

穴位贴敷联合耳穴贴压治疗溃疡性结肠炎合并焦虑

程晓洁, 刘毅*

成都中医药大学临床医学院, 四川 成都

收稿日期: 2025年2月19日; 录用日期: 2025年3月31日; 发布日期: 2025年4月11日

摘要

溃疡性结肠炎是一种病因不明的弥漫性非特异性炎症性肠病, 主要累及结肠黏膜, 以粘液脓血样变为主要症状。溃疡性结肠炎是一种终身性疾病, 会对患者产生深远的情感和社会影响。焦虑, 是溃疡性结肠炎的一种常见并发症。目前, 西医治疗溃疡性结肠炎主要使用免疫抑制剂、糖皮质激素等药物, 但长期使用会导致严重的副作用和加重患者的经济负担。根据中医辨证论治, 可将溃疡性结肠炎归于“痢疾”、“肠风”等范畴, 中医治疗痢疾有丰富的经验和独特的见解, 中药穴位贴敷和耳穴压豆是中医的特色外治法, 疗效显著, 操作方便, 经济安全。文章介绍了一种有效改善溃疡性结肠炎患者肠道症状和缓解焦虑情绪的方法, 即利用穴位贴敷和耳穴压豆疗法刺激患者的特定穴位。

关键词

穴位贴敷, 耳穴, 溃疡性结肠炎, 焦虑

Acupoint Application Combined with Auricular Point Pressure in the Treatment of Ulcerative Colitis Complicated with Anxiety

Xiaojie Cheng, Yi Liu*

College of Clinical Medicine, Chengdu University of Traditional Chinese Medicine, Chengdu Sichuan

Received: Feb. 19th, 2025; accepted: Mar. 31st, 2025; published: Apr. 11th, 2025

*通讯作者。

文章引用: 程晓洁, 刘毅. 穴位贴敷联合耳穴贴压治疗溃疡性结肠炎合并焦虑[J]. 中医学, 2025, 14(4): 1362-1368.
DOI: 10.12677/tcm.2025.144204

Abstract

Ulcerative colitis is a diffuse, non-specific inflammatory bowel disease of unknown etiology, mainly involving the colorectal mucosa, and the main symptom is mucoempyema. Ulcerative colitis is a life-long condition that can have profound emotional and social effects on those who suffer from it. Anxiety is a common complication of ulcerative colitis. At present, Western medicine mainly uses immunosuppressants, glucocorticoids, and other drugs in the treatment of ulcerative colitis, but long-term use will lead to serious side effects and increase the financial burden on patients. According to the syndrome differentiation of Chinese medicine, ulcerative colitis can be classified as “dysentery”, “intestinal wind”, and other categories. Chinese medicine has rich experience and unique insights in the treatment of dysentery. Chinese medicine acupoint application and ear point pressure bean are the characteristic external treatments of Chinese medicine, with remarkable effects, convenient operation, and economic safety. This paper introduces an effective method to improve intestinal symptoms and relieve anxiety in patients with ulcerative colitis, that is, to stimulate specific acupoints of patients with acupoint application and auricular point pressure therapy.

Keywords

Acupoint Application, Auricular Point, Ulcerative Colitis, Anxiety

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

溃疡性结肠炎是消化系统一种常见的顽固性疾病,以病程漫长、反复发作、迁延难愈为特点,不仅严重降低患者生活质量,并且会导致部分患者进入焦虑状态,这是因为在溃疡性结肠炎的活动期,肠道细胞因子的变化可能会影响人体脑-肠轴的功能,从而导致脑内5-HT的分泌减少,引起或加重焦虑心理[1]。而研究进一步表明,焦虑、抑郁等不良心理情绪在导致溃疡性结肠炎发病或症状加重中有着重要影响[2],持续的焦虑情绪会诱发溃疡性结肠炎的产生或导致病情加重,这可能是由于中枢神经系统受到人体长期处于焦虑情绪的影响而出现障碍,从而造成患者植物神经功能出现紊乱,肠黏膜由于局部痉挛、血液循环受阻而出现糜烂或溃疡[3]。近年来,随着经济的发展,溃疡性结肠炎的患病率逐年增加,且焦虑伴随状态与发病率呈正相关,因此,对溃疡性结肠炎合并焦虑的治疗已经迫在眉睫。

