·综述·

高血压前期的中医治疗研究

姜　楠

黑龙江中医药大学　150006

〔摘　要〕由于我国医学技术水平的日益提升，对高血压前期的治疗方式越来多，这是现代临床医疗发展的大趋势。虽然高血压一直是心血管疾病的主要风险原因，但是从治疗高血压前期防治工作上看，治疗高血压前期工作主要是指长期保持在正常血压水平与略高血压值之间，很容易演变成高血压病人的并发症。但是，在近些年高血压疾病也倍受人们重视，尤其在传统中医学当中，高血压中医学的治未病论对于治疗高血压前期以及原发性高血压疾病有着独到优势，但是由于目前社会经济变化，传统的病症理论已不可以充分符合现代高血压病和高血压前期的发生规律，所以需要人们不断地深入探究治疗高血压前期的病因疾机，对于指导临床研究与防治工作有着重要的作用。因此本文在研讨过程中，着重对治疗高血压前期的中医治疗方法以及治疗效果加以分析，采用辨证论治及方证治疗高血压前期，具有一定的临床推广运用价值。

〔关键词〕高血压前期；中医治疗；治疗效果

〔中图分类号〕R544.1　　〔文献标识码〕A　　〔文章编号〕2095-7165（2022）05-165-02

近些年来，由于当前中国高血压疾病死亡率愈来愈高，高血压已成为中国目前心脑血管疾病的危险因素。对高血压的中西医结合疗法日益受到人们重视。原发性高血压的中医病因病机与现代实验指标相结合的研究，不仅有助于揭示证候本质，指导临床治疗，还是治疗高血压的必由之路。本文在研究过程中以高血压前期的中医治疗为题，希望通过中医治疗方法了解治疗高血压前期病症的具体情况，为更多人了解中医治疗高血压提供一些认知。

1　高血压前期病因病机

高血压前期临床表现有如下 2 种情况：一是仅见血压升高而无临床症状，且未达到高血压病诊断标准；二是虽然血压升高，但未达高血压病诊断标准，且伴有头晕，头痛，面红目赤，心烦易怒，失眠，乏力，肥胖等症状体征。针对有临床症状的高血压前期病变，现代临床多从肝论治。《内经》云：“诸风掉眩，皆属于肝”，秦汉之前，“眩晕〞多从风论治，强调“眩晕者，风家也，肝风病也。”至今很多医家仍然认为高血压总体病机为“肝阳上亢，肝风上扰”，临床多以天麻钩藤饮及镇肝熄风汤论治。但是值得注意的是，由于现代临床对高血压及高血压前期的早期诊断、降压西药的早期干预以及降压西药的不断优化与广泛运用，使升高的血压被迅速控制，直接改变了高血压病的自然进程，现代高血压病及高血压前期的发病规律亦随之发生改变。因此深入探讨高血压前期的病因病机对于指导临床防治具有重要意义。

2　高血压前期中医中药的治疗

通文丽 [1] 观察中药降压减脂饮联合综合干预对高血压前期的治疗作用，结果发现降压减脂饮联合综合干预可有效降低高血压前期患者胆固醇、三酰甘油水平，对阻断高血压前期向高血压病过渡作用显著。

娜仁 [2] 综述了高血压前期概念、流行病学、危害、相关危险因素、防治措施。提出应进行中药治疗高血压前期科学的、系统的、深入的、多层次的研究，以发挥中药在治疗高血压中的独特作用。

商秀洋 [3] 研究了中药降压茶对肝经郁热证高血压前期患者中医证候疗效及临床转归的影响，并观察其安全性。最后发现在生活方式干预基础上加用中药降压茶治疗能够明显改善肝经郁热证高血压前期患者的中医证候，能够明显延缓肝经郁热证高血压前期患者发展为高血压的进程。

玄欣彤 [4] 提出早期、及时、有效地干预高血压前期发展为血压病，既是对高血压前期病人的充分健康保障，又是中医学治未病预防思想的具体表现。结合中医中药疗法改善高血压前期病人的治疗经验及体会，进一步探讨高血压前期的防治措施。

