



糖尿病的中医护理

一、糖尿病及其诊断

什么是糖尿病？

糖尿病是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。



(二) 病因

01

02

•2. 环境因素

•1型或2型糖尿病均存在明显的遗传异质性。糖尿病存在家族发病倾向，1/4~1/2患者有糖尿病家族史。临床上至少有60种以上的遗传综合征可伴有糖尿病。

•1. 遗传因素

•进食过多，体力活动减少导致的肥胖是2型糖尿病最主要的环境因素，使具有2型糖尿病遗传易感性的个体容易发病。1型糖尿病患者存在免疫系统异常，在某些病毒如柯萨奇病毒，风疹病毒，腮腺病毒等感染后导致自身免疫反应，破坏胰岛素β细胞。

。



(三) 临床表现

01

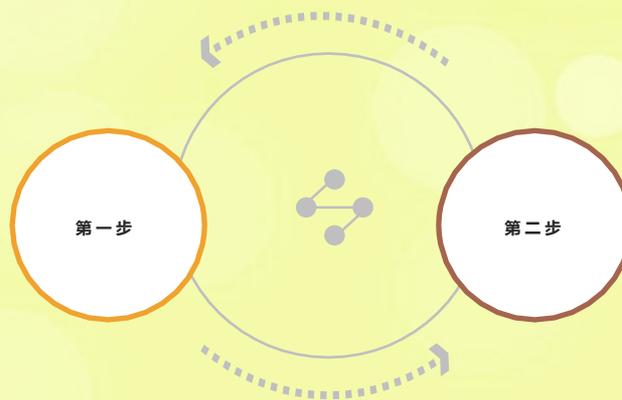
多饮、多尿、多食和消瘦

严重高血糖时出现典型的“三多一少”症状，多见于1型糖尿病。发生酮症或酮症酸中毒时“三多一少”症状更为明显。

02

疲乏无力，肥胖

多见于2型糖尿病。2型糖尿病发病前常有肥胖，若得不到及时诊断，体重会逐渐下降。





(四) 检查

- 1 血糖
- 2 尿糖
- 3 尿酮体
- 4 糖基化血红蛋白
(HbA1c)
- 5 糖化血清蛋白
- 6 血清胰岛素和C肽水平
- 7 血脂
- 8 免疫指标
- 9 尿白蛋白排泄量/放免或酶
联方法

（五）糖尿病的诊断标准

- 1 空腹血糖 $\geq 7.0\text{mmol / L}$ 、餐后2H血糖 $\geq 11.1\text{mmol / L}$
- 2 有糖尿病症状，任意时候血糖 $\geq 11.1\text{mmol / L}$ 可诊断为糖尿病
- 3 OGTT试验2h血糖 $\geq 11.1\text{mmol / L}$

1型糖尿病



发病年龄轻，大多<30岁，起病突然，多饮多尿多食消瘦症状明显，血糖水平高，不少患者以酮症酸中毒为首发症状，血清胰岛素和C肽水平低下，ICA、IAA或GAD抗体可呈阳性。单用口服药无效，需用胰岛素治疗

2型糖尿病



常见于中老年人，肥胖者发病率高，常可伴有高血压，血脂异常、动脉硬化等疾病。起病隐袭，早期无任何症状，或仅有轻度乏力、口渴，血糖增高不明显者需做糖耐量试验才能确诊。血清胰岛素水平早期正常或增高，晚期低下

