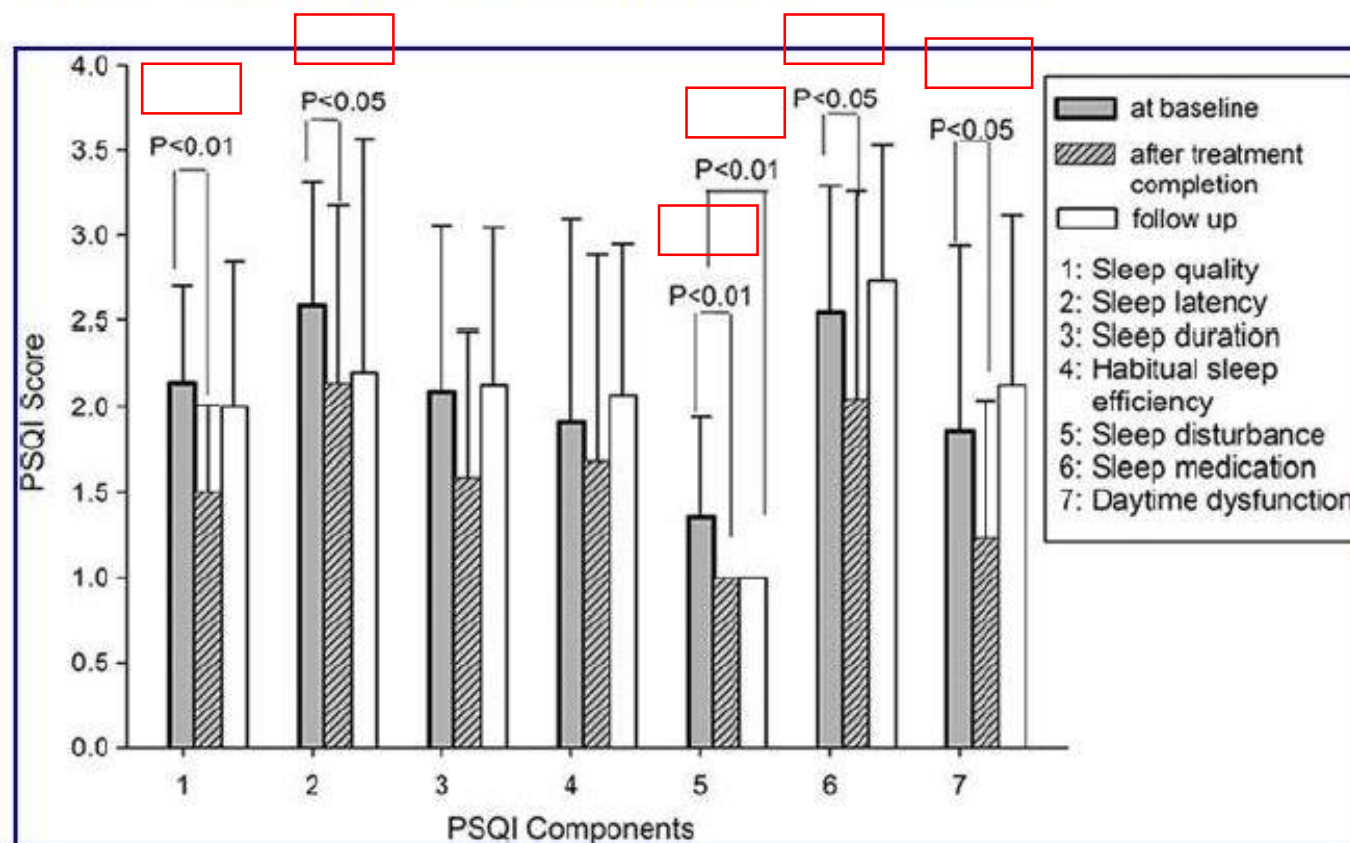
[2] Zou C, Yang L, Wu Y, et al. Auricular acupressure on specific points for hemodialysis patients with insomnia: a pilot randomized controlled trial. *PLoS One*. 2015 Apr 15;10(4):e0122724.

[3] Wu Y, Yang L, Li L, et al. Auricular acupressure for insomnia in hemodialysis patients: study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*. 2018 Mar 7;19(1):171.



## AURICULAR ACUPRESSURE IMPROVES SLEEP QUALITY

361



**FIG. 3.** Comparisons of PSQI component scores (means  $\pm$  standard error of the mean) between different time points. Significant differences compared with baseline are shown as  $p < 0.05$ , or  $p < 0.01$ .

耳穴压豆干预后，患者PSQ评分下降，睡眠质量改善，催眠药物的使用减少。

# 甘遂末敷脐疗法治疗重度水肿



甘遂末敷脐疗法干预后，患者尿量增加，利尿剂用量减少，减少了对肝肾功能的损害。

表2 2组治疗前后尿量、呋塞米剂量、身体质量、小腿围、腹围的比较

组别	时间	尿量(mL)	呋塞米剂量(mg/d)	体质量(Kg)	小腿围(cm)	腹围(cm)
对照组	治疗前	625.42±256.47	151.71±21.47	68.87±20.65	44.38±7.12	97.43±16.33
	治疗后	1356.44±188.35▲	133.52±12.12	65.52±18.45	42.78±4.32	95.32±10.15
治疗组	治疗前	601.48±132.89	146.16±36.44	69.16±19.32	45.12±8.25	99.12±14.78
	治疗后	2247.12±398.74▲▲	71.23±19.22▲▲	62.32±16.41▲▲	38.24±6.58▲▲	86.43±16.33▲▲

注：与对照组治疗后比较， $\Delta P < 0.05$ ，与同组治疗前比较， $\blacktriangle P < 0.05$

表3 2组治疗前后肝肾功能的比较

组别	时间	Scr( $\mu\text{mol/L}$ )	BUN( $\text{mmol/L}$ )	ALT( $\text{mmol/L}$ )	AST( $\text{mmol/L}$ )	ALB( $\text{g/L}$ )
对照组	治疗前	239.25±152.21	16.12±6.15	44.38±7.12	17.32±6.33	27.39±12.35
	治疗后	231.71±153.25	15.23±9.13	38.24±6.58	16.42±4.45	26.48±10.44
治疗组	治疗前	235.38±189.26	15.71±5.47	45.12±8.25	18.14±5.87	28.15±11.25
	治疗后	187.56±148.52▲▲	12.14±12.12▲▲	42.78±4.32	17.75±6.36	29.64±9.42

注：与对照组治疗后比较， $\Delta P < 0.05$ ；与同组治疗前比较， $\blacktriangle P < 0.05$

# 音乐疗法改善患者高血压症状



表 2 2 组治疗前后血压变化比较 ( $\bar{x} \pm s$ ) mmHg

组别	n		收缩压	舒张压
治疗组	29	治疗前	158.25 ± 10.40	97.77 ± 8.59
		治疗后	128.34 ± 9.88 <sup>1)2)</sup>	86.68 ± 7.69 <sup>1)2)</sup>
对照组	28	治疗前	159.13 ± 8.16	98.97 ± 7.56
		治疗后	132.24 ± 7.26	88.78 ± 8.54

注:与治疗前比较,1)  $P < 0.05$ ;与对照组比较,2)  $P < 0.05$ 。

表 3 2 组疗效比较 (n, %)

组别	例数	显效	有效	无效	总有效
治疗组	29	5(17.2)	17(58.6)	7(24.1)	22(75.9) <sup>1)</sup>
对照组	28	3(10.7)	16(57.1)	9(32.1)	19(67.9)