目前,柳氮磺吡啶因其对肠道菌群的抗菌和免疫抑制作用而被认为是临床治疗溃疡性结肠炎的主要药物[4]。对伴随焦虑的患者,再增加抗焦虑的药物。此外,临床治疗溃疡性结肠炎的常用药物还包括糖皮质激素或生物制剂以及美沙拉嗪等,这些药物的优点是短期疗效显著,但长期服用会产生较大的毒副作用,并且复发率高,长远来看并不经济可行[5]。溃疡性结肠炎患者需要的是一种安全、有效的治疗方式,这对改善症状和帮助预后具有重要的意义[6]。中医药对提高溃疡性结肠炎治疗疗效和改善症状方面有着明显优势[7],中药穴位贴敷是将调制好的药物贴敷在疾病相对的穴位上,经过透皮吸收,利用药物和刺激穴位双重功效,通过皮肤将药效经经络气血的运行传递至体内脏器组织,通过经络与脏腑内在联系使药效得到充分发挥,实现清热利湿、调节体质的作用[8],达到改善溃疡性结肠炎患者症状的目的;耳穴压豆是通过刺激耳部特定穴位来改善患者焦虑的方法,耳朵上分布有较多的神经,刺激耳穴会对大脑神经元产生一定的反应,从而调节神经反射[9]。本文介绍穴位贴敷和耳穴压豆疗法治疗溃疡性结肠炎

合并焦虑的示例。

规定：临床研究方案经成都中医药大学临床研究审批委员会审核通过。

2. 治疗方法

1. 手术前准备

1) 物品准备

① 准备黄连、大枣、生姜、王不留行籽、生理盐水、碘伏棉签、医用胶带、医用纱布、医用胶布、医用胶板、医用弯盘、手消毒剂和医用橡胶手套。

② 大枣去核，使用粉碎机将 80 g 黄连和 20 g 大枣提前粉碎，分别装瓶密封备用；将 50 g 生姜切片捣碎并挤出姜汁，装瓶备用。

③ 选取 15 毫升黄连粉和 5 毫升大枣粉，用 20 毫升姜汁将黄连粉和大枣粉调和成糊状，把糊状物放入医用弯盘；并选取表面光滑近似圆球状的王不留行籽，将医用胶布裁剪成 $0.6\text{ cm} \times 0.6\text{ cm}$ 的小块胶布，将王不留行籽粘贴于正方形医用胶布中央。

2) 病人准备

对病人做好本次试验的步骤和目的，询问病人是否有药物及敷料过敏史，告知病人开始前半小时内勿进食，并提前排空膀胱，让病人仰卧并屈膝，放松身体，充分暴露腹部。

3) 操作者准备

① 关好门窗，注意保护患者隐私，必要时屏风遮挡，注意保暖。

② 穴位贴敷选择患者的(中脘)神阙和大肠俞[10]，观察患者局部皮肤情况，有无皮损、皮疹或疤痕等增生，保持局部皮肤清洁干燥。中脘穴位于人体前正中线上，肚脐上方 4 个指尖。神阙穴位于肚脐中央。大肠俞位于第四腰椎棘突下，左右旁开 1.5 个指尖(指尖指拇指的比例单位，4 个指尖约等于 13.34)。耳穴压豆选择患者耳部的神门、皮质下、心和交感穴[11]。注意观察患者耳部有无分泌物，评估患者耳部皮肤情况。

2. 操作步骤

1) 备齐物品至病人床前，戴好医用橡胶手套，用棉签蘸取碘伏给穴位贴敷部位消毒，再用干棉签蘸干皮肤上剩余的碘伏。

2) 将医用弯盘中事先调制好的药物分为均匀的三部分，做成直径 \times 厚度 = $4\text{ cm} \times 0.5\text{ cm}$ 的环状，分别敷在医用纱布上。

3) 将含有药物的医用纱布敷在患者的中脘穴和神阙穴，用胶布固定，再让患者取坐位，同样的方法贴敷大肠俞；8 小时后取下。

4) 用棉签蘸取碘伏消毒耳廓，再用干棉签蘸干皮肤上剩余的碘伏，将粘有王不留行籽的医用胶布对准神门、皮质下、心和交感穴，固定胶布，按压药豆，使局部稍感疼痛、酸胀；嘱患者留豆期间，反复用手按压压豆部位，每次 1~2 min，每日按 6~8 次，以此刺激穴位，加强疗效，根据患者具体情况留置 2~3 天。

