

# Treatment of 45 Cases of Insomnia by Auricular Acupuncture Combined Therapy

Xiangdong Chen, Fangwei Wu, Huimin Tao

Wenzhou Nanpu Community Health Service Centers, Wenzhou Zhejiang  
Email: [xiangdong@yeah.net](mailto:xiangdong@yeah.net)

Received: May 27<sup>th</sup>, 2017; accepted: Jun. 8<sup>th</sup>, 2017; published: Jun. 19<sup>th</sup>, 2017

---

## Abstract

**Objective:** To observe the effects of insomnia by auricular acupuncture combined therapy. **Methods:** 45 cases of insomnia received two courses of treatment a total of 20 times with auricular acupuncture combined therapy. **Results:** Clinical recovery 9 cases, accounting for 20%; 15 cases were markedly improved (33.3%), Effective 14 cases (33.1%), Invalid 7 cases, accounting for 15.6%. 53.3% effective and total effective rate 84.4%. **Conclusion:** Auricular acupuncture combined treatment of insomnia effect is more significant, and non-toxic side effects. It worthy of clinical promotion or cooperate with the application.

## Keywords

Auricular Acupuncture Combined Therapy, Insomnia

---

# 耳穴综合疗法治疗失眠症45例体会

陈向东, 吴芳玮, 陶慧敏

温州市鹿城区南浦社区卫生服务中心, 浙江 温州  
Email: [xiangdong@yeah.net](mailto:xiangdong@yeah.net)

收稿日期: 2017年5月27日; 录用日期: 2017年6月8日; 发布日期: 2017年6月19日

---

## 摘要

**目的:** 观察耳穴综合疗法治疗失眠症效果。**方法:** 2014年10月至2016年6月期间, 收集45例门诊病人, 均采用耳穴按摩、放血、埋籽, 10次1个疗程, 治疗2个疗程, 两疗程之间休息一周。**结果:** 临床痊愈9例, 占20%; 显效15例, 占33.3%; 有效14例, 占33.1%; 无效7例, 占15.6%。显效率达53.3%, 总

有效率84.4%。结论：耳穴综合疗法治疗失眠效果较显著，且无毒副作用，值得临床推广或配合应用。

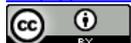
## 关键词

耳穴综合疗法，失眠

Copyright © 2017 by authors and Hans Publishers Inc.

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

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



Open Access

## 1. 引言

失眠，属中医“不寐”范畴，是指经常不易入寐，或寐而易醒，时寐时醒，或醒而不能再寐，甚至彻夜不寐，醒后常见神疲乏力，头晕头痛，心悸健忘，心神不宁，多梦等症[1]。失眠已成为影响人类身心健康、生活质量和工作效率的重要因素。耳穴具有整体调整的功能与特色，耳穴疗法简便易行，效果迅速，易被患者接受，是基层中医药适宜技术推广项目之一，在临床已被广泛运用。

笔者于2014年10月至2016年6月期间，采用耳穴综合疗法治疗失眠症45例，取得较满意疗效，现总结如下。

## 2. 临床资料

### 2.1. 一般资料

45例均为门诊病人，男17例，女28例；年龄最小25岁，最大75岁；病程最短2个月，最长10年。

### 2.2. 诊断标准

失眠的诊断标准采用《中医病证诊断标准》[2]：(1)入睡困难，易醒，睡眠不稳或醒后不能入睡，甚者彻夜不眠，或睡中梦多；(2)每天睡眠时间小于5小时；(3)反复发作，持续时间长；(4)经常心情不畅，疲倦，学习工作能力下降。

### 2.3. 纳入标准

(1)凡符合上述诊断标准并愿意配合方案治疗的患者；(2)年龄 $\geq 25$ 岁或 $\leq 75$ 岁；(3)1周内未服用任何治疗失眠症的药物，或接受其他相关治疗者。

### 2.4. 排除标准

(1)躯体疾病或各种精神疾患导致的继发性失眠者；(2)药物或/及酒精所致失眠者；(3)年龄在25周岁以下或75周岁以上者；(4)正接受其他相关治疗者；(5)妊娠或哺乳期妇女；(6)对晕血或胶布过敏的患者。

## 3. 治疗方法

治疗方法采用黄丽春老师的耳穴按摩法、放血法、耳穴贴压法，取名耳穴综合疗法。治疗操作结合应用耳穴按摩、放血、埋籽，10次1个疗程，治疗2个疗程，两疗程之间休息一周。

