

## 皮内针治疗心脾两虚型失眠症的临床增效作用观察

郝丽丽

北京市通州区潮县卫生院 北京

**【摘要】目的** 探讨皮内针治疗在提高心脾两虚型失眠症临床治疗效果中的应用价值。**方法** 选择本院 2024 年 5 月-2024 年 9 月期间 60 例心脾两虚型失眠症患者随机分组，两组病例数相同，均为 30 例。对照组给予常规针刺治疗，观察组在普通针刺治疗基础上增加皮内针治疗，比较两组治疗效果。**结果** 治疗前，两组患者 PSQI 评分对比  $P>0.05$ ；治疗后，观察组 PSQI 量表各维度评分（睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠效率、睡眠障碍、催眠药物、日间功能障碍）均低于对照组，结果对比  $P<0.05$ ；相较于对照组，观察组治疗满意度更高，结果对比  $P<0.05$ 。**结论** 皮内针治疗对心脾两虚型失眠症有良好增效作用，有助于更好地改善患者睡眠质量，患者治疗满意度更高。

**【关键词】** 皮内针；心脾两虚型；失眠症；针刺治疗

**【收稿日期】** 2024 年 10 月 22 日

**【出刊日期】** 2024 年 11 月 19 日

**【DOI】** 10.12208/j.ijcr.20240487

### Observation on the clinical efficacy of intradermal needle therapy in treating insomnia of heart spleen deficiency type

Lili Hao

Beijing Tongzhou District Xianxian Health Center, Beijing

**【Abstract】 Objective** To explore the application value of intradermal acupuncture therapy in improving the clinical treatment effect of insomnia of heart and spleen deficiency type. **Methods** A total of 60 patients with insomnia of heart and spleen deficiency type from May 2024 to September 2024 in our hospital were randomly divided into two groups, with the same number of cases in both groups, 30 cases. The control group was given conventional acupuncture treatment, and the observation group was given intradermal acupuncture treatment on the basis of conventional acupuncture treatment, and the treatment effects of the two groups were compared. **Results** Before treatment, the PSQI scores of the two groups were compared ( $P>0.05$ ); after treatment, the scores of each dimension of the PSQI scale (sleep quality, sleep time, sleep time, sleep efficiency, sleep disorders, hypnotic drugs, daytime dysfunction) in the observation group were lower than those in the control group, and the results were compared ( $P<0.05$ ); compared with the control group, the treatment satisfaction of the observation group was higher, and the results were compared ( $P<0.05$ ). **Conclusion** Intradermal acupuncture has a good synergistic effect on insomnia of heart and spleen deficiency type, which helps to better improve the sleep quality of patients and increase their satisfaction with treatment.

**【Keywords】** Intradermal acupuncture; Heart and spleen deficiency type; Insomnia; Acupuncture treatment

中医认为失眠症属“不寐”范畴，其病因复杂，涉及脏腑功能失调、气血不和、阴阳失衡等<sup>[1]</sup>。其中，心脾两虚型是常见证型，病因在于心血不足与脾气虚弱，导致神明失养，夜不能寐<sup>[2]</sup>。针灸通过刺激特定穴位，调节经络气血，安神定志、调和阴阳，是治疗失眠的常用方式<sup>[3]</sup>。但常规针灸治疗时间短、需多次就诊，部分患者疗效较慢，影响其应用。

近年来，皮内针疗法在失眠症治疗中展现出良好优势，其操作简便、安全有效，可持续调理患者心脾功能，促进气血生成与运行，从而改善睡眠质量<sup>[4]</sup>。此外，该疗法还可以减少患者就诊次数，缩短治疗时间，有助于提高患者治疗依从性。本文旨在深入探讨皮内针治疗心脾两虚型失眠症的价值，以期优化临床失眠症患者治疗提供参考。

## 1 对象和方法

### 1.1 对象

选择本院 2024 年 5 月-2024 年 9 月期间 60 例心脾两虚型失眠症患者随机分组, 两组病例数相同, 均为 30 例。对照组中男性 16 例, 女性 14 例, 年龄 22-62 岁, 平均 (45.87±6.96) 岁; 观察组中男性 15 例, 女性 15 例, 年龄 21-64 岁, 平均 (44.72±6.36) 岁。2 组的基线资料进行对比  $P > 0.05$ 。本研究不违反国家法律法规, 符合医学伦理原则。