5) 嘱病人在穴位贴敷后穿着舒适宽松的衣物，贴敷部位尽量不要沾水，以免影响药效，告知患者局部贴敷后皮肤微微泛红为正常现象，若皮肤出现瘙痒、水泡等，应立即取下药豆，并用生理盐水清洁皮肤，若有不适，及时就医。

3. 具有代表性的结果(疗效评价)

根据 2018 年发表的《炎症性肠病诊断与治疗的共识意见》中对溃疡性结肠炎做出的诊断标准和 2022

年发表的《广泛性焦虑障碍基层诊疗指南》中对焦虑的诊断标准, 选取了 8 名来自成都中医药大学符合溃疡性结肠炎伴焦虑诊断标准的患者, 在征得患者同意后, 使用穴位贴敷和耳穴压豆治疗溃疡性结肠炎伴焦虑, 告知患者每天早上 7~8 点接受一次治疗, 治疗周期为一周。Mayo 量表(见表 1)和 GAD-7 量表评分(见表 2)也将在治疗前和治疗结束后完成。

根据患者完成的 Mayo 量表和 GAD-7 量表评分, 治疗前和治疗后 Mayo 量表评分分别为 9 和 2, GAD-7 量表评分分别为 18 和 7。结果表明: 穴位贴敷联合耳穴疗法能快速有效地缓解溃疡性结肠炎合并焦虑症状。通过对以往研究的分析, 发现穴位贴敷联合耳穴压豆治疗溃疡性结肠炎合并焦虑具有良好的临床疗效, 能有效降低 UC 复发率, 且副作用较小, 操作简便、安全, 耳穴压豆不会对患者的身体造成创伤, 而且操作简单、疗效好, 在临床的推广应用中有重要价值[12][13]。总的来说, 穴位贴敷联合耳穴压豆治疗溃疡性结肠炎合并焦虑是安全有效的。

Table 1. The modified Mayo scoring system for assessing the activity of ulcerative colitis

表 1. 评估溃疡性结肠炎活动性的改良 Mayo 评分系统

项目	0 分	1 分	2 分	3 分
排便次数	正常	比正常增加 1~2 次/d	比正常增加 3~4 次/d	比正常增加 5 次/d 或以上
便血	未见出血	不到一半时间内出现便中混血	大部分时间内为便中混血	一直存在出血
内镜发现	正常或无活动性病变	轻度病变(红斑、血管纹理减少、轻度易脆)	中度病变(明显红斑、血管纹理缺乏、易脆、糜烂)	重度病变(自发性出血, 溃疡形成)
医师总体评价	正常	轻度病情	中度病情	重度病情

(参考来源: 《炎症性肠病诊断与治疗的共识意见》(2018 年·北京); 评分规则: 临床缓解: 0~2 分; 轻度活动: 3~5 分; 中度活动: 6~10 分; 重度活动: 11~12 分)。

- 1、患者 1: 治疗前后 Mayo 评分分别为 9 分和 3 分;
- 2、患者 2: 治疗前后 Mayo 评分分别为 8 分和 4 分;
- 3、患者 3: 治疗前后 Mayo 评分分别为 10 分和 4 分;
- 4、患者 4: 治疗前后 Mayo 评分分别为 11 分和 5 分;
- 5、患者 5: 治疗前后 Mayo 评分分别为 8 分和 2 分;
- 6、患者 6: 治疗前后 Mayo 评分分别为 8 分和 3 分;
- 7、患者 7: 治疗前后 Mayo 评分分别为 11 分和 3 分;
- 8、患者 8: 治疗前后 Mayo 评分分别为 9 分和 3 分。

Table 2. Generalized anxiety disorder scale (GAD-7 scale score)

表 2. 广泛性焦虑障碍量表(GAD-7 量表评分)

	完全不会	好几天	超过 1 周	几乎每天
感觉紧张、焦虑或急切	0 分	1 分	2 分	3 分
不能停止或抑制担忧	0 分	1 分	2 分	3 分
对各种各样的事情担忧过多	0 分	1 分	2 分	3 分
很难放松下来	0 分	1 分	2 分	3 分
由于不安而无法静坐	0 分	1 分	2 分	3 分

