

# 1 例糖尿病突发心肌酶异常患者的护理干预经验

朱莉 宗晖 史长月 王岩梅 (通讯作者)

(上海中医药大学附属市中医医院 200071)

据国家统计局第七次全国人口普查数据显示,2020年我国老年人口(≥60岁)占总人口的18.7%(2.604亿),其中约30%的老年人罹患糖尿病且T2DM占5-9%以上。老年糖尿病患者随社会老龄化加剧迅速增涨(30%,2017年),已成为糖尿病主流人群。2020年全国老年人为2.604亿,按2017年调查结果的老年糖尿病患病率30%计算,全国老年糖尿病患者为7813万,其中糖尿病前期患者占比45%~47%<sup>[1]</sup>。糖尿病突发心肌酶异常患者报道较少,通过及时的治疗和精细的护理,患者恢复良好。现将护理体会报道如下:

## 一、病史摘要

患者,84岁,发现血糖升高24年,伴下肢水肿加重1周。

于2000年出现泡沫尿、口干多饮等症状,诊断为2型糖尿病,治疗予口服降糖药。后诊断为2型糖尿病肾病,肌酐升高,治疗予肾衰宁胶囊。患者入院前使用门冬胰岛素和德谷胰岛素降糖。近期出现乏力、双下肢肿胀无力等症状,血糖控制不佳,于门诊测得血糖偏高、血酮正常,诊断为2型糖尿病伴血糖控制不佳收治入院。患者既往有高血压、肾功能不全、贫血、冠心病等病史,有青霉素、头孢类药物过敏史。中医望闻切诊见神志清晰,面色萎靡,形体壮实,舌红苔薄,脉弦。体格检查见四肢活动正常,双侧肢体肌力正常,四肢肌张力正常,双下肢有凹陷性浮肿。专科检查见针刺觉、位置觉、振动觉、冷温觉正常,双足背动脉搏动正常。入院随机血糖偏高,血酮正常。

## 二、入院诊断

中医诊断:消渴病、肝胃郁热证、疏肝清热

西医诊断:1.2型糖尿病肾病V期;2.冠状动脉粥样硬化性心脏病;3.高血压病3级(极高危);4.慢性心力衰竭;5.白细胞减少;6.前列腺增生

## 三、护理目标

1.为确保血糖保持在一个恒定的水平,通过合理的饮食策略和药物干预,可以大大减缓糖尿病及其相关并发症的恶化。

2.通过限制盐和水的摄入,以及采用适当的体位和按摩等方法,减轻患者双下肢的水肿,提高患者的舒适度。

3.为了减轻患者的身体疼痛和不适感受,治疗方案依据疼痛的成因与强度,结合药物疗法、物理治疗以及心理援助等多种措施来有效地减轻患者的不适状况。

4.为了提升患者的生活品质、提供营养支援、实施心理支持和实施康复锻炼等多种方式,致力于改善患者的身心健康,从而让患者更有效地应对各种疾病和适应日

常生活模式。

5.根据患者面临的各种并发症风险因素,我们制定了一系列个性化的预防措施,比如维持血压稳定、改善心血管功能以及避免感染等,这样做的目的在于减少并发症的发生概率。

## 四、护理措施

### 1、情志护理

由于此例这位患者年纪偏大、病症相当复杂,心理和情感的护理已经变成了必不可少的一部分。护理人员应当在与患者之间建立深刻的信赖机制,并通过主动的沟通途径,深入了解患者的精神和心理需求,以及可能遇到的问题。中医主张“情志调护”理念,意指透过对人的情绪进行调控来实现疗效。其中包括音乐疗法。音乐具有对人们心灵产生实质性影响的能力,能有效地缓解病人的焦虑、情绪低落等消极现象。根据患者的具体体验,医护人员会挑选温柔且放松的音乐来为其营造一个平和、舒适的治疗氛围。

在中医领域,“五禽戏”是一种与众不同的情感和意志调整技巧。五禽戏实际上是根据虎、鹿、熊、猿和鸟五种动物的动作进行的锻炼,模仿这些动物的身体动作可以帮助锻炼筋骨、调整呼吸环境和心情。为了增进患者对疾病的抵抗力和身体健康,医护人员定时为其提供五禽戏的指导。

### 2、饮食调护

消渴病的主要症状如频繁的口感干燥、频繁的排尿以及体重减轻等与生理环境中阴液的不足密切相关。肝胃郁热症状的主要症状为情绪低落、口干口苦、胃痛和胸部胀满,这种现象往往与情绪低落和食欲失调等因子密切相关。

在中医护理方法的指引下,为解决这两个疾病,病人的饮食应以简单、易于消化、糖分和脂肪含量最低、盐分和蛋白质含量高的方式为主导。这种饮食方式不仅为身体补充了关键的营养素,而且不会对脾胃造成过多的压力。具体选择方面,可挑选一些口感清淡的食品,如菠菜、芹菜、冬瓜、鸡肉和鲈鱼等。

除此之外,为了更加有效地调整生理状态,可以考虑加入一些具有清热、解毒和疏肝理气功效的食物来辅助康复。这些食品主要包含绿豆、苦瓜和山楂等多种。绿豆拥有降温解毒和利尿减轻肿胀等多种功效,苦瓜具有清凉解暑和养血养肝的功效,特别适合肝胃郁热证的患者进行调养。山楂的功效是助消化、疏通气道、消除淤血,能有效改善肝胃不畅等多种症状。