（六）中医诊断——常见证候要点

1

肝胃郁热证：脘腹胀满，胸胁胀闷，面色红赤，形体偏胖，腹部胀大，心烦易怒，口干口苦，大便干，小便色黄，舌质红，苔黄，脉弦数。

2

胃肠实热证：脘腹胀满，痞塞不适，大便秘结，口干口苦，或有口臭，或咽痛，或牙龈出血，口渴喜冷饮，饮水量多，多食易饥，舌红，边有瘀斑，舌下络脉青紫，苔黄，脉滑数。

3

脾虚胃热证：心下痞满，胀闷呕恶，呃逆，纳呆，便溏，或肠鸣下利，或虚烦不眠，或头眩心悸，或痰多，舌淡胖，舌下络脉瘀阻，苔白腻，脉弦滑无力。

4

上热下寒证：心烦口苦，胃脘灼热，痞满不痛，或干呕呕吐，肠鸣下利，手足及下肢冷甚，舌红，苔黄根部腐腻，舌下络脉瘀阻，脉弦滑。

（六）中医诊断——常见证候要点

气阴两虚证：消瘦，倦怠乏力，气短懒言，易汗出，胸闷憋气，脘腹胀满，腰膝酸软，便溏，口干口苦，舌淡体胖，苔薄白干或少苔，脉虚细无力。

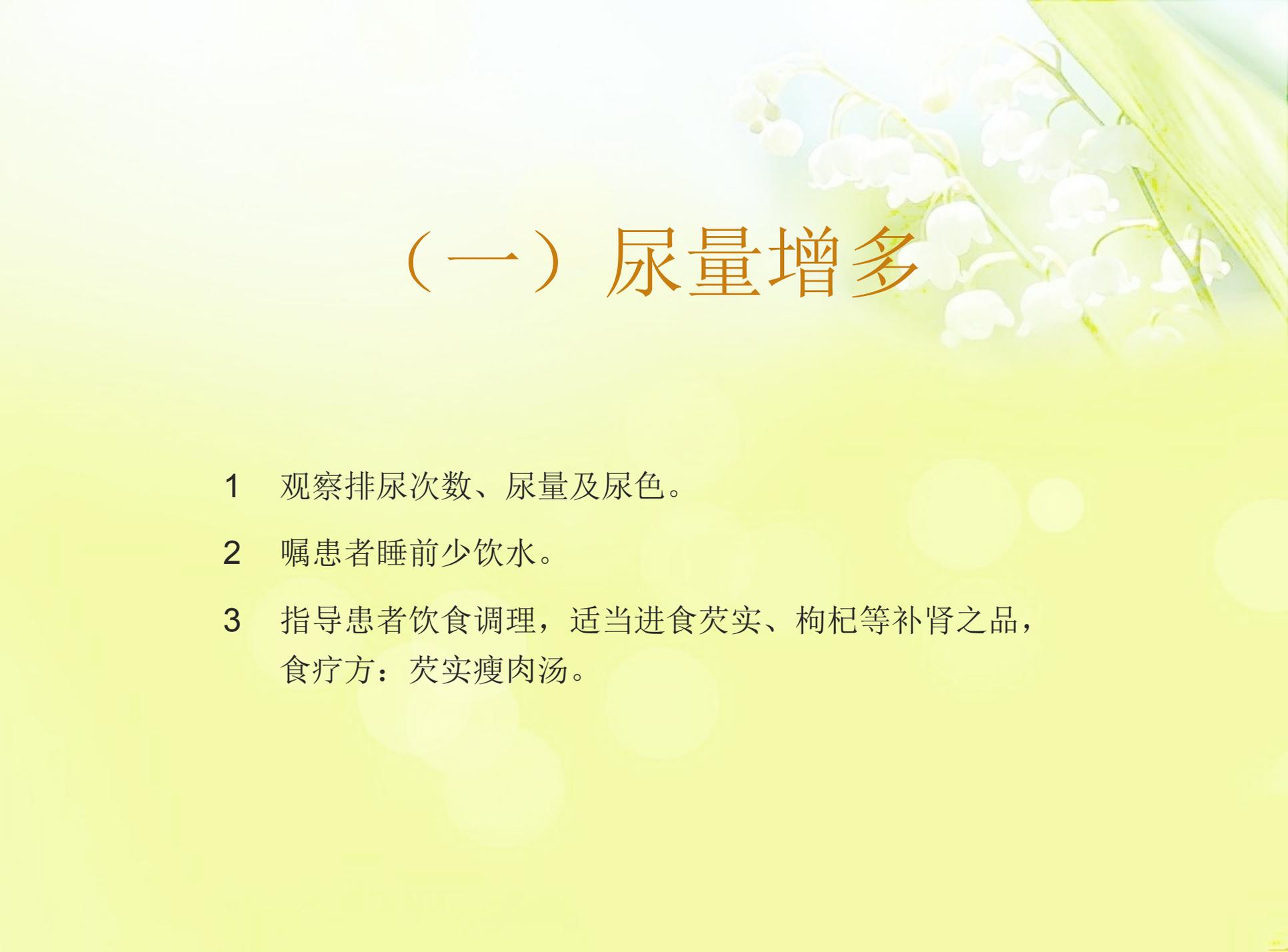
阴阳两虚证：小便频数，夜尿增多，浑浊如脂如膏，五心烦热，口干咽燥，畏寒肢冷，面色苍白，神疲乏力，腰膝酸软，脘腹胀满，食纳不香，五更泄泻，舌淡体胖，苔白而干，脉细无力。