注:与对照组比较,1)  $P < 0.05$ 。

表 4 2 组治疗前后症状积分变化情况比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	n		眩晕	烦躁	腰酸	耳鸣	口干
治疗组	29	治疗前	3.14 ± 0.56	3.46 ± 0.41	2.45 ± 0.90	2.03 ± 0.12	3.52 ± 0.31
		治疗后	2.34 ± 0.34 <sup>1)</sup>	2.23 ± 0.51 <sup>1)</sup>	2.40 ± 0.89	1.90 ± 0.21	3.54 ± 0.32
对照组	28	治疗前	3.26 ± 0.61	3.46 ± 0.43	2.46 ± 0.81	2.12 ± 0.11	3.42 ± 0.31
		治疗后	2.93 ± 0.34	3.11 ± 0.62	2.41 ± 0.71	1.92 ± 0.42	3.61 ± 0.42

注:与治疗前比较,1)  $P < 0.05$ 。

音乐疗法干预后,比起单纯西药治疗,患者高血压症状得到改善,并对改善心烦、眩晕、腰酸、耳鸣等伴随症状有促进作用。

## 五行音乐与脏腑

五音	五脏	症状特点	曲目举例
角	肝	急躁易怒，肝气郁结，	<p><b>生机盎然悠扬、旋律</b> 《春风得意》 《行街》                      《江南好》 《霓裳曲》 《红河的春天》                      《胡笳十八拍》 《春之声圆舞曲》 《庄周梦蝶》 <b>具有木的特性，有疏肝解郁的功效，对精神情绪及神经系统有较好的调节作用。</b></p>
徵	心	心悸不宁，躁动不安	<p><b>热烈欢快、活泼轻松</b> 《步步高》 《紫竹调》 《最贵是健康》                      《浏阳河》 《喜相逢》 《渔舟唱晚》 《茉莉花》 《金蛇狂舞》                      《花好月圆》 《春节序曲》 <b>具有火的特点，入于心，又可促进心血管的功能，对循环系统、神经系统也有一定的调节作用。</b></p>
羽	肾	腰酸恐惧，畏寒肢冷	<p><b>凄切哀怨、苍凉柔润</b> 《梁祝》 《飞花点翠》 《小河淌水》                      《春江花月夜》 《乌夜啼》 《昭君怨》 《寒江残月》                      《嘎达梅林》 《汉宫秋月》 <b>具有水的特点，入于肾，有促进全身气机潜降收藏的作用，能滋补肾精、益智健脑，对泌尿系统和生殖系统功能有良好的调</b></p>

# 五行音乐与症状

五音	五脏	症状特点	曲目举例
宫	脾	消化不良，食欲不振。	<b>淳厚庄重、沉静</b> 《月光奏鸣曲》、《春江花月夜》、《十面埋伏》《赛龙夺锦》《高山流水》《彩云追月》《平湖秋月》 《空山鸟语》 <b>入脾能调节消化系统功能，促进食欲。安定情绪，对神经系统和精神状态也有一定的调节作用。</b>
商	肺	气短乏力，悲伤欲哭	<b>高亢嘹亮、铿锵雄伟</b> 《阳关三叠》《将军令》《哀乐》《长清》 《潇湘水云》《慨古吟》《阳春白雪》《黄河大合唱》、《走向复兴》 <b>促进全身气机内敛，调节肺气之宣肃，具有养肺阴、益肾、泄肝的功效，能调节呼吸功能，增强机体抗御疾病的能力。</b>

徵音 (5-So) 为主的徵调式乐曲，躁急热烈如火，节奏欢快，宜用笛奏，舒心。  
羽音 (6-La) 为主的羽调式乐曲，苍凉淡荡如水，风格清纯，与琴音调，补肾。[春江花月夜 \(肾\) 剪.mp3](#)

宫音 (1-Do) 为主的宫调式乐曲，浑和厚重如土，旋律悠扬，应当吹笙，健脾。[赛龙夺锦 \(脾\) 剪.mp3](#)

商音 (2-Re) 为主的商调式乐曲，悲壮铿锵如金，曲风高亢，适弹古筝，润肺。[广陵散 \(肺\) 剪.mp3](#)

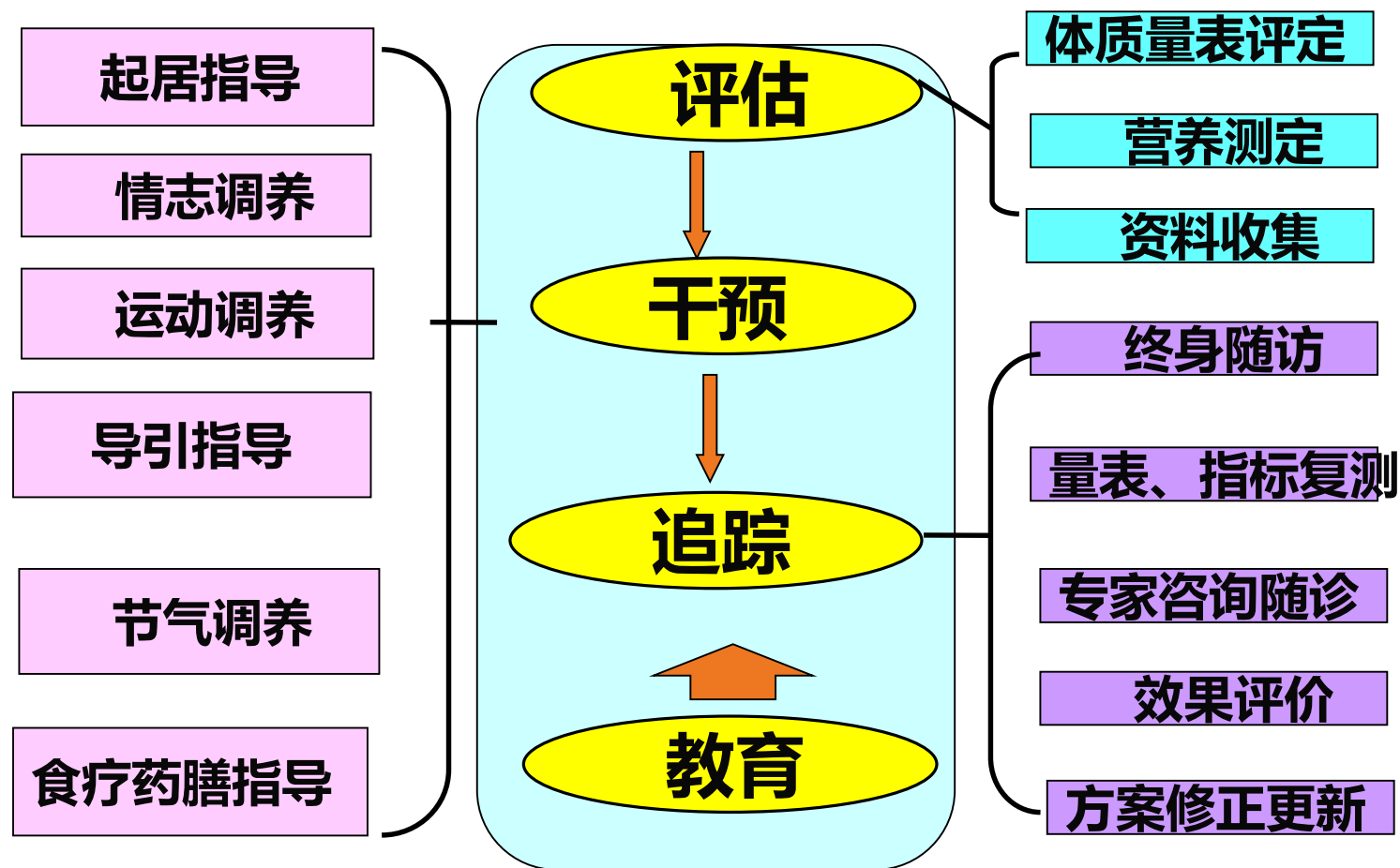
角音 (3-Mi) 为主的角调式乐曲，圆长清脆如木，曲调亲切，可伴箫声，养肝。[胡笳十八拍 \(肝\) 剪.mp3](#)