续表

变得容易烦恼或急躁	0分	1分	2分	3分
感到似乎将有可怕的事情发生而害怕	0分	1分	2分	3分

(评分规则: 没有 GAD: 0~4 分; 轻度 GAD: 5~9 分; 中度 GAD: 10~14 分; 重度 GAD: 15~21)。

- 1、患者 1: 治疗前后 GAD-7 评分分别为 17 分和 6 分;
- 2、患者 2: 治疗前后 GAD-7 评分分别为 19 分和 7 分;
- 3、患者 3: 治疗前后 GAD-7 评分分别为 16 分和 5 分;
- 4、患者 4: 治疗前后 GAD-7 评分分别为 18 分和 7 分;
- 5、患者 5: 治疗前后 GAD-7 评分分别为 18 分和 8 分;
- 6、患者 6: 治疗前后 GAD-7 评分分别为 19 分和 8 分;
- 7、患者 7: 治疗前后 GAD-7 评分分别为 18 分和 7 分;
- 8、患者 8: 治疗前后 GAD-7 评分分别为 19 分和 8 分。

4. 讨论

溃疡性结肠炎是一种常见的消化系统疾病, 主要以腹痛、腹泻、粘液脓血样变为临床表现。研究表明: “近年来, 全球 UC 的发病率和流行率不断呈现上升趋势, 发病高峰年龄多在 30~40 岁之间, 易反复发作, 迁延难愈, 已成为严重影响病患生存质量的全球性健康问题, 世界卫生组织(WHO)将其确定为现代难治病之一” [14]。当症状的迁延不愈使患者产生焦虑情绪时, 肥大细胞将机体受到的情绪压力转换为机体释放大量的神经递质和促炎细胞因子, 引起肠道病理生理改变[15], 从而引发或加重溃疡性结肠炎症状。溃疡性结肠炎在中医学上属于“痢疾”、“泄泻”、“腹痛”等范畴, 临床以大肠受湿热之邪所困多见, 典型症状包括腹痛、腹泻、脓血便[16]。素体脾虚, 或外感湿热之邪, 壅滞于肠道, 与肠道气血搏结, 肠道脂膜受损, 化为脓血而下泄。焦虑在中医中应归为“郁病”、“脏躁”等范畴, 属于情志类疾病, 其病机为本虚标实[17]。脾主运化, 肝主疏泄以调畅情志, 若脾受邪困, 运化失常, 则肝失所养, 肝气郁而化火, 肝火上炎, 则急躁易怒[18]。溃疡性结肠炎患者常伴有脾胃功能受损, 脾胃受损则运化无力, 气血生化不足, 而肝主藏血, 气血生化不足导致肝藏血失常, 肝血不足, 不能濡养肝气, 肝气疏泄无权, 则会导致情志出现异常, 所以溃疡性结肠炎患者常伴有焦虑情绪。

事实证明, 西医治疗溃疡性结肠炎虽然有一定的疗效, 但需长期服药, 并且会对患者的身体产生较多的副作用, 患者一旦停药, 症状将会反复发作[19]。临床治疗溃疡性结肠炎的药物主要包括氨基水杨酸类制剂、糖皮质激素和免疫抑制剂等, 对于合并焦虑情绪的患者在此基础上联用抗焦虑的药物, 如三环类抗抑郁药、丁螺环酮及米氮平等常用于缓解溃疡性结肠炎患者的焦虑情绪, 但目前临床始终无法避免长期应用上述药物带来的不良反应[20]。如使用氨基水杨酸类药物的需长期服药, 副作用多, 且易反复, 给患者造成沉重的心理和生理压力[21]。实践表明, 单纯的药物治疗已经不能满足溃疡性结肠炎合并焦虑患者的治疗需要, 而穴位贴敷联合耳穴压豆治疗溃疡性结肠炎合并焦虑展示出独特的优势。耳穴是分布于耳廓上的腧穴, 与脏腑经络有着密切的关系。药物通过穴位贴敷直接渗透皮肤进入人体, 从而不会损害药物的药性[22]。穴位贴敷时中药直接进入人体, 不会对人体的肝肾功能造成损害, 并且能比口服西药更快地发挥药效, 从而使人体达到阴平阳秘的状态[23]。耳穴压豆是传统的中医外治法, 对缓解焦虑情绪有较好的疗效, 因此在治疗精神类疾病中被广泛应用[24]。穴位贴敷联合耳穴压豆治疗溃疡性结肠炎合并焦虑被认为是安全有效的理想疗法。