阴虚火旺证：五心烦热，急躁易怒，口干口渴，渴喜冷饮，易饥多食，时时汗出，少寐多梦，溲赤便秘，舌红赤，少苔，脉虚细数。

二、常见症状/证候施护

- 1 尿量增多
- 2 口干多饮
- 3 多食易饥
- 4 倦怠乏力
- 5 肢体麻木、疼痛、肢冷
- 6 视物模糊
- 7 皮肤瘙痒
- 8 腰膝酸软





(一) 尿量增多

- 1 观察排尿次数、尿量及尿色。
- 2 嘱患者睡前少饮水。
- 3 指导患者饮食调理，适当进食芡实、枸杞等补肾之品，食疗方：芡实瘦肉汤。

(二) 口干多饮

- 1 保持病室空气温湿度适宜。
- 2 观察口干、口渴、每日饮水量。
- 3 多食生津润燥类食物，如百合、西葫芦等，可选用鲜芦根煎水代茶饮；口含乌梅、饮用菊花玉竹茶、苦丁茶以缓解口干口渴。食疗方：凉拌黄瓜、蓝莓山药、葛根鱼汤。
- 4 遵医嘱耳穴贴压（耳穴埋豆），根据病情需要可选择皮质下、内分泌、糖尿病点、脾、胰、三焦等穴位。

(三) 多食易饥

- 1 询问饮食习惯及饮食量。宜选择混合餐，每餐进食种类包含主食、蔬菜、肉蛋类等；粗细粮合理搭配，少食多餐，细嚼慢咽。
- 2 适当增加膳食纤维的摄入，如燕麦、芹菜、韭菜等，以增加饱腹感，延缓食物吸收稳定血糖。
- 3 观察记录身高、体重、腰围、臀围。
- 4 遵医嘱耳穴贴压（耳穴埋豆），根据病情需要可选择皮质下、内分泌、糖尿病点、脾、胰、饥点等穴位。

（四）倦怠乏力

- 1 起居有时，避免劳累。
- 2 进食补中益气类食物，如山药、鱼肉、香菇等。食疗方：乌鸡汤、香菇木耳汤、山药炖排骨。
- 3 病情稳定者适量运动，循序渐进。
- 4 遵医嘱艾灸，取穴足三里、关元、气海，或穴位贴敷肾俞、脾俞、足三里以调节脏腑气血功能。

（五）肢体麻木、疼痛、肢冷

- 1 进食活血化瘀食物，如黄鳝、木耳等。食疗方：洋葱烧黄鳝。
- 2 给予足部中药泡洗以祛风通络，活血通脉。
- 3 双下肢穴位按摩，取足三里、阳陵泉、三阴交、涌泉穴等。
- 4 遵医嘱穴位贴敷涌泉穴。
- 5 遵医嘱耳穴贴压（耳穴埋豆），根据病情需要可选择皮质下、内分泌、糖尿病点、脾、足等穴位。

(六) 视物模糊

- 1 注意视力变化，定期检查眼底，减少阅读、看电视及使用电脑，宜闭目养神，饮用菊花茶或银杞明目汤等。
- 2 按摩睛明、四白、丝竹空等穴位以辅助通络明目。
- 3 遵医嘱予珍珠明目液滴眼或中药眼部雾化以改善症状。
- 4 评估跌倒高危因素，落实防跌倒措施。

(七) 皮肤瘙痒

- 1 指导患者洗澡忌用刺激性强的皂液，洗后皮肤涂抹润肤露，穿棉质内衣，避免搔抓、热水烫洗；修剪指（趾）甲；瘙痒甚者，遵医嘱予以清热燥湿洗剂，如苦参、苍术、黄柏、白花蛇草、连翘等煎汤外洗，亦可涂尿素乳膏防止皮肤干燥。
- 2 饮食宜清淡，少食辛辣油腻及海鲜之品。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/088040015062007003>