五音	角	徵	宫	商	羽
音乐类型	流畅轻盈	轻快，或气势磅礴	庄重典雅	坚实略悲伤	柔和温婉
乐器	笛子	唢呐 管弦乐	埙	铎钟	琴

05

## 慢性肾衰的中医调护

# 慢性肾衰中医调护四部曲







- 正虚诸证
  - 脾肾气虚：饮食宜健脾补肾益气
  - 脾肾阳虚：饮食宜温阳之品
  - 气阴两虚：饮食宜滋阴补气之品
  - 肝肾阴虚：饮食宜补益肝肾，滋阴清热之品
  - 阴阳两虚：宜阴阳双补



- 正虚诸证
  - 脾肾气虚：饮食宜健脾补肾益气 常食益气健脾食物，如粳米、糯米、小米、大麦、山药、土豆、大枣、香菇、鸡肉
  - 脾肾阳虚：饮食宜温阳之品
  - 气阴两虚：饮食宜滋阴补气之品 可用甘温补气之品，如人参、山药、黄芪等
  - 肝肾阴虚：饮食宜补益肝肾，滋阴清热之品
  - 阴阳两虚：宜阴阳双补



## ➤ 邪实诸证

- 湿浊证：饮食宜健脾化浊之品
- 湿热证：饮食宜清热化湿之品
- 水气证：饮食宜化气利水之品
- 血瘀证：饮食宜活血化瘀之品
- 浊毒证：饮食宜解毒化浊之品

# 慢性肾衰的中医调护—康复锻炼



八段锦、健肾拍打操

有氧训练



抗阻训练

经络拍打操、柔韧性训练

# 小结



## 慢性肾衰常见证候要点——正虚诸证

气阴两虚

肝肾阴虚

阴阳两虚

脾肾气虚

脾肾阳虚

# 慢性肾衰常见证候要点——邪实诸证



- 单击此处输入你的正文，文字是您思想的提炼，为了最终演示发布的良好效果。



- 单击此处输入你的正文，文字是您思想的提炼，为了最终演示发布的良好效果。



- 单击此处输入你的正文，文字是您思想的提炼，为了最终演示发布的良好效果。



- 单击此处输入你的正文，文字是您思想的提炼，为了最终演示发布的良好效果。



-

# 12种中医特色疗法





# THANKS

---

---



An illustration in a traditional Chinese style. On the left, a man with a beard and a red topknot sits on a rock, holding a small branch with red flowers. He is wearing a dark brown robe. On the right, a woman wearing a large, light-colored parasol and a white robe sits on a rock, looking towards the man. She has a black bag slung over her shoulder. The background features a bright yellow sun, several birds in flight, and a pagoda on the left. The overall style is soft and painterly.

# 糖尿病的中医护理

广州中医药大学第二附属医院  
邓丽丽



# 目录

CONTENTS



1

概述

2

病因病机

3

糖尿病的中医康复护理

4

中医特色技术在糖尿病并发症的应用



壹

# 概述





# 糖尿病，一组以高血糖为特征的代谢性疾病。

高血糖则是由于胰岛素分泌缺陷或其生物作用受损，或两者兼有引起。

糖尿病时长期存在的高血糖，导致各种组织，特别是眼、肾、心脏、血管、神经的慢性损害、功能障碍。

糖尿病当属中医学 “消渴” 范畴。





## 概述---病名



消渴病名最早见于《内经》

消渴、消瘴、肺消、膈消、  
消中。

“ 此人必数食甘美而多肥也，肥者令人内热，甘者令人中满，故其气上溢，转为消渴。

“





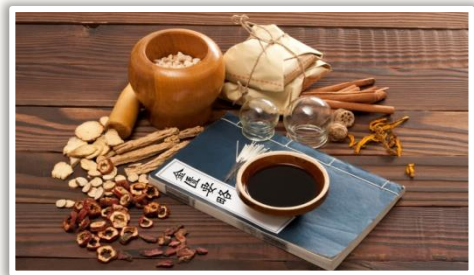
# 概述---症状



1

## 《金匱要略》

男子消渴，小便反多，以饮一斗，小便一斗



2

## 《外台秘要》

渴而饮水多，小便数，有脂，似麸片甜



3

## 《证治准绳·消瘵》 三消

上消（膈消）---渴而多饮

中消（消中）---消谷善饥

下消（肾消）---渴而便数有膏





## 概述---治法



- 《内经》 “治之以兰，除陈气也”
- 《金匱要略》 创白虎加人参汤、肾气丸方剂。
- 《诸病源候论·消渴候》主张：“先行一百二百步，多者千步，然后食之。”  
---运动疗法
- 《千金要方》 “所慎者三，一饮酒，二房室，三咸食及面”  
---饮食疗法
- 《丹溪心法·消渴》治疗以“养肺、降火、生血为主”。---形成养阴为主治疗理论。



貳

# 病因及病机







# 病因

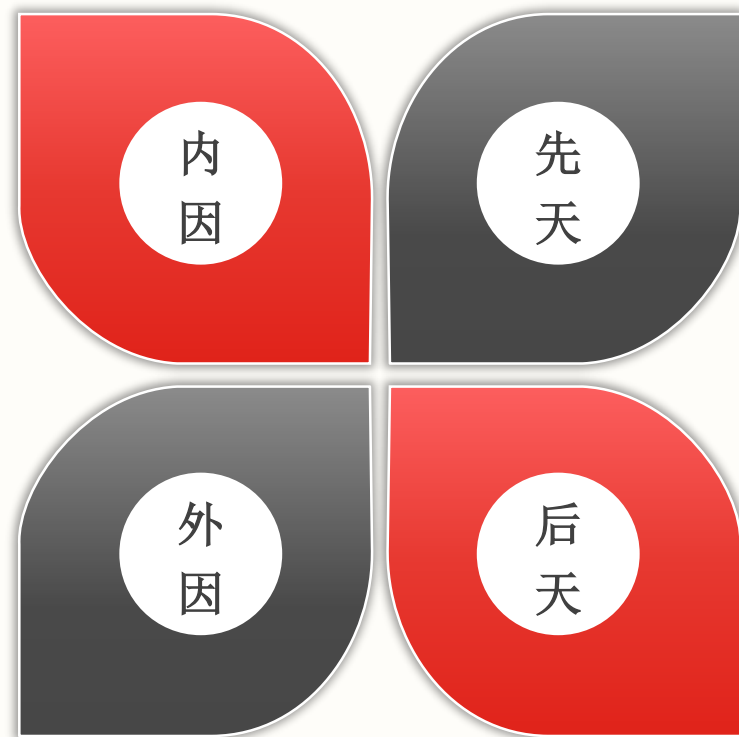


## 情志失调

《内经》“怒则气上逆，胸中蓄积，血气逆流…转而热…故为消瘴”

## 劳欲过度

体劳、心劳、房劳、情欲



## 先天禀赋不足

《灵枢》五变：“五脏皆柔弱者，善病消瘴”