3　高血压前期中医针灸的治疗

吴秀芹 [5] 高血压前期是高血压病的前奏，其潜在危险因素众多，有可能会对靶器官造成损害，该阶段属于高血压发病前的重要阶段，在前期阶段实施合理干预是避免发展为高血压的关键，但临床上关于高血压前期干预还没有普遍认可的方案。针灸干预高血压前期具有独特优势，是一种新思路，具有重要的现实意义。

王建波 [6] 提出逆针灸理论早在东晋便有提及，并且已经被大量应用于各种疾病前期的治疗。而随着人们对于生活质量的要求越来越高，绿色健康的理念方兴未来。高血压前期作为高血压病的欲病状态，也被越来越多的学者研究。将逆针灸的治疗思想与选穴原则运用于高血压前期的治疗，欲病救萌，防微杜渐，为未来高血压前期的实验研究及临床治疗方面提供了一条新的思路。

4　高血压前期中医按摩的治疗

李会霞 [7] 研究了中药治疗对各种脑出血患者术后精神功用和生活品质的作用情况，将各种脑出血患者中 107 例按随机数字表法划分两组，比较了两组病例在护理前后中枢神经系统指标、神经功能缺失、昏迷、认识功用和生活品质评分变动状况，经过分析后发现中药治疗能够有效改变各种脑出血患者的中枢神经系统指标、神经功能缺失和昏迷状况，从而提高了他们的意识功用和生活品质。

5　总结

高血压前期是指正常人血压在高血压病期间的模糊阶段，高血压前期多融合有不同的新陈代谢障碍，若未能及早得到有效调节，将进一步发展成严重高血压病。高血压前期隶属于中国医学逸病范围，而患者不好的生活习惯是造成严重高

（下转第 167 页）

学术期刊网

用药方面，患者极易出现耐受性差现象，具体表现为：随意更改药物剂量、随意停药方面，这一举动对其病情影响较大，因此，护理人员还应将药物功效、遵医嘱服用重要性为患者解释，并列举院内的反面案例，提高家属重视度、监督力度，对药物疗效进行有效保障[8]。

5. 生活指导

住院治疗阶段，精神分裂症患者生活内容相对枯燥、乏味，进而形成了个人兴趣度不高的现象，对此，临床护理人员需提高关注度，在对网络资料、文献以及外院情况调查后，可适当开展户外集体活动，参与人员为：全体精神分类症患者、家属，具体内容有：体育活动（体操、太极拳），文娱活动（大合唱、下棋、阅读）等，该过程中，由护理人员负责组织，鼓励患者积极参与、积极沟通，尽快融入集体，从而有效避免患者长时间住院治疗丧失社会能力现象。

总而言之，精神分裂症长期发展过程中，其危害性高，在药物治疗的同时，心理护理，作为辅助干预手段，在疾病治疗中占据关键性作用，能够从入院后的基础评估开始，通过环境建设、心理疏导、认知管理、生活指导进行干预，从而对患者临床疗效进行保障，一方面，对其负面情绪有效改善，扩展疾病认知，增加心理舒适度，另一方面，帮助患者对自我注意力进行转移，丰富住院生活，较好的培养其社会能力，提高整体生活质量。

［参考文献］

[1] 陈振澜，房慧，智锦明 . 陪伴式情感干预对精神分裂症患者的影响分析 [J]. 心理月刊，2022，17(04):104-106.

[2] 刘敏 . 积极心理学理论在精神分裂症康复护理中的应用 [J]. 国际护理学杂志，2022，41(04):755-758.

[3] 吴红琴 . 精神分裂症恢复期患者实施心理护理的应用价值 [J]. 心理月刊，2022，17(03):74-76.

[4] 刘少华，赵磊，张元靖 . 心理干预在老年精神分裂患者护理中的运用研究 [J]. 心理月刊，2022，17(02):88-90.

[5] 焦福臣 . 精神分裂症患者实施心理疏导联合精神护理的价值 [J]. 中国医药指南，2021，19(35):122-124.

[6] 李普霞 . 心理护理对康复期精神分裂症患者心理状态及满意度的影响 [J]. 山西医药杂志，2021，50(21):3070-3073.