### 1.2 方法

对照组给予常规针灸治疗, 具体如下: 参照《针灸学》进行取穴, 穴位包括神门、印堂、四神聪、照海、申脉、心俞、脾俞、足三里。患者取仰卧位, 严格消毒穴位周围皮肤, 以预防感染。使用 0.30mm×25mm、0.30mm×40mm 的毫针进行针刺, 得气后留针 30min。随后调整患者体位为侧卧位, 以相同手法针刺心俞、脾俞, 并留针 30min。每周治疗 3 次。

观察组在常规治疗基础上增加皮内针治疗, 常规针灸治疗与对照组一致, 皮内针治疗如下: 穴位选择为双侧心俞、脾俞穴。常规消毒上述穴位, 将皮内针 (掀针型) 埋入穴位内, 注意针体仅刺入真皮层, 不触及深层组织或神经, 以患者感受到轻度酸胀感为宜。为确保针体稳固, 使用适宜大小的胶布 (如医用透气胶带) 将针身及针柄下的皮肤表面粘贴固定。根据天气及患者情况, 留针时间一般为 2-3d (天气炎热时以 1-2d 为宜)。期间嘱咐患者注意局部清洁, 避免感染。嘱咐患者每日按压埋针处 4-5 次, 每次 1-2min, 以增强刺激效果, 促进气血流通。每周 3 次, 12 次为 1 个疗程。

### 1.3 观察指标

(1) 比较两组患者治疗前后匹兹堡睡眠质量指数 (PSQI) 评分情况, 量表共睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠效率、睡眠障碍、催眠药物、日间功能障碍七个维度, 每个维度 0-3 分, 总分 21 分, 分数高则睡眠差。

(2) 治疗结束后比较两组患者治疗满意度, 评估工具为本院自制的调查问卷, 满分 100 分, 划分为非常满意 (100 分)、满意 (80-99 分)、比较满意 (60-79 分)、不满意 (总分 < 60 分) 四个等级, 总满意度为非常满意、比较满意以及满意例数总和, 再除以总患者数量, 得到最终的满意度百分比。

### 1.4 统计学分析

用统计学软件 SPSS21.0 对数据进行分析, 符合正态分布的计量资料用 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示,  $t$  验证, 计数资料用 (%) 表示,  $\chi^2$  验证, 若  $P < 0.05$  说明差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 比较两组患者治疗前后 PSQI 评分

治疗前, 两组患者 PSQI 评分对比  $P > 0.05$ ; 治疗后, 观察组 PSQI 量表中睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠效率、睡眠障碍、催眠药物、日间功能障碍评分均低于对照组, 结果对比  $P < 0.05$ , 见表 1、续表。

### 2.2 比较两组患者治疗满意度

相较于对照组, 观察组治疗满意度更高, 结果对比  $P < 0.05$ , 见表 2。

## 3 讨论

失眠症是中医理论中心神不宁、阴阳失调的病理表现, 病位在心, 但与脾、肾、肝、胃、胆等脏腑功能密切相关<sup>[5]</sup>。

表 1 两组患者治疗前后 PSQI 评分对比 ( $\bar{x} \pm s$ ) (分)

组别	睡眠质量	入睡时间	睡眠时间	睡眠效率	睡眠障碍
对照组 (n=30)					
治疗前	2.33±0.67	2.43±0.53	2.25±0.62	2.15±0.75	1.66±0.54
治疗后	1.53±0.88	1.68±0.74	1.49±0.77	1.42±0.89	1.12±0.53
观察组 (n=30)					
治疗前	2.36±0.47	2.37±0.63	2.38±0.60	2.34±0.54	1.69±0.52
治疗后	0.88±0.65	1.24±0.62	0.58±0.49	0.91±0.77	0.89±0.29
t 治疗前组间比较值	0.201	0.399	0.825	1.126	0.219
P 治疗前组间比较值	0.842	0.691	0.413	0.265	0.827
t 治疗后组间比较值	3.254	2.496	5.461	2.374	2.085
P 治疗后组间比较值	0.002	0.015	0.001	0.021	0.042

续表 两组患者治疗前后 PSQI 评分对比 ( $\bar{x} \pm s$ ) (分)

组别	例数	催眠药物		日间功能障碍	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
对照组	30	1.96±0.38	1.47±1.41	2.29±0.18	1.18±0.92
观察组	30	2.01±0.42	0.88±0.35	2.27±0.20	0.82±0.22
t	-	0.484	2.224	0.407	2.085
p	-	0.631	0.030	0.685	0.042

表 2 两组患者治疗满意度对比[n,(%)]