## 后天饮食失节

《素问》奇病论：此肥美之所发也，此人必数食甘美多肥也，肥者令人内热，甘者令人中满，故其气上溢，转为消渴。





# 病因及病机



1

禀赋不足——以阴虚体质最易罹患

五脏虚弱—肾阴亏损—阴虚火旺—灼伤**津液**——消渴

2

饮食失节——肥甘辛辣、醇酒厚味

损伤脾胃—运化失职—积热内蕴—化燥**伤津**——消渴

3

情志失调——郁怒忧思、劳心竭虑

气机郁结——郁久化火—火热炽盛—**伤津**——消渴

4

劳欲过度——房室过度、生育不节

损伤肾精—虚火内生—灼伤**津液**——消渴





## 病机

阴津亏损、燥热偏盛；  
以阴虚为本，燥热为标。  
一标本互为因果，相互影响

## 病变脏腑

涉及肺、胃、肾，  
尤以肾为关键。





## 病变脏腑---肺



### 1、肺主气，为水之上源，敷布津液。

- 1) 燥热伤肺，气不布津→口渴多饮；
- 2) 津液不能敷布→直趋下行→小便频数；
- 3) 精微流失，机体失养→形体消瘦。





## 病变脏腑---脾胃



2、 **胃** 为水谷之海，腐熟水谷；

**脾** 为后天之本，运化和传输精微。

1) 胃火炽盛，脾阴不足

→ 多食善饥，口渴多饮；

2) 脾气虚，水谷精微失于输布，下注小便

→ 尿频、有甜味；

3) 水谷精微不布，机体失于濡养

→ 形体消瘦。





## 病变脏腑---肾



### 3、肾为先天之本，主藏精而寓元阴元阳。

1) 肾阴亏虚 → 虚火上燔心肺、中灼脾胃

→ 烦渴多饮，胃热消谷；

2) 肾失濡养 → 开阖固摄失权，水谷精微直趋下泄

→ 尿多甘甜。





## 病变脏腑---四脏相互影响



- 肺燥津伤，失于敷布  
→脾胃不得濡养、肾精不得资助；
- 脾胃积热，偏于炽盛  
→上可灼伤肺津，下可耗伤肾阴；
- 肾阴不足，阴虚火旺  
→上灼肺胃，则致肺燥胃热肾虚。





# 症候分型---热盛伤津



## ■ 症候特点

口干咽燥，渴喜冷饮，易饥多食，尿频量多，心烦易怒，口苦，溲赤便秘，舌干红，苔黄燥，脉细数。







# 症候分型---阴阳两虚



## ■ 症候特点

便频数，夜尿增多，浑浊如膏如脂，甚至饮一溲一，五心烦热，口干咽燥，神疲，面色黧黑；腰膝酸软无力，畏寒肢冷；四肢欠温，阳痿，下肢浮肿，甚则全身皆肿，舌质淡，苔白而干，脉沉细无力。





# 症候分型---痰（湿）浊



## ■ 症候特点

形体肥胖，嗜食肥甘，脘腹满闷，肢体沉重，呕恶眩晕，恶心头黏，头重嗜睡，舌质淡红，苔白厚腻，脉弦滑





# 症候分型---气滞



## ■ 症候特点

胸闷喜叹息，两胁、胃、腹胀痛，暖气，咽部如有异物梗阻，性格内向，忧郁寡欢，心胸狭窄，情绪波动时易腹痛腹泻，女性乳房、小腹胀痛，舌色暗，脉弦。





# 症候分型---血瘀



## ■症候特点

肢体麻木或疼痛，下肢紫暗，胸闷刺痛，  
中风偏瘫，或语言蹇涩，眼底出血，唇舌  
紫暗，舌有瘀斑或舌下青筋显露，苔薄白，  
脉弦涩。



叁

# 糖尿病的中医 康复护理





# 辨证要点



## 1、辨部位：

上、中、下三消，肺、胃、肾。

## 2、辨标本：

阴虚为本，燥热为标。

## 3、辨本症与并发症：

本症为主，并发症为次。注意有少数病人相反，本症不明显，而因眼疾、痈疮、肺癆、心脑血管疾病（心痛、眩晕、中风）、水肿、肢体麻木等症为线索，确诊为消渴。





# 气阴两虚



## ■中医特色技术

- (1) 中药沐足，睡前按摩涌泉穴或开天门，可缓解失眠。
- (2) 肉桂贴敷涌泉穴、足三里穴，可补益人体正气，从而缓解神疲乏力。
- (3) 艾灸肾俞、足三里以益气固表，从而缓解自汗盗汗等症状。

## ■饮食护理

提倡粗制米、面和杂粮，多食新鲜蔬菜，可以西洋参泡水冲饮。亦可用葛根、麦冬泡水代茶饮，茯苓、黄芪煲汤，以益气养阴，达润咽、止渴之效。自汗盗汗，气短懒言者予淮山、北芪炖鸡。





# 热盛伤津



## ■中医特色技术

- (1) 用大黄承气汤灌肠，具有清热泻浊，畅通大便之效。
- (2) 可用清开灵贴敷足三里穴、天枢穴以清热泻火。

## ■饮食护理

此型忌食辛辣、肥甘厚腻之品，宜选用清热生津之品，可用茅根金银花煎水代茶饮，亦可食用藕汁，以清热生津止渴。







# 阴阳两虚



## ■中医特色技术

- (1) 可用艾条灸合谷、足三里、肾俞等穴，以补益肾阳，达消肿之效。
- (2) 可予中药沐足以缓解肢冷。
- (3) 中药封包治疗可补益阳气，从而缓解腰膝酸软无力等阳虚症状。

## ■饮食护理

饮食宜补益阴阳，可选用山药、瘦肉、粳米、红豆、鱼肉等，不宜选择过于辛辣刺激之品，如辣椒，忌食如肥肉等过于肥腻之品。





# 痰（湿）浊



## ■中医特色技术

- (1) 川朴+粗盐制作的热奄包具有理气功效，可用于热敷肚子，以缓解腕腹满闷。
- (2) 可开天门，以开窍醒神。
- (3) 可艾灸天突穴以缓解恶心欲呕症状。
- (4) 可刮痧以祛湿。