研究数据显示: “穴位贴敷治疗溃疡性结肠炎选穴中, 神阙应用频次最高, 是唯一使用频率超过 50% 的腧穴” [25]。从中医角度来看, 神阙穴正对人体脐中, 周围富含丰富血管有利于药物的吸收, 能快速发挥药效, 且本穴紧邻肠道, 具有补益中焦的作用[26]。现代医学认为, 脐中有丰富的血管网, 并且此处皮

肤薄,屏障弱,故渗透性强,有利于药物的吸收,药物通过穴位贴敷对脐部皮肤产生持续性的刺激,脐部皮肤上的各种神经末梢会对此做出反应,从而促进人体的神经、体液调节作用和免疫机能,达到改善器官功能、调节体质的作用[27]。大肠之气输注于背部为大肠俞,专为大肠腑外输水湿[25],具有理气降逆,调和肠胃的作用,主治大肠疾患。黄连,《珍珠囊》中记载其能去中焦湿热。耳部的各穴位与五脏六腑的生理功能和病理改变密切相关,当各脏腑出现病变时,刺激相应的耳穴对恢复脏腑功能、平衡阴阳有重要的作用,心和神门穴可安神镇静,皮质下、交感能调节人体阴阳平衡,将王不留籽贴压于上述穴位后再持续性地对这些穴位加以刺激,从而达到改善脏腑功能、调节精神的作用[28]。现代医学研究发现,人体内啡肽和血清素水平会随着耳穴的持续性刺激而增加,这能有效地抑制痛觉传递从而减轻痛感[29],最终达到缓解焦虑情绪的目的。

5. 结语

本研究对穴位贴敷联合耳穴贴压治疗溃疡性结肠炎合并焦虑的论证有一定局限性,今后将纳入更多样本,以证明穴位贴敷联合耳穴贴压治疗溃疡性结肠炎合并焦虑的有效性。

参考文献

- [1] 赵昌东,赵红艳,柯希权,张小节,张辉,王淑芳,李雪. 焦虑、抑郁心理与溃疡性结肠炎患者神经内分泌免疫的相关性研究[J]. 胃肠病学和肝病学杂志, 2019, 28(7): 791-795.
- [2] 李从燕,唐伟,陈久红,马燕. 芍药汤加减联合西医治疗对伴焦虑、抑郁的溃疡性结肠炎患者的影响[J]. 国际精神病学杂志, 2023, 50(5): 1187-1189, 1193.
- [3] 宋海霞. 心理护理对慢性溃疡性结肠炎患者的影响[J]. 心理月刊, 2022, 17(5): 165-166, 169.
- [4] 乔虹,姜华. 耳穴埋豆加溃结膏穴位贴敷联合柳氮磺胺吡啶对溃疡性结肠炎的疗效观察[J]. 内蒙古医学杂志, 2018, 50(5): 536-538.
- [5] 汤京云,卢美琪,张婷,祁琳. 中药穴位贴敷治疗溃疡性结肠炎的 Meta 分析[J]. 山东第一医科大学(山东省医学科学院)学报, 2023, 44(7): 507-513.
- [6] 张伟,姜锐. 榆莢方灌肠联合穴位贴敷治疗慢性非特异性溃疡性结肠炎临床疗效[J]. 世界中医药, 2018, 13(9): 2288-2291.
- [7] 吴胜广. 中药灌肠联合穴位贴敷治疗溃疡性结肠炎临床观察[J]. 中国城乡企业卫生, 2019, 34(7): 176-178.
- [8] 邹国军,刘作龙,戴必霞,邹敏,方芳,龙辉,张禹. 肠愈膏穴位贴敷治疗慢性溃疡性结肠炎 30 例疗效观察[J]. 湖南中医杂志, 2013, 29(9): 25-27.
- [9] 庞枫,刘娟. 穴位贴敷联合耳穴压豆治疗脑梗死伴抑郁焦虑患者临床观察[J]. 中国中医药现代远程教育, 2024, 22(1): 111-113.
- [10] 林美容. 穴位贴敷配合耳穴治疗对溃疡性结肠炎患者营养状况的影响[J]. 内蒙古中医药, 2020, 39(7): 130-131.
- [11] 张静侠,李一芳,施慧,方菊花,张庆. 基于数据挖掘耳穴贴压治疗焦虑抑郁选穴规律及关联分析[J]. 贵州中医药大学学报, 2023, 45(6): 48-53.
- [12] 何婉婷,戴高中. 穴位贴敷治疗溃疡性结肠炎的临床研究进展[J]. 中医临床研究, 2019, 11(32): 142-145.
- [13] 屠林莉,朱晓军,童艳青. 耳穴压豆配合穴位贴敷对慢性糜烂性胃炎伴焦虑及失眠的影响[J]. 新中医, 2017, 49(8): 133-135.
- [14] 余玲. 溃疡性结肠炎主要发病机制研究进展综述[J]. 科技视界, 2023(7): 65-68.
- [15] 刘云云. 溃疡性结肠炎伴焦虑、抑郁相关危险因素[D]: [硕士学位论文]. 大连: 大连医科大学, 2014.
- [16] 刘京京,马科文,常苗,韩捷. 白头翁汤治疗溃疡性结肠炎的研究进展[J]. 中医药学报, 2024, 52(2): 101-107.
- [17] 王子杨. 培土抑木方联合针刺治疗卒中后焦虑抑郁状态(肝郁脾虚型)疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 张家口: 河北北方学院, 2023.
- [18] 黄小芮,刘建华,刘莉莉,张琳婧,巩政,吴薇,孙红,董子君,闫占峰. 从肝脾论治变应性鼻炎伴焦虑抑郁[J]. 环球中医药, 2023, 16(11): 2331-2335.

