

热敷联合眼周穴位按摩对早期糖尿病视网膜病变护理效果研究

杨洁

(陕西省中医医院 陕西西安 710082)

【摘要】目的：探究热敷联合眼周穴位按摩对早期糖尿病视网膜病变护理效果。方法：在本院2023年6月~2024年9月收治的早期糖尿病患者中，筛选符合研究条件且出现视网膜病变的92例患者作为研究对象，按照护理方式差异将患者分为研究组（n=46）和对照组（n=46）。对照组性对比护理效果。结果：两组患者在干预前、干预后3个月的视力差距并不明显，但是可以明显看到研究组患者视力数据在增长，对照组患者视力数据在降低。干预后6个月，两组患者视力数据差异显著，对照组患者视力下降，研究组患者视力显著上升，研究组患者视力得到了有效恢复且数据高于对照组， $P < 0.05$ 。研究组、对照组患者对护理的评价存在较大的差异，研究组患者在护理过程中能够感受到明显的效果，护理满意度数据明显高于对照组， $94.47\% > 80.43\%$ ， $P < 0.05$ ，差异具有统计学意义。结论：在对早期糖尿病患者出现的视网膜病变情况实施护理的过程中，采用热敷联合眼周穴位按摩，可以在一定程度上改善患者眼底病变情况，有利于提高患者生存质量，缓解糖尿病给患者身心健康状况带来的负面影响。

【关键词】热敷；眼周穴位按摩；早期糖尿病；视网膜病变护理

Study on the nursing effect of hot compress combined with acupoint massage around eyes on early diabetes retinopathy

Yang Jie

(Shaanxi Traditional Chinese Medicine Hospital Xi'an, Shaanxi 710082)

[Abstract] Objective: To explore the nursing effect of hot compress combined with acupoint massage around eyes on early diabetes retinopathy. Methods: Among the patients with early diabetes admitted in our hospital from June 2023 to September 2024, 92 patients who met the study conditions and had retinopathy were selected as the study objects, and the patients were divided into the study group (n=46) and the control group (n=46) according to the differences in nursing methods. Comparison of nursing effects between control groups. Result: The visual acuity difference between the two groups of patients before and 3 months after intervention was not significant, but it was evident that the visual acuity data of the study group increased while that of the control group decreased. After 6 months of intervention, there was a significant difference in visual acuity data between the two groups of patients. The visual acuity of the control group decreased, while the visual acuity of the study group increased significantly. The visual acuity of the study group patients was effectively restored and the data was higher than that of the control group, $P < 0.05$. There is a significant difference in the evaluation of nursing care between the research group and the control group. Patients in the research group can feel significant effects during the nursing process, and their nursing satisfaction data is significantly higher than that of the control group, with $94.47\% > 80.43\%$, $P < 0.05$. The difference is statistically significant. Conclusion: In the process of nursing the retinopathy of early diabetes patients, hot compress combined with acupoint massage around the eyes can improve the patients' fundus disease to a certain extent, which is conducive to improving the patients' quality of life and alleviating the negative impact of diabetes on the patients' physical and mental health.

[Key words] hot compress; Massage of acupoints around the eyes; Early diabetes; Retinal Disease Nursing

引言

糖尿病视网膜病变具有特异性改变的重要特征，属于眼底病变的一种，如果未能得到有效控制，最终可导致不可逆失明。在当前我国社会公众生活节奏变化，饮食方案复杂性不断提升的背景下，糖尿病患者的数量正在持续增加，受到该情况的影响，出现糖尿病视网膜病变情况的患者也会进一步增加。为有效改善早期糖尿病视网膜病变患者的生活体

验，有必要根据患者病情探索新的治疗护理方法，尝试帮助患者控制病情。本文就热敷联合眼周穴位按摩对早期糖尿病视网膜病变护理效果进行研究，具体内容报告如下。

1 资料与方法

1.1 资料

在本院收治的早期糖尿病患者中选取 92 例，分为对照

组 (n=46) 和研究组 (n=46)。研究组男 27 例, 女 19 例, 平均 (48.75 ± 5.32) 岁; 对照组男 24 例, 女 22 例, 平均 (46.58 ± 6.74) 岁, 所有患者年龄均在 32~70 岁范围内, 患者均无重大历史疾病。研究开始前, 安排专人向患者及患者家属讲解两种不同护理方法的具体差异, 待到患者及患者家属对研究内容有全面、正确的理解且给出肯定答复后, 再将患者纳入研究中。