## ■饮食护理

饮食宜选用具有化痰、祛湿之品，如陈皮、佛手、赤小豆、玉米等，可煲汤，可煲粥，勿过于肥腻，慎用猪油、牛油等，防其生痰长湿。

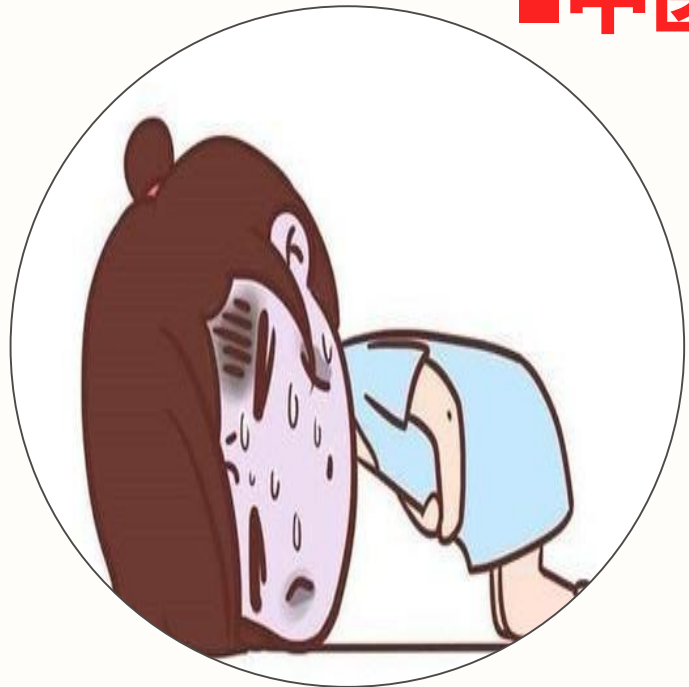




# 气滞



## ■中医特色技术



(1) 鼓励患者参加太极拳、气功等群体性娱乐锻炼活动，鼓励患者积极与外界沟通，建立良好的社交关系，保持愉悦心情，从而带动全身“气”的运行。

(2) 热敷粗盐制热奄包，具有行气功效，可缓解胸闷、胃腹部胀痛。

## ■饮食护理

可选用行气之品，如藿香、紫苏、陈皮、佛手等，用其煲汤饮用，可疏通气机。





# 血瘀



## ■中医特色技术

(1) 中药沐足，可达活血化瘀通络之效，以缓解肢体麻木、疼痛。

(2) 可艾灸涌泉穴、足三里穴以行气化瘀，从而缓解胸闷刺痛。

(3) 可刮痧以祛瘀。

## ■饮食护理

可选用红花、当归等活血化淤之品。





# 中药用药



- 遵医嘱用药，观察用药后反应；中药汤剂根据证型予温服或温凉服；中西药之间间隔30分钟以上。
- 1. 汤剂类：肝胃郁热证、胃肠实热证、气阴两虚证、阴虚火旺证者宜温凉服；阴阳两虚证者宜温服。
- 2. 口服降糖药注意服用时间、方法及不良反应。



## 上消（肺热津伤）

- 治法：清热润肺，生津止渴。
- 方药：消渴方《丹溪心法》加减，药用天花粉、葛根、麦冬、生地、藕汁、黄连、黄芩、知母。
- 若烦渴不止、小便频数而脉数乏力者，为肺热津亏、气阴两伤，可选用二冬汤（《医学心悟》），药用人参益气生津，天冬、麦冬、天花粉、黄芩、知母以清热生津止渴。



## 中消（胃热炽盛）

- 治法：清胃泻火，养阴增液
- 方药：玉女煎（《景岳全书》）加减，药用生石膏、知母、黄连、栀子、玄参、生地黄、麦冬、川牛膝。
- 若大便秘结不行，可用增液承气汤（《温病条辨》）以润燥通腑，“增水行舟”，待大便痛后，再转上方治疗。本证亦可选用白虎加人参汤（《杂病论》），方中以生石膏、知母清肺胃，除烦热，人参益气扶正，甘草、粳米益胃护津，共奏益气养胃、清热生津之效。



## 下消（肾阴亏虚）

- 治法：滋阴固肾
- 方药：六味地黄丸（《小儿药证直决》）加减，药用熟地黄、山萸肉、枸杞子、五味子、怀山药、茯苓、泽泻、丹皮。
- 若阴虚火旺而烦躁，五心烦热，盗汗，失眠者，可加知母、黄柏以滋阴泻火；尿量多而浑浊者，加益智仁、桑螵蛸等以益肾缩尿；气阴两虚而伴困倦，气短乏力，舌质淡红者，可加党参、黄芪、黄精以益气；若烦渴，头痛，口干，呼吸深快，阴伤阳浮者，用生脉散（《内外伤辨惑论》）加天门冬、鳖甲、龟板等以育阴潜阳。





## 下消（阴阳两虚）



- 治法：温阳滋阴，补肾固涩
- 方药：金匱肾气丸（《金匱要略》）加減，药用熟地黄、山萸肉、枸杞子、五味子、怀山药、茯苓、附子、肉桂。
- 若尿量多而混浊者，加益智仁、桑螵蛸、覆盆子、金樱子等以益肾收摄；身体困倦，气短乏力者，可加党参、黄芪、黄精以补益正气；阳痿者，加巴戟天、淫羊藿、肉苁蓉；阳虚畏寒者，可酌加鹿茸粉0.5g冲服，以启动元阳，助全身阳气之生化。





# 中医康复适宜技术- 中药枕



菊花、决明子、荞麦皮、绿豆皮、葛根碎片、白术等装成药枕，通过药物的发散作用以达到清肝明目之功效。





# 中医康复适宜技术-针灸康复法



## 一、毫针疗法

### (1) 肺热津伤

少府、心俞、太渊、肺俞、脾俞、胰俞、尺泽、曲池、廉泉、承浆、足三里、三阴交。烦渴口干，加金津、玉液。常规方法针刺上述穴位，除曲池、尺泽用泻法外，余穴用平补平泻手法，隔日或每日1次，留针20~30min，5~10次为一个疗程。

### (2) 胃热炽盛

脾俞、胃俞、足三里、三阴交、内庭、中脘、阴陵泉、曲池、合谷。大便秘结，加天枢、支沟。常规方法针刺上述穴位，除曲池、内庭、合谷用泻法外，余穴用平补平泻手法，隔日或每日1次，留针30min，5~10次为一个疗程。





# 中医康复适宜技术-针灸康复法



## (3) 肾阴亏虚

肾俞、胰俞、关元、三阴交、太溪、肝俞。视物模糊，加太冲、光明。方法针刺上述穴位，用补法或灸法，隔日或每日1次，留针20~30min，5~10次为一个疗程。

## (4) 阴阳两虚

气海、关元、肾俞、胰俞、命门、三阴交、太溪、复溜。小便频数，加中极。方法针刺上述穴位，用补法或灸法，隔日或每日1次，留针20~30min，5~10次为一个疗程。





# 中医康复适宜技术-艾灸疗法



- 1.承浆、意舍、关冲、然谷（《普济方》）。每穴每次5~10壮，每日1次。
- 2.水沟、承浆、金津、玉液、曲池、劳宫、中冲、行间、商丘、然谷（《神应经》）。每穴每次5~10壮，每日1次。
- 3.承浆、太溪、支正、阳池、照海、肾俞、小肠俞、手足小指尖（《神灸经论》）。每穴每次5~10壮，每日1次。





# 中医康复适宜技术-推拿康复法



1. 一般可推脊椎两侧，并由上而下摩擦背部，揉背部腧穴，捏捻脚趾。并发眼疾者，则可按、推、摩上丹田，点按双眼内眦部，轻揉上、下眼睑。
2. 有条件做自我按摩者，可嘱其经常按摩承浆、中脘、关元、期门及肾俞穴，每次按摩18~36次，并配合腹式呼吸。



肆

# 中医特色疗法在 糖尿病并发症的 应用



# 典型案例 1

## 糖尿病下肢水肿麻木案例



- 陈某，男，78岁，2月2日入院
- 主诉：发现血糖升高10余年，反复双下肢浮肿3年余
- 中医诊断：1. 消渴（阳虚寒凝）  
2. 水肿（阳虚寒凝）
- 西医诊断：1. 2型糖尿病  
2. 下肢动脉硬化  
3. 糖尿病视网膜病变  
4. 糖尿病周围神经病变  
5. 高血压病2级（极高危组）  
6. 高脂血症





# 典型案例 1

## 糖尿病下肢水肿麻木案例



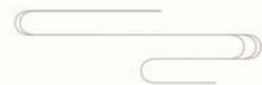
- 中医治疗：辨证为“阳虚寒凝”，以温阳散寒解凝为法予**当归四逆汤合乌头汤**，四天后考虑阳虚寒凝水饮致经脉痹阻不通，予**温氏奔豚汤加味**，八天后下肢水肿逐渐消退，仍有麻木，加大**生附子**用量助扶阳之力以温经通脉。特色疗法予**红外线治疗及沐足治疗**。
- 西医治疗：西医予维持原降糖方案：格列齐特、拜唐苹、二甲双胍口服。
- 2月14日出院，出院后一个月随访无水肿麻木



