

中医护理在老年高血压患者中的应用

苏 洁

四川省凉山彝族自治州西昌市人民医院康养中心 四川西昌 615000

〔摘 要〕目的 中医护理在老年高血压患者中的应用效果。方法 选择 2016 年 3 月—2018 年 12 月我院所收治的 130 例老年高血压患者作为该次研究对象。随机将 130 例患者分为观察组与对照组，每组 65 例。对照组采用常规护理；观察组采用中医护理。半年后，再次测量所有参与患者的收缩压和舒张压，采用生存质量量表（QLQ-C30）评价两组患者护理前后生存质量。结果 两组收缩压和舒张压在中医护理干预前比较差异无统计学意义（ $P>0.05$ ）；干预后，观察组血压均明显下降，与对照组比较差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）；观察组患者护理干预后生存质量评分明显低于对照组（ $P<0.05$ ）。结论 中医护理在老年高血压患者中的应用效果显著，可以有效控制高血压患者的血压值，提高生存质量，值得临床推广。

〔关键词〕中医护理；高血压；老年；护理效果

〔中图分类号〕R473.5 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165（2019）04-127-01

随着人口老龄化程度的增加和生活水平的提高，各种老年化疾病的发病率逐年增加。老年高血压是危害老年人生活和生活质量的重要因素，临床表现为收缩压、舒张压均升高，血压波动大，难以控制，常合并其他心血管危险因素，更容易发生靶器官损害和心血管疾病，对患者生命造成威胁。降压是老年高血压治疗的关键，临床常通过服用降压药配合一定护理手段起到降压的目的，但效果一般^[1]。中医护理通过对患者全身心的调理，易于老年人接受且有一定安全性。本研究基于以上论述，在常规护理上联合中医护理方法，可有效治疗老年高血压，改善患者生活质量，现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择我院所收治的 130 例老年高血压患者作为该次研究对象。将 130 例患者随机分为两组，观察组与对照组，每组为 65 例患者。观察组 65 例，给予中医情志护理。男患 30 例，女患 35 例；年龄（66.8±6.62）岁；文化程度：大专及以上 30 例，初高中 20 例，初中以下：15 例；高血压分级：1 级 15 例，2 级 25 例，3 级 25 例。对照组 65 例，给予常规护理。男患 32 例，女患 33 例；年龄（68.7±5.18）岁；文化程度：大专及以上 35 例，初高中 10 例，初中以下 20 例；高血压分级：1 级 12 例，2 级 22 例，3 级 31 例。

1.2 方法

对照组患者均采用常规控制血压与降血压的药物进行治疗。观察组患者在常规组基础上增加健身气功、中医辨证膳食指导以及足疗等中医护理干预。在中医当中，有着“药食同源”的认定看法，即如果正确的食用食物，则同样能够获得相应的治疗效果。对于肝阳上亢者应当平肝潜阳，气血亏虚的患者需要采取益气补血的措施，肾精不足的患者需要针对性的滋阴补肾，痰浊中阻的患者需要对其清浊化痰。并利用决明子、山药、何首乌、天麻、葛根粉、红枣、芹菜、粳米、山楂、海带、绿豆等常见的药材以及食物组成首乌山药粥、山药大枣粥、葛根绿豆芹菜山楂决明汤、天麻海带汤等汤药对高血压患者进行降压治疗；便秘者每日给予 2~3 次足浴，水温 45℃且水面以漫过足背为宜，每次需持续浸泡 10min 左右，有利于促进足部血液循环状态提高肠蠕动；对大横、中脘、足三里等穴位给予有效按摩可增加肠蠕动帮助机体吸收食物营养成分，也有利于增强患者食欲提高机体免疫力。

1.3 观察指标

6 个月后，再次测量所有参与患者的收缩压和舒张压，记录两组护理前后生存质量量表（QLQ-C30）评价老年高血压患者生存质量。

2 结果

2.1 两组患者护理干预前后血压结果比较

两组患者护理干预前后血压结果比较

组别	时间	收缩压	舒张压
对照组（n=65）	护理前	144.01±11.27	94.27±6.92
	护理后	133.11±7.28	83.53±5.28
观察组（n=65）	护理前	145.81±12.27	95.11±6.60
	护理后	121.01±6.13	76.34±4.22

2.2 两组患者护理前后生存质量比较

两组患者护理前后生存质量比较 [$\bar{x} \pm s$, mmHg]

组别	护理前	护理后	t 值	P 值
观察组（n=65）	77.38±9.64	41.76±11.41	21.334	<0.05
对照组（n=65）	81.21±12.13	58.57±14.28	12.545	<0.05

3 讨论

中医发源于中国，在老年群体中易于接受。中医认为，高血压的发生是由于年老体衰、饮食不节、情志失调等因素，引起的肝脾不和、阴阳失调、肝肾亏虚等病机变化。治疗高血压的过程实质上是全身心的调理，同时中医治疗从古至今遵从辨证论治，针对不同的人群采取不同的治疗方式，对慢性病防控比较有效，安全性较高。长期的焦虑造成交感神经持续兴奋，引发肾小球动脉持续收缩导致高血压。而高血压患者多对自身疾病不甚了解，治疗上多需长期服药，更容易产生焦虑、恐惧心理，这在老年患者中尤其明显^[2]。中医护理技术具有廉价、方便、有效、安全等特点，将中医护理技术应用于老年高血压患者临床护理工作中，护理人员可结合自身技术显著缓解其负面情绪、失眠、便秘等异常情况。研究表明，中医护理干预措施已受到越来越多的医学工作者认可并广泛应用于临床护理工作中，对提高患者预后及生存质量具有积极意义^[3]。老年高血压患者发病率较高，治疗难度大，采用中医护理进行老年高血压患者的护理，能够有效提升患者的生活质量，效果显著值得临床推广。该次研究结果显示，经过不同的护理之后，观察组患者的血压明显低于对照组，而生存质量明显高于对照组。这一结果充分说明可以有效控制高血压患者的血压值，利于患者的病情改善，降低患者生产的危险性，对于高血压临床治疗有着显著的意义，值得临床推广。

〔参考文献〕

- [1] 余慕雅. 中医护理高血压患者 61 例体会 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2014（14）: 125-126.
- [2] 王永红. 中医护理干预在高血压患者中的临床实践效果分析 [J]. 中国现代药物应用, 2014（19）: 205-206.
- [3] 谢丽燕, 章茶琴, 夏颖. 中医护理在高血压患者健康教育中的应用体会 [J]. 浙江中医药大学学报, 2011（5）: 785-787.