### 3.1. 耳穴按摩

患者取坐位或仰卧位。医者双手掌擦患者耳廓数下，然后以大拇指指腹沿皮质下-脑垂体-脑干-对耳轮内侧缘-耳屏前-升压点做圆周按摩，再以大拇指指腹沿耳垂-轮4-轮3-轮2-轮1-耳尖-上耳根-耳屏前缘-耳垂前缘循环按摩，以打通任督二脉。再用两手拇指、食指提捏对耳屏，由前下方向外上方来回按摩。最后用两手拇指、食指指腹从耳垂往上沿耳廓至耳尖，提捏按压耳廓数次。每日1次。首次由医者操作，平时由患者自己操作。

### 3.2. 放血

用一次性刺血针，耳穴局部常规消毒，先点刺耳尖，由下向上按摩挤压放血约20滴，再点刺轮3-轮4部位，手指由内侧向耳轮外侧按摩挤压放血约20滴。1周1次，严重者1周2次。

### 3.3. 耳穴压籽

用肤胶布取王不留行籽，贴压神门、枕、心、神经系统皮质下、神经衰弱区、多梦区、神经衰弱点、睡眠深沉穴。肝郁气滞型加肝，心脾两虚加脾，心肾不交加肾，心胆气虚加胆，胃失调和加胃等根据辩证适当加减。嘱患者自行按压，每穴点按压30下，每日2次，隔2至3日一换。

## 4. 治疗结果

### 4.1. 评价标准

采用1993年国家卫生部颁布的《中药新药临床研究指导原则》[3]制定的标准进行判定。(1)临床痊愈：睡眠时间恢复正常或夜间睡眠时间在6h以上，睡眠深沉，醒后精神充沛；(2)显效：睡眠明显好转，睡眠时间增加3h以上，睡眠深度增加(睡眠时间增加至6h，有时不足6h，但自觉症状减轻)；(3)有效：症状减轻，睡眠时间较前增加不足3h；(4)无效：治疗后失眠无明显改善或反加重者。

### 4.2. 治疗结果

临床痊愈9例，占20%；显效15例，占33.3%；有效14例，占33.1%；无效7例，占15.6%。显效率达53.3%，总有效率84.4%。

## 5. 体会

中医认为，失眠多有外感或内伤等病因，致使心、肝、胆、脾、胃、肾等脏腑功能失调，心神不安而成病。

失眠使大脑皮层兴奋和抑制过程平衡失调，高级神经活动的正常规律遭到破坏。耳穴神经系统皮质下具有调节大脑皮层兴奋和抑制功能。神门、枕具有镇静、安神、利眠作用。耳尖放血具有镇静清醒明目作用[4]。

按神经体液学说，耳穴埋籽起到疏通经络、调畅气血的作用，一方面通过丘脑系统调节交感、副交感神经，另一方面影响体液中激素等的动态平衡，激发体内非特异性防御反应[5]。

《灵枢·口问》篇认为：“耳为宗脉之所聚”，耳与脏腑经络密切相关。故刺激不同耳穴，通过其与五脏六腑、四肢百骸的密切关系，可以达到治疗相应部位疾病的目的。

耳穴综合疗法治疗失眠效果较显著，且无毒副作用，值得临床推广或配合应用。但治疗中选穴要准，手法应适中，按压后使患者感到酸、麻、胀、热为宜，并嘱患者经常按以上方法自我按摩耳廓及耳穴，加强治疗作用。

### 参考文献 (References)

- [1] 王永炎. 实用中医内科学[M]. 上海: 上海科技出版社, 2009: 240.
- [2] 国家中医药管理局. 中医病证诊断标准[S]. 南京: 南京大学出版社, 1994: 19-20.
- [3] 中华人民共和国卫生部. 中药新药临床研究指导原则[S]. 1993: 186-187.
- [4] 黄春丽. 耳穴治疗学[M]. 北京: 科学技术文献出版社, 2006: 153-154.
- [5] 黄春丽. 耳穴诊断治疗学[M]. 北京: 科学技术文献出版社, 1991: 25.

#### 期刊投稿者将享受如下服务:

1. 投稿前咨询服务 (QQ、微信、邮箱皆可)
2. 为您匹配最合适的期刊
3. 24 小时以内解答您的所有疑问
4. 友好的在线投稿界面
5. 专业的同行评审
6. 知网检索
7. 全网络覆盖式推广您的研究

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: [tcm@hanspub.org](mailto:tcm@hanspub.org)