## 典型案例 2

### 糖尿病会阴蜂窝组织炎

- 耿某，女，76岁
- 主诉：会阴部红肿胀痛8天，伴发热4天
- 中医诊断：1. 阴疮（内陷厥阴）  
2. 消渴（土气内陷）
- 西医诊断：1. 会阴蜂窝织炎  
2. 2型糖尿病  
3. 脑梗死后遗症  
4. 脑动脉粥样硬化  
5. 高血压3级（很高危组）



## 典型案例 2

### 糖尿病会阴蜂窝组织炎



- 中医治疗：以扶正固脱为法，先后予破格救心汤、桃核承气汤、大黄牡丹汤、当归补血汤加减口服；特色疗法予耳穴压豆调理脏腑功能、吴茱萸热奄包温运中土、雷火灸散瘀散瘤扶正祛邪、砍离砂热熨双涌泉穴纳气归肾。
- 西医治疗：先后予泰能静滴，世福素口服抗感染治疗；阿托伐他汀钙片调脂稳斑、阿司匹林抗聚；泮托拉唑钠肠溶胶囊护胃；诺和锐特充及来得时控制血糖。



## 典型案例 2

### 糖尿病会阴蜂窝组织炎

- **基础疾病多**：脑梗后遗症、2型糖尿病、高血压、脑动脉粥样硬化
- 肥胖、溃疡面积大，皮肤护理难度高
- **以中医治疗为主导，配合外治法雷火灸疗法护理溃疡面**
- 转归：溃疡面明显缩小。胸片提示双下肺炎症较前吸收，各项检验指标正常，无发热出院。出院后指导家属，3个月患者**完全愈合**。



## 典型案例 3

### 糖尿病足



- 曹某，女，68岁
- 主诉：下肢反复溃疡40余年，加重3天
- 中医诊断： 臃疮（脾肾阳虚，湿浊瘀阻）
- 西医诊断： 1. 左下肢溃疡  
2. 2型糖尿病
- 查体：左下肢两大小不等溃疡，小的约1.5×2cm，大的约5×5cm



## 典型案例 3

### 糖尿病足



- 中医治疗：中药治疗四逆汤合阳和汤加减温阳利湿，化瘀生新；**雷火灸泄法**局部治疗，加用红外线局部照射
- 西医治疗：维持阿司匹林、拜糖平口服
- 2月后复诊查体小溃疡已愈合，大的缩小至2x1.5cm

# 中医护理在 糖尿病并发症中 的应用



## 一、子午流注择时耳穴压豆改善老年糖尿病患者的不寐

每日四时巳时（9:00~11:00）、午时（11:00~13:00）、酉时（17:00~19:00）和亥时（21:00~23:00），按耳部压穴位：神门、内分泌、交感、心、肾、脾。2天更换，1疗程为14天，两耳交替治疗。

老年患者的睡眠效率得到更大的提升；同时改善了患者入睡困难、夜寐早醒、心悸、乏力、气汗、盗汗等情况。





## 二、中药熏洗+ 穴位按摩

- 院内糖周外洗法进行膝关节及其以下部位维持42℃熏洗30min;
- 熏洗后揉足三里、三阴交、阳陵泉、太溪、太冲等穴位20-30min, 每日1次, 2周为1个疗程。







### 三、化瘀通痹贴改善消渴筋痹症状

运用化瘀通痹贴，包括苍术、姜厚朴、醋三棱、醋莪术四味中药，利用其燥湿健脾、活血化瘀、通痹之功效，对下肢穴位：足三里、三阴交、涌泉、然谷四穴的刺激，激活肾经、脾经等经络，达到湿邪去，瘀血通，气血通利的效果，极大的改善糖尿病周围神经病变症状。



# 中医护理在 糖尿病并发症中 的应用



## 四、经络拍打配合穴位按摩改善糖尿病周围神经病变症状

穴位按摩：指揉法每穴每次揉按2分钟



经络拍打：每侧肢体每次拍打5~10分钟

手法：双手握成虚拳或空心掌交替拍打

拍打顺序：经络循行是先阳经后阴经。

从髋部由上而下拍起：髋部→大腿外侧→膝盖外侧→小腿外侧→足外踝→足内踝→小腿内侧→膝盖内侧→大腿内侧。



肌肉放松：每侧肢体揉搓3~5分钟

经络拍打完毕后，放松下肢肌肉从髋关节到膝关节至踝关节的顺序，轻捋股四头肌、小腿腓肠肌1分钟，搓抖下肢1分钟结束。



患者取坐位或卧位 → 按摩穴位

→ 拍打经络 → 肌肉放松

### 操作注意事项

- 1、经络拍打后出现下肢肌肉紧张胀痛者可用热水温敷轻揉；2、经络拍打结束3小时后方可洗浴，沐浴时应选用热水，忌用凉水。
- 2、行经络拍打时应避风寒，避免电扇或空调直吹，以防风寒之邪通过开泄的汗孔进入体内。
- 3、行经络拍打时出现心慌、心悸、发烧、炎症、出血、疮疖等症状时应暂停经络拍打。
- 4、每天2次，宜餐后一小时后进行拍打。

# 中医护理宣教



## 生活起居

### 1、起居有常

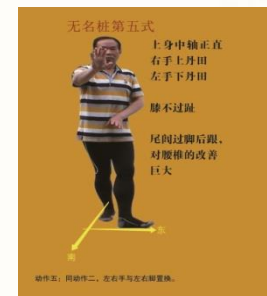
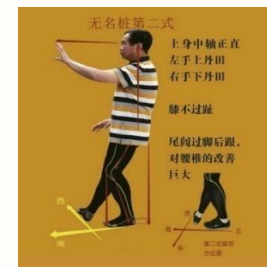
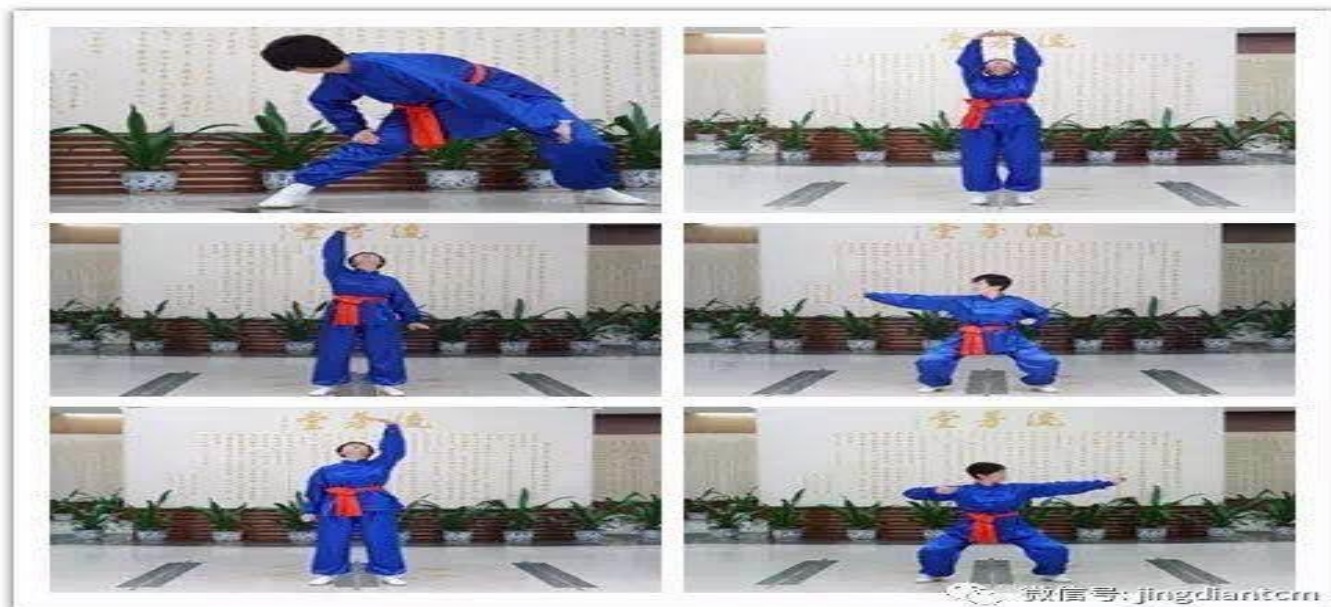
- (一) 顺应四时，平衡阴阳
- (二) 睡眠充足，适当锻炼
- (三) 慎避外邪，形神共养