[7] 于亚丽 . 精神分裂症患者社会功能缺陷影响因素及护理进展 [J]. 中国城乡企业卫生，2020，35(09):72-74.

[8] 汪恺 . 试论心理护理在慢性精神分裂症患者治疗中的应用研究进展 [J]. 心理月刊，2020，15(11):239-240.

（上接第 164 页）

相比普通贴扎，肌内效贴能够在短时间内显著改善慢性下背痛，恢复腰部功能，增加躯干肌群的耐受力。KT 之所以能增大肌力原因可能是有弹性的贴布对皮肤的感觉输入引起神经反射，从而在肌肉进行最大力收缩时能募集更多的运动单元。

3.4 增强本体感觉

本体感觉是维持人体正常姿势及平衡的重要组成部分也是影响功能恢复的重要因素，本体感受器在人体运动中起着重要作用。有研究表明，有弹性的 KT 是通过对皮肤的压力和拉力刺激皮肤机械感受器，从而增强关节的位置觉和运动觉。

4 小结

KT 可以通过多种贴法来缓解疼痛、改善腰椎关节活动度、增大肌力及增强本体感觉从而治疗腰痛，并在临床上得到广泛应用。多数研究仅针对 KT 对腰痛的近期疗效进行了考察，未来相关学者可从现代生物力学、功能解剖学等多角度出发，进一步探讨 KT 的治疗机制，观察其远期疗效。

［参考文献］

[1] 王健，郭险峰，邓树勋 . 慢性下背痛的主动运动治疗 [J]. 中国体育科技，2018，44（5）：112-116.

[2]Hoy D, Bain C, Williams G, et al. A systematic review of the global prevalence of low back pain[J]. Arthritis & Rheumatism, 2021, 64(6):2028-2037.

[3]Morris D, Jones D, Ryan H, et al. The clinical effects of Kinesio(R) Tex taping：a systematic review[J]. Physiother Theory Pract, 2019, 29(4)：259-270.

[4] 祁奇，王予彬，陈文华，等 . 肌内效贴在运动损伤康复中的应用进展 [J]. 中国康复医学杂志，2020，28（10）：971-974.

[5] 郑悦承 . 软组织贴扎技术 [M]. 中国台湾：合记图书出版社，2019:27-87.

（上接第 165 页）

血压病前期的主要原因。按照中医理论治未病的方针，在熟练地把握中医治疗经典名方方证和重要中医治疗证的理论基础上，采用辨证论治和方证辨病，起到了有效调节降压，改善病情，暂缓高血压前期发生进程等目的。此外，现代中医治疗的气功、针灸、中医药物、运动和非药物疗法，都有利于原发性高血压疾病前期的有效预防。高血压前期的中药临床价值所在，不过由于目前中药科学上关于高血压治疗前期的研究还只有基础理论研究和部分随机对照实验临床研究，关于中药预防有关急性高血压前期的临床医学证据也还待继续完善，而相对应的药物临床研究也不多，所以，研究高血压前期的中医治疗对急性高血压的预防有着重要的作用。

［参考文献］

[1] 通文丽，宋创业，李有，袁进国 . 中药降压减脂饮对高血压前期的干预作用 [J]. 吉林中医药，2014，34(12):1215-1217.

[2] 娜仁，郭明贤 . 高血压前期研究现况 [J]. 护理研究，2011，25(22):1977-1979.

[3] 商秀洋，石洁，胡元会 . 中药降压茶治疗肝经郁热证高血压前期患者的临床研究 [J]. 中西医结合心脑血管病杂志，2014，12(04):385-387.

[4] 玄欣彤，蒋卫民 . 中医药治疗高血压前期的经验 [J]. 中西医结合心脑血管病杂志，2018，16(11):1627-1629.

[5] 吴秀芹 . 针灸干预高血压前期的研究进展 [J]. 临床医药文献电子杂志，2017，4(07):1381-1382.

[6] 王建波，曲怡，张立德 .“逆针灸”理论治疗高血压前期的应用 [J]. 中华中医药学刊，2015，33(07):1722-1725.

[7] 李会霞，张鹏 . 中医按摩对高血压脑出血患者术后神经功能及生活质量的影响 [J]. 新中医，2020，52(21):129-132.

学术期刊网