- [19] 李梓菡, 曹晖. 温阳健脾法联合西药治疗溃疡结肠炎的 Meta 分析[J]. 实用中医内科杂志, 2023, 37(1): 17-19, 152-154.
- [20] 莫达瑜, 刘英超, 王飞达, 倪思忆, 沈雁. 乌灵胶囊联合氟哌噻吨美利曲辛片对活动期溃疡性结肠炎伴焦虑和抑郁患者的影响研究[J]. 中国全科医学, 2022, 25(3): 285-292.
- [21] 陈俊余, 王剑, 程丽敏. 穴位贴敷配合药物治疗湿热内蕴型溃疡性结肠炎疗效观察[J]. 上海针灸杂志, 2018, 37(10): 1144-1147.
- [22] 应保健, 黄海明, 林周美. 耳穴压豆法联合止呕方穴位贴敷在乳腺癌化疗患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 29(23): 83-86.
- [23] 王锦. 耳穴贴压联合中药穴位贴敷对肝肾阴虚型高血压病患者的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东中医药大学, 2023.
- [24] 马沛珍, 胡媛媛, 卢惠鹏. 耳穴压豆对精神分裂症阴性症状患者的辅助治疗效果观察[J]. 中外医药研究, 2023, 2(33): 97-99.
- [25] 龚砚砚. 基于数据挖掘穴位贴敷治疗溃疡性结肠炎选穴规律分析及清热止痢贴临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京中医药大学, 2022.
- [26] 薛莹, 穆韵浓, 赵百孝. 艾灸神阙穴对溃疡性结肠炎小鼠 TLRs/NF- κ B 通路相关因子表达的影响[J]. 中国中医急症, 2021, 30(12): 2104-2107, 2112.
- [27] 屠林莉, 朱晓军, 童艳青. 耳穴压豆配合穴位贴敷对慢性糜烂性胃炎伴焦虑及失眠的影响[J]. 新中医, 2017, 49(8): 133-135.
- [28] 张政香. 心理干预联合耳穴贴压治疗失眠症疗效观察[J]. 陕西中医药大学学报, 2018, 41(4): 88-89, 111.
- [29] 白彩霞, 雷雅婷, 莫林, 邹佳利, 金艳. 耳穴贴压在改善骨科病人疼痛、焦虑、睡眠质量中的应用研究进展[J]. 全科护理, 2021, 19(18): 2492-2495.