### 2、劳逸结合

### 3、环境适宜

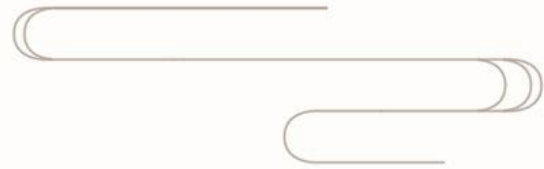
	大自然特点	练形	调神	目的	逆之后果
春	天地俱生，万物以荣，推陈出新	夜卧早起，广步于庭，披发缓形	以使志生，生而勿杀，予而勿夺，赏而勿罚	以应春气，为养生之道	伤肝，夏为寒变，奉长者少
夏	天地气交，万物华实，大地繁茂秀丽	夜卧早起，无厌于日，使滕理宜通	使志无怒，若所爱在外	以应夏气，为养长之道	伤心，秋为痲症，奉收者少，冬至重病
秋	天气以急，地气以明，大地处于收容平定状态	早卧早起，与鸡俱兴，使肺气清	使志安宁，收敛神气，无外其志，以避免秋日肃杀之气的伤害	以应秋气，为养收之道	伤肺，冬为飧泄，奉藏者少
冬	水冰地坼，处于闭藏状态	早卧晚起，必待日光，无扰乎阳。去寒就温，无泄皮肤，以保护阳气	使志若伏若匿，神气内守	以应冬气，为养藏之道	伤肾，春为痿厥，奉生者少

# 中医运动康复





谢谢





甲状腺疾病  
的中医护理



广州中医药大学第二附属医院  
邓丽丽



# 目录

壹

疾病概述

贰


病因病机

叁

辨证论治

肆

辨证施护及特色疗法



# 壹

## 概述



# 甲状腺疾病（肉瘿）

## 概述

肉瘿是指发于喉结两旁，可随吞咽而上下移动的肿块，多因情志内伤，痰浊凝结而成。中医学中亦称为瘿、瘿气、瘿瘤、影袋等，相当于西医的甲状腺腺结节。

近年来甲状腺结节检出率日益增加，其中，高分辨率B超获得的甲状腺结节患病率为20%~76%，且甲状腺结节中的甲状腺癌的患病率为5%~15%，以女性发病较多，好发生于青壮年。我国东部沿海地区甲状腺癌发病率要明显高于中西部地区。





## 瘰

瘰，作为病名，首见于《山海经》“天目之山，有草如菜，名曰杜衡（土细辛），食之令人作瘰”；



《说文解字》：“瘰，颈瘤也，从病婴音”；

《诸病源候论》：“瘰者……始作与樱桃相似，其瘰病喜当颈下，当中央，不偏两边也”。



# 瘰


**广义：泛指颈前部肿块；**

**狭义：颈部肿块；**

**现代涵义：专指甲状腺肿大和肿块类疾病，属于  
西医甲状腺疾病范畴。**



**瘰病一般可分为气瘰、肉瘰、石瘰、瘰疔等  
四种，其中瘰疔属西医“甲状腺炎”范畴。**



# 貳

## 病因病机

# 瘦的病因病机

**肝郁气滞**：饮食过偏（长期缺碘饮食）或情志抑郁，损伤肝脾—气滞、气郁—日久发为**气瘦**。

**血瘀**：六淫阻滞气机、阻塞脉道—血液瘀凝—日久成肿块，发于颈部成**石瘦**。




# 肉瘦的病因病机

**痰凝**：外感风热痰邪，或肝脾两伤生痰，或体质虚弱生痰，上注于颈部成**瘰疾**。

**外感六淫**：颈部为上部，易受风温或寒冷侵犯，风邪常挟痰邪，成为风热痰或风寒痰瘀结于颈部，成为**颈痈**。

**冲任失调、肝肾不足、心火妄动**也会导致气滞、血瘀、痰凝，亦是发病原因。





# 参

## 辨证论治

# 辨证论治

## 肝郁痰湿证：

表现为颈部出现肿块，质硬，随吞咽而上下，活动受限，伴有胸胁胀痛，颈部胀满发憋或咳吐痰涎，舌质淡红，苔薄白腻，脉弦滑。

治疗原则：理气消瘿，化痰散结





# 辨证论治

**气滞血瘀证**：表现为颈前肿物坚硬如石，固定不移，胸闷气憋，呼吸、吞咽困难，颈部刺痛，入夜尤甚，舌紫暗或有瘀点、瘀斑，苔薄白，脉弦滑或沉涩。

治疗原则：理气化痰，行瘀散结。



# 辨证论治

**毒热蕴结证**：表现为颈部肿块凹凸不平，发展迅速，灼热作痛，连及头颈，声音嘶哑，呼吸、吞咽不适，咳吐黄痰，大便干结，小便短赤，舌质绛，苔黄燥，脉弦数。

治疗原则：清热解毒，散结消瘿



# 辨证论治

**心肾阴虚证**：表现为颈部肿块,伴有局部疼痛,心悸气短,全身乏力,自汗盗汗,精神萎靡,头晕目眩,腰膝酸软,舌质暗淡,苔薄,脉沉、细弱。

治疗原则：养心益肾, 化瘀散结





肆

辨证施护

# 辨证施护：



## (一) 肝郁痰湿证



### 饮食调护：

肝郁痰湿证以疏肝益气为主，可进食黄芪蒸田鸡、白术陈皮水、淮山排骨汤，能清肝解郁、疏肝理气、宣肺降逆。术后早期为防止出血，术后1-2天以容易吞咽的半流质粥、粉、面为宜，食品不宜粗糙坚硬和过烫。

# 辨证施护：



## (一) 肝郁痰湿证



### 中医特色疗法：

- (1) 五子散热敷肩颈部，温通经络止痛，每日2次，每次30分钟。
- (2) 腕踝针（双腕部 I、II 区）减轻伤口疼痛，每日2次，每次留置1小时。
- (3) 耳穴压豆：取心、神门、交感、内分泌、肾等穴止痛助眠，每三天一次，两耳交替贴豆。

# 辨证施护：



## (二) 气滞血瘀证



### 饮食调护：

气滞血瘀证治疗以活血通络、软坚散结、行气化痰为主，可进食田七猪展汤、丹参瘦肉汤、红枣蒸田鸡、黄芪瘦肉水，能散结化痰、清热解毒。

# 辨证施护：



## (二) 气滞血瘀证

### 中医特色疗法

(1)穴位贴敷：取心俞、脾俞、肺俞、肾俞、内关、膻中等穴，每日一次

(2)耳穴压豆：取心、神门、交感、内分泌、肾等穴，每三天一次，两耳交替贴豆。

(3)腕踝针（双上肢 I、II区）减轻伤口疼痛，每日2次，每次留针1小时。





# 辨证施护：



## (三) 毒热蕴结证



### 饮食调护：

毒热蕴结证以益气养阴、活血化瘀为主，可进食猪肚汤、羊肉汤、淮山小米粥等，能行气解郁、凉血破瘀、活血行气、散结祛瘀。

# 辨证施护：



## (三) 毒热蕴结证



### 中医特色疗法

- (1) 艾灸：取内关、神门、关元、气海等穴，每日一次，每次15-30分钟。
- (2) 穴位按摩：取神门、三阴交、中脘等穴，每日2次。
- (3) 中药沐足或熏洗：每晚睡前1次。
- (4) 刮痧：取合谷、曲池、大椎、太阳、风池等穴，痧退后或每3天一次。