纳入标准: (1) 符合糖尿病诊断标准, 且病情发展进程处于早期, 存在视网膜病变症状。(2) 签订知情同意书。(3) 年龄 ≥ 30 岁。(4) 具有正常沟通交流能力, 患者能够严格按照护理人员的指导做好配合, 并在护理措施实施过程中向护理人员反馈自身的具体感受, 保证护患双方的有效沟通。排除标准: (1) 患者主动拒绝参与研究。(2) 合并其他重大历史疾病或重要器官功能不全。(3) 精神状态异常波动或存在精神类疾病。

1.2 方法

对照组行常规护理方法, 配合医嘱要求做好对患者的护理管理, 严格控制患者血糖、血压、血脂, 对患者进行健康知识宣教, 详细讲解糖尿病的相关知识, 并向患者强调血糖监测、饮食控制、运动锻炼和药物治疗的重要性, 保证患者能够配合完成护理干预。督促患者做好眼部护理, 按照计划清洁眼部, 有效防范眼部感染, 调整作息时间保证充足的休息, 并借此缓解眼部压力, 保护患者视力。同步做好对患者的心理护理, 通过与患者进行沟通交流让患者内心的负面情绪能够得到有效排解, 及时解答患者的疑虑, 帮助患者减轻焦虑、抑郁情绪^[1]。

研究组采用热敷联合眼周穴位按摩, 配合医嘱要求在上述常规护理的基础上进行有效补充, 进一步强化护理干预的针对性。(1) 热敷。热敷频率保持在 2 次/d, 早晚各一次, 在热敷过程中, 患者取仰卧位保持闭目状态, 直接进行眼部蒸汽热敷, 时间控制在 20min, 在明显感觉到温度降低时摘下, 完成热敷^[2]。(2) 眼周穴位按摩。按摩频率保持在 2 次

/d, 早晚各一次, 由中医科专业临床医生指导操作, 重点针对患者眼周穴位, 包括睛明、鱼腰、攒竹、丝竹空、太阳穴、四白穴^[3]。在按摩过程中, 护理人员指导患者取仰卧位保持闭目状态, 按压患者眼周穴位和百会、风池、肩颈三个辅助穴位, 控制好按压力度, 一般需要将力度控制在有一定酸胀感为最佳。整个研究维持六个月, 重点关注患者在整个疾病治疗控制过程中的视力变化和自身体验, 详细记录患者在过程中的各项身体指标^[4]。

1.3 观察指标

(1) 患者视力变化情况: 包括患者左右眼视力在干预前、干预后 3 个月、干预后 6 个月的变化情况, 直接通过测试患者视力数据, 并做好记录, 保证研究中的数据对比有明确的依据和数据来源。

(2) 患者护理满意度指标: 包括非常满意、满意和不满三项内容, 采用医院自制满意度量表进行评估, 全程由患者自行填写。

护理满意度 = (非常满意 + 满意) 患者 ÷ 对应分组患者总数 × 100%

1.4 统计学方法

SPSS22.0 软件处理, t、X² 值检验, P < 0.05 差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组患者视力变化情况

据表 1 可知, 两组患者在干预前、干预后 3 个月的视力差距并不明显, 但是可以明显看到研究组患者视力数据在增长, 对照组患者视力数据在降低。干预后 6 个月, 两组患者视力数据差异显著, 对照组患者视力下降, 研究组患者视力显著上升, 研究组患者视力得到了有效恢复且数据高于对照组, P < 0.05。

表 1 两组患者视力变化情况对比表 [$\bar{x} \pm s$]

分组	左/右侧	干预前	干预后 3 个月	干预后 6 个月
对照组 (n=46)	L	0.83 ± 0.041	0.81 ± 0.036	0.78 ± 0.031
	R	0.81 ± 0.043	0.80 ± 0.037	0.79 ± 0.033
研究组 (n=46)	L	0.78 ± 0.041	0.90 ± 0.023	0.92 ± 0.029
	R	0.84 ± 0.040	0.92 ± 0.027	0.94 ± 0.032
P	L	> 0.05	> 0.05	< 0.05
	R	> 0.05	> 0.05	< 0.05

2.2 对比患者护理满意度

据表 2 可知, 研究组、对照组患者对护理的评价存在较

大的差异, 研究组患者在护理过程中能够感受到明显的效果, 护理满意度数据明显高于对照组, 94.47% > 80.43%, P < 0.05。

表 2 两组患者护理满意度对比表[n (%)]

分组	例数	非常满意	满意	不满意	满意率
对照组	46	13	24	9	37(80.43)
研究组	46	24	19	3	43(94.47)
t	--	--	--	--	6.854
P	--	--	--	--	< 0.05