在进行饮食调理的阶段,患者要避免摄入那些可能带来辛辣、油性、生冷等刺激性的食物。吃这些食物可

能对脾胃造成刺激,从而使疾病恶化,对身体恢复产生不良影响。比如,辣椒、生姜和大葱等过于辣的食材可能会对胃肠产生刺激,进一步增强消渴病患者的口干不适症状;油腻食物,如肥肉和油炸食品,有可能会增强肝胃郁热证患者腹部的胀感和肋部的疼痛;冷饮品可能对脾胃阳气造成损害,从而影响到身体的整体健康。

### 3、中医运动康复护理

针对这位老年且患有多种慢性疾病的患者,中医运动康复护理在提升其活动能力和生活质量方面扮演着重要角色。考虑到患者的年龄和病情,运动康复计划必须个性化且温和,以避免对患者造成额外的身体负担。

太极拳是对这类病患来说非常理想的一种锻炼方式。这一动作节奏既温和又流畅,不仅能有效地激活肌肉和骨骼,促进血液循环,而且也不会给患者造成太多的经济压力。太极拳锻炼同样可以助力病人进行呼吸调节,使心态得到放松,对于心情的提振大有裨益。

八段锦不仅是太极拳的一种,它还是一个极为适合进行锻炼的方法。该系列动作不仅操作简便,涵盖了诸如伸展、扭动和提膝等多个方面,旨在全方位加强和提升患者体力,还能优化患者的睡眠质量,并有效缓解其焦虑感和抑郁状况。

在执行运动康复护理的全过程中,护理人员应当规律性地评估患者的运动成效,并根据患者的身体反应和现有的健康状况进行运动计划的调整,以实现最佳的康复效果。在康复中务必保持高度的安全性,以防止剧烈动作可能带来的非预期伤害。

### 4、中医特色疗法护理

在中医独特的疗法和护理中,耳穴埋豆是一种广泛实施的方法。考虑到患者的高血压状况,常常选择肾俞、内分泌、肺穴、胃穴等耳部的穴位,以此进行埋豆疗法。当执行耳穴埋豆治疗法的时候,护士通常首先需要患者的耳部穴位进行深入的了解和评价,确保选择的穴位既准确又高效。接下来,采用特制的耳穴豆,并将其黏附在选中的穴位上,保持一定时长。期间护理人员会定时查看病人的反馈状况,适时地改变豆子的存放位置及时机,从而确保治疗取得最佳效果。

### 5、按摩护理

在进行按摩治疗时,护理人员应依据病患的病情和生理健康,来选取最合适的按摩手法和合适的穴位。对于此例患有消渴病的患者,按摩的穴位可选在脾俞、肾俞、足三里等地方,目的是调节脾胃功能,同时滋补阴液和肾脏。面对肝胃郁热证的患者,可以考虑选择太冲、期门、阳陵泉等穴位进行轻柔的按摩,目的是疏通肝脏、调和气流以及和胃并降逆。

当进行按摩时,负责的护理人员需要确保手法是柔和的、节奏是稳健的,同时也需要密切注意病人的身体反应,并适时调节按摩的强度和快慢。另外,必须重视按摩前后的保温措施,以免由于受凉导致患者病情

恶化。

### 6、中医定向透药、中药热奄包护理

首先,向患者详细解释足三里的位置和作用,消除其疑虑和恐惧。其次,在定向透药过程中,确保药物准确无误地渗透至足三里穴位,同时观察患者的反应,如有不适及时调整。治疗后,指导患者进行适当的穴位按摩,以促进药物吸收和通路止痛效果的持久。

护理之前,对穴位进行定位与标注,确保热奄包能够得到精确的覆盖。护理期间,需要严格地控制热奄包的温度和持续的时长,以避免烫伤患者或其他不适症状。

### 7、用药护理

针对消渴病(肝胃郁热证)的病人,药物疗法首先应聚焦于疏通肝脏和清除热气。作为口服治疗的肾衰宁胶囊,需按时和定量给予病人,并且在给予药物后,务必密切关注是否有消化系统的不适或者过敏反应等症状。另外,清肝补脾降糖饮作为一种传统的中医配方,在其煎煮方法和服用时长上都应严格遵循患者的医生建议,确保其药效及安全性。

再者,对于存在于患者身上的其他疾病,如前列腺增生、神经营养缺乏、醛糖还原酶抑制药物的应用等,也需进行药物疗法的应用。在药物使用期间,护士需对每一种药物的作用原理、可能的副作用和不宜服药的症状有深入了解,以确保病人药物使用的安全性和高效性。同时,还应该向病人传授用药知识,使其清楚药物的正确用药方式和相关注意事项,以增加患者对使用的依从度。

患者需要接受静脉注射药品治疗,比如需给托拉塞米、肾康或注射用丹参多酚酸盐的,护士应当严格地按照无菌操作的准则来执行,以确保药物注射的精确度和安全无虞。当进行注射时,应当密切留意患者的任何反应,如果出现过敏性、疼痛或其他不适的迹象,立即停止给药。

### 五、护理效果评价

经过一段时期的专业护理干预,病患的症状获得了明显的缓解和改善。稳定地控制血糖,缓解下肢的水肿,并减轻乏力的症状。患者现在的心理状况得到了明显地改进,也更加积极地参与了治疗程序。实施中医的护理方法已显著提高了患者的生活体验,并对其疾病状况进行了有效管理。

### 六、经验

中医的护理方式显得非常有魅力并且具有明显的优点。借助于中医的整体观念和个体化治疗原则,我们能够更加全面地了解和处理患者的疾病状况。同时,中医护理方法还强调身心并重,既注重疾病的治疗,也关心患者的心理和社会适应能力。

### 参考文献:

- [1]中国老年2型糖尿病防治临床指南(2022年版)
- [J].中国糖尿病杂志,2022,30(01):2-51.