# 辨证施护：



## (四) 心肾阴虚证



### 饮食调护：

心肾阴虚证治疗以益气健脾，化痰散结为主，可进食淮山瘦肉汤、黑豆猪尾汤、巴戟杜仲排骨汤等健脾补肾。

# 辨证施护：




## (四) 心肾阴虚证

### 中医特色疗法

- (1) 艾灸：取合谷、胃俞、中脘、神阙等穴，每日一次，每次15-30分钟
- (2) 耳穴压豆：取脾、胃、内分泌等穴，调节脾胃功能。每3天1次，两耳交替压豆。
- (3) 胃纳差者，予中药热奄包热敷腹部每日1次，每次15-30分钟。





# 中医特色疗法 临床应用

# 一、耳穴压豆治疗 围手术期失眠

**选穴：取心、肾、交感、神门、内分泌。**

**操作方法：**

**王不留行籽贴于耳穴，每天按压3次，每次约3min，3~5天更换1次。可揉5分钟或至痛止为止。若患者头痛剧烈，可点按风池穴10下，待疼痛有所缓解时进行贴压。**



## 二、吴茱萸加粗盐热熨缓解术后肩颈痛

操作方法：

使用吴茱萸热奄包(吴茱萸250g + 粗盐250g) 于微波炉中高火加热3~4分钟达60~70℃，将药物装入布袋中，护理人员以手掌试温后，请患者试温，患者自觉温度适宜时，将其外敷于颈肩部或腰背部疼痛处，每次治疗时间为20~30分钟，每日2~3次。



### 三、中药沐足缓解 术后疲劳、失眠

#### 操作方法：

将中药加水煎取药液约3000ml，放置至适宜温度(夏季38℃~41℃，冬季41℃~43℃)后倒进浴足盆内，浸泡深度至小腿1/2处为宜，每次沐足时间为30min，1次/日，沐足时间为晚上睡前。





## 四、穴位按摩缓解术后咳嗽咳痰

**选穴：**护理人员选定标记尺泽、丰隆、曲池、合谷、肺俞(双侧)。

**操作方法：**辰时 (08:00) 穴位刺激尺泽、丰隆、曲池、合谷(双侧),申时 (15:00) 肺俞穴(双侧)。每天1~2次,每次10~15分钟,4天为一疗程。



# 五、毫针法：针刺穴位 (足三里、合谷、曲池等) 缓解术后恶心呕吐

操作方法：评估——备物——  
洗手——选穴——消毒——选  
择并检查毫针——根据针刺部  
位，选择进针方法——提插、  
捻转毫针以调节针感，“得  
气”后调节针感，留针10~  
20分钟——宣教——整理、  
洗手、核对、记录。



## 六、电脑中频穴位治疗 缓解术后腰背部不适

操作方法：将电极板安放在患者患部——按照治疗需要定时时间——将“电源开关”按至“开”——“输出选择”旋至“治疗”档——根据治疗的需要，可选择不同的电流档数值——治疗结束后关断电源，再从患者患部取下电极板——观察、洗手、记录。



# 七、艾灸百会穴缓解术后失眠

## 操作方法：

把点燃的艾灸箱正中对准施灸穴位，皮肤与灸箱之间治疗巾隔开，以病人有温热感而无灼痛为宜，灸至皮肤稍起红晕为度，施灸时间30分钟。（百会穴艾灸箱距离皮肤高度4-5cm,引气归元艾灸箱距离皮肤高度7-8cm)



# 八、腕踝针缓解术后急性伤口、咽喉疼痛

## ●针具

一次性不锈钢针灸针

直径0.25毫米，长25毫米

安尔碘或75%酒精棉球

棉签或干棉球

纸胶带



- 进针深度：将针身几乎全部刺入，留2mm针身在皮肤外
- 留针：留针时间一般为30分钟，最长不超过24小时，留针期间不捻针

## 操作流程

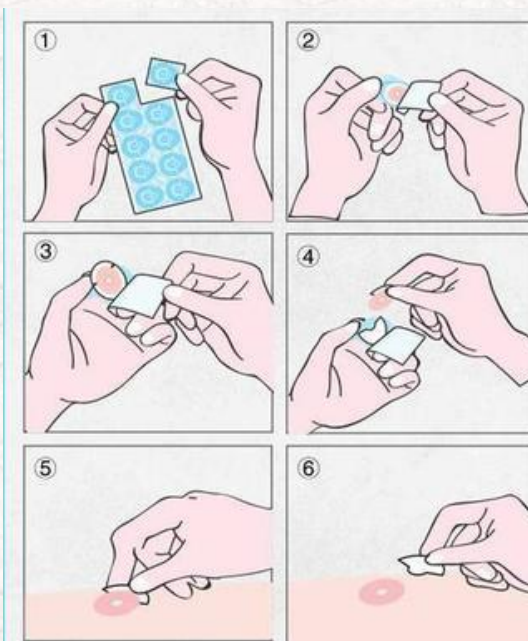
消毒 → 进针 → 调针 → 留针 → 拔针



# 九、皮内针（揸针） 缓解术后慢性疼痛

## 操作方法：

1. 撕开
2. 拆下密封纸
3. 将塑料容器向后屈折
4. 用拇指和食指夹紧其中一半，剥离纸和胶布，将它们一并从塑料容器中取出。
5. 将针直接应用在已消毒的皮肤（阿是穴或循经取穴）上，按压粘附扎好。
6. 除去剥离纸，将胶布压好以确保粘附稳妥。



# 十、穴位贴敷、漆料改善术后胃肠道等不适症

## 操作步骤：

- (1)施术者应根据患者的病情,为其选择适当的穴位贴类型、剂型及俞穴。
- (2)让患者采用适当的体位,以便施术者操作施术。
- (3)施术者对患者的施术部位,用75%酒精进行常规消毒。如患处毛发较多,可剪去部分毛发,令患处暴露,以利于治疗。
- (4)施术者将选择的贴膏贴敷在施术部位,并需要用纱布包扎或胶布固定。
- (5)让患者定期更换贴膏。

### 使用方法 INSTRUCTIONS

方法一：取出一粒放置于肚脐贴内，然后贴于肚脐上。



取出一粒至于肚脐贴内



直接贴于肚脐上

方法二：上火时可将其贴于脚底的涌泉穴处



取出一粒捏平



放入肚脐贴内



直接贴于涌泉穴

注：  
1. 在使用肚脐贴时，要将肚脐贴与肚脐充分接触。次日起床后拿到，8-12小时即可，不要使用过长时间。  
2. 切忌三天打鱼两天晒网，每次使用8小时左右。



# 吴茱萸粉穴位贴敷双侧足三里

**方法：**取吴茱萸粉 50g，白醋35g 调成糊状，均匀将药糊固定、贴敷于穴位。术后6h 开始使用，保留4-6h，每日1-2次。

**原理：**吴茱萸可对抗药物、手术刺激等因素引起肠蠕动缓慢。足三里是足阳明经穴，刺激足三里对胃肠蠕动和多种消化酶分泌有调节作用，可使胃肠功能正常化。吴茱萸粉白醋调制后则更利于渗透吸收，最终可达到调理气机的作用。





谢谢聆听