3 讨论

早期糖尿病视网膜病变给患者视力带来的影响较为显著, 视力受损患者很难在短时间内适应新的生活模式, 在感受到自身视力持续下降的情况下, 患者的情绪状态往往也很难保持稳定, 很有可能影响到患者在糖尿病治疗、控制过程中的配合度。在当前我国糖尿病患者基数较大的情况下, 出现视网膜病变的患者数量也会明显增加, 为帮助更多的早期糖尿病视网膜病变患者控制病情, 让患者视力能够保持在相对健康的状态, 在开展糖尿病治疗护理工作的同时, 必须高度重视对患者眼部症状的针对性护理, 从而在一定程度上提高患者在此期间的舒适性, 调整患者的身心状态^[5]。

在研究中采用热敷联合眼周穴位按摩帮助早期糖尿病视网膜病变患者控制病情发展进程, 主要原因在于热敷本身便是眼科常用疗法之一, 并且有效的眼周穴位按摩确实能够起到改善视力的效果^[6]。热敷作为一种常用眼科疾病疗法, 可以有效缓解视疲劳, 并且在治疗、控制干眼症和眼部炎症方面具有较为突出的作用。热敷与其他治疗方法相比, 其具

有较强的安全性, 并且在实施过程中对基础条件的要求并不高, 绝大多数患者都能接受此类治疗护理方法, 有利于在临床上进行推广应用。在对热敷方法具体效果进行分析时, 可以明确热敷通过温度变化和部分药物影响, 患者的眼部血液循环确实能够得到有效改善, 保证相对充足的血液供应, 让患者身体的自我调节功能能够顺利应用到眼部, 从而达到促进患者视力恢复, 有效防范部分患者可能出现的视力障碍。通过热敷可以改善患者眼部位置的状态, 缓解可能出现的疲劳感, 从而有效提高患者在疾病治疗护理过程中的舒适性^[7]。

基于有效的热敷配合使用眼周穴位按摩进一步调整患者的视网膜病变症状, 穴位按摩属于中医疾病治疗护理体系中的代表性内容, 并且本次研究使用眼周穴位按摩方法时, 选用的穴位较为严谨, 通过合理控制按压力度, 可以帮助患者充分调动机体抗病能力, 从而减缓早期糖尿病视网膜病变的发展进程^[8]。同时, 眼周穴位按摩不仅能够通过直接按摩患者穴位辅助控制患者和疾病发展进程, 而且能够提高患者交感及副交感神经的兴奋性, 帮助患者有效缓解疲劳感, 保证患者在整个疾病治疗、控制过程中眼部始终能够保持相对舒适的状态, 从而让患者的视力得到一定恢复, 有利于提高患者在该阶段的生存质量。

综上所述, 在对早期糖尿病视网膜病变患者实施护理的过程中, 通过热敷联合眼周穴位按摩可以帮助患者控制疾病进展, 在一定程度上改善患者视觉状态, 减轻患者的身体压力, 在临床上有一定的推广价值。

参考文献:

- [1]沈芳, 张怡琳, 周英, 等.糖尿病视网膜病变患者延续护理的研究进展[J].智慧健康, 2025, 11 (14): 17-19+23.DOI: 10.19335/j.cnki.2096-1219.2025.14.006.
- [2]苏美云, 陈红, 陈丰力, 等.标准护理对糖尿病视网膜病变患者血糖管理效果及患者视力视网膜厚度影响研究[J].基层医学论坛, 2025, 29 (13): 137-140.DOI: 10.19435/j.1672-1721.2025.13.037.
- [3]肖晓霓, 张贵华, 观志强, 等.糖尿病视网膜病变患者低视力护理的研究进展[J].中国医药导报, 2025, 22 (09): 60-63.DOI: 10.20047/j.issn1673-7210.2025.09.11.
- [4]孙艳华.多学科协作整体护理干预糖尿病视网膜病变患者的效果[J].云南医药, 2025, 46 (01): 108-109.DOI: 10.20282/j.cnki.1006-4141.2025.01.33.
- [5]林姿含, 陶永健, 王康, 等.基于“互联网+”糖尿病视网膜病变患者延续护理模式的构建和应用[J].中国中医眼科杂志, 2025, 35 (02): 195-200.DOI: 10.13444/j.cnki.zgzyykzz.2025.02.019.
- [6]赵康萍, 沈秀.糖尿病视网膜病变患者采用医护患协同合作模式护理的效果[J].中国当代医药, 2024, 31 (33): 150-153+158.
- [7]褚战亚, 张赢赢, 杨洁, 等.早期糖尿病性视网膜病变患者反刍性沉思水平的影响因素及护理对策[J].河北医药, 2024, 46 (10): 1594-1597.
- [8]褚战亚, 张倩倩, 张赢赢, 等.基于 KANO 模型的眼科护理对早期糖尿病视网膜病变患者视觉康复及满意度的影响[J].河北医药, 2023, 45 (22): 3517-3520.