组别	例数	非常满意	满意	比较满意	不满意	总满意度
对照组	30	6 (20.00%)	9 (30.00%)	11 (36.67%)	4 (13.33%)	86.67% (26/30)
观察组	30	13 (43.33%)	10 (33.33%)	6 (20.00%)	1 (3.33%)	96.67% (29/30)
$\chi^2$	-	-	-	-	-	6.548
P	-	-	-	-	-	0.011

心主神明,情志失调、思虑过度等可扰动心神,引发失眠<sup>[6]</sup>。此外,阴阳失衡,特别是阴不敛阳、阳不入阴,也是失眠的重要病机。中医治疗失眠强调辨证施治,常见证型如心脾两虚型,其表现为入睡困难、多梦易醒,并伴随心悸、健忘、食欲不振等症状,治疗以健脾养心、安神定志为主,旨在调节脏腑功能,恢复气血平衡,从而改善睡眠<sup>[7]</sup>。

皮内针疗法通过浅刺皮部,可产生持续刺激,以调节脏腑经络功能,促进阴阳平衡<sup>[8]</sup>。心俞和脾俞是常用治疗穴位,刺激心俞穴可以调整心脏功能,安神定志,从而改善失眠症状;刺激脾俞穴可以健脾益气,运化水湿,补充气血,使心神得养,最终缓解失眠。皮内针对这两个穴位的刺激还可直接作用于背部交感神经,调节神经递质和内分泌,改善失眠的生理状态。此外,由于皮内针的持续刺激作用,可以延长条件反射过程,让治疗效果得以巩固和延长,有助于减少治疗次数。

本研究发现,治疗后,观察组 PSQI 量表各维度评分均低于对照组 ( $P < 0.05$ ),表明与常规针灸治疗配合应用,能够更全面地改善患者的睡眠质量,包括入睡时间、睡眠时长、睡眠效率等多个方面,具有良好增效作用。本研究还发现,观察组治疗满意度明显高于对照组 ( $P < 0.05$ ),表明患者对皮内针治疗的接受度更高,对其治疗效果更加满意。临床对于失眠症的治疗多采取西医、中医两种治疗方法,西医通常依赖药物治疗,但长期使用可能导致患者产生耐药性或依赖性,无法根本解决问题。而皮内针疗法操作简单、安全性高且无副作用,更容易被患者接受<sup>[9]</sup>。再加上其良好的治疗效果,患者治疗满意度自然随之提高。

综上所述,皮内针治疗心脾两虚型失眠症具有显著的增效作用。通过刺激特定穴位可有效调节脏腑功能、平衡阴阳、安神定志,有助于改善患者睡眠质量,且安全性,操作简单,值得推广。

#### 参考文献

- [1] 丁定明,李思康,汪中菊,等. 基于"脑为髓海"理论运用头皮针治疗原发性失眠症的临床效果[J]. 中国医药导报,2023,20(17):144-148.
- [2] MA H M ,GAI Y H ,NIE E Y , et al.Five-Tone Therapy Plus Head and Face Massage Relieves Insomnia of Patients with Heart and Spleen Deficiency[J].Journal of Integrative Nursing,2019,1(3):151-156.
- [3] A M F ,Zhang H ,I L B , et al.Acupuncture and moxibustion for malignant tumor patients with psychological symptoms of insomnia, anxiety and depression: a systematic review and Meta-analysis.[J].Journal of traditional Chinese medicine = Chung i tsa chih ying wen pan,2023,43(3):441-456.
- [4] 王玺玺,花思炜,唐玲,等. 皮内针治疗老年失眠症的临床疗效观察[J]. 山西中医药大学学报,2022,23(6):571-573, 577.
- [5] 张欣雨,张艺馨,刘璐,等. 针刺调节心脾两虚型慢性失眠症过度觉醒状态的临床研究[J].北京中医药,2024,43(07): 747-753.
- [6] 井睿智,刘文瑜,陈利江,等. 皮内埋针联合吴茱萸贴敷治

- 疗失眠临床研究[J]. 新中医,2021,53(22):167-170.
- [7] 王玲姝,李冠男,李静. 穴位埋线联合揸针耳穴贴压治疗心脾两虚型失眠症及对生活质量影响[J]. 辽宁中医药大学学报,2020,22(4):28-31.
- [8] 孙小丽,王娟,浦强. 正念心理疏导护理干预联合揸针皮内埋针对失眠患者负性情绪、睡眠质量指数的影响[J]. 齐齐哈尔医学院学报,2022,43(15):1498-1501.
- [9] 张艳,辛随成. 揸针治疗阴虚火旺型失眠 30 例[J]. 中国民间疗法,2020,28(1):37-39.

**版权声明:** ©2024 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



**OPEN ACCESS**