

中医护理技术穴位按摩干预对老年高血压患者的影响

邱健珍

龙岩市永定区中医院内二科 福建龙岩 364100

【摘要】目的 针对老年高血压患者，研讨中医护理技术穴位按摩干预对患者产生的影响。**方法** 2023 年 6 月 -2024 年 6 月，对老年高血压患者进行分析，共有 70 例入选，用信封法将患者形成两组，施以常规护理干预的患者有 35 例，设为参比组；施以中医护理技术穴位按摩干预的患者有 35 例，设为探析组，比较分析两组心理状态、睡眠质量、满意度。**结果** SAS、SDS 分值在探析组较参比组更低， $P < 0.05$ 。探析组 PSQI 分值低于参比组， $P < 0.05$ 。满意度在探析组相比参比组更高， $P < 0.05$ 。**结论** 中医护理技术穴位按摩干预的实施，可以提高患者的睡眠质量，促进心理状态的改善，患者满意度高。

【关键词】 高血压；中医护理技术；穴位按摩**【中图分类号】** R473**【文献标识码】** A**【文章编号】** 1009-4393 (2024) 34-117-02

随着社会的老齡化进程加速，老年高血压患者的数量日益增多，其护理问题也越发凸显。高血压作为一种常见的慢性疾病，不仅严重影响老年人的生活质量，还可能引发一系列并发症，如心脑血管疾病等，给老年人的健康带来严重威胁^[1]。中医护理技术作为祖国医学的瑰宝，历经千年的传承与发展，积累了丰富的临床经验。其中，穴位按摩作为中医护理技术的重要组成部分，以其独特的作用和简便易行的特点，在老年高血压患者的护理中展现出巨大的潜力。穴位按摩通过刺激人体特定的穴位，激发经络之气，达到通经活络、祛邪扶正的目的，从而有助于调节血压、改善血液循环^[2]。基于此，本研究旨在老年高血压患者的护理中，分析中医护理技术穴位按摩干预的价值，以下进行具体报告。

1 资料和方法

1.1 基线资料

2023 年 6 月 -2024 年 6 月，老年高血压患者为调查对象，70 例为总纳入人数，信封法实施分组，设定组名为参比组、探析组，于两组各划入患者 35 例。参比组中，男 21 例，女 14 例，年龄 65-89 (76.44±2.84) 岁，病程 2-16 (8.74±1.65) 年。探析组中，男 18 例，女 17 例，年龄 66-87 (76.36±2.77) 岁，病程 2-17 (8.82±1.70) 年。相比两组资料， $P > 0.05$ 。

1.2 方法

参比组：常规护理干预。

探析组：中医护理技术穴位按摩干预。取卧位，针对百

会穴进行推、点、按 2 分钟，直至患者自觉发热为止；按神门穴 2 分钟至患者有胀、酸、麻的感觉；按内关穴和太冲穴 1 分钟后，再向上推按，每分钟 120-160 次；按太冲穴、涌泉穴、风池穴、太阳穴将拇指置于穴位之上，行顺时针揉按，每次 3-5 分钟。每日进行穴位按摩一次。

1.3 观察指标

(1) 心理状态：评估用 SAS、SDS 量表，分值高即状态差。(2) 睡眠质量：基于 PSQI 量表实施分析，具体项目是睡眠障碍、入睡时间、睡眠质量、睡眠效率，每项评分维度为 0-3 分，分值高即质量差。(3) 满意度：用医院自编问卷分析评估患者对护理服务的满意度，打分区间是 0-100 分，共设定三档，即不满意档、一般满意档、非常满意档，每档对应的判定标准是 0-59 分、60-89 分、90-100 分。相加计算一般、非常满意两档占比，所得数值即满意度。

1.4 统计学处理

SPSS27.0 中，以 ($\bar{x} \pm s$) 显示心理状态、睡眠质量计量资料，以 (n/%) 呈现满意度计数资料，实施 t、 χ^2 验证，判定构成差异的标准是 $P < 0.05$ 。

2 结果

2.1 分析心理状态

见表 1，干预进行之前，两项分值于组间相比， $P > 0.05$ 。实施干预后，与参比组相比，探析组分值更低， $P < 0.05$ 。

表 1: SAS、SDS 分值实施比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	SAS		SDS	
	干预前	干预后	干预前	干预后
参比组 (n=35)	59.22±2.25	41.96±3.24*	58.71±2.30	40.60±3.37*
探析组 (n=35)	59.43±2.67	35.63±3.49*	58.70±2.82	33.08±3.81*
T 值	0.3558	7.8639	0.0162	8.7463
P 值	0.7231	0.0000	0.9871	0.0000

注：与同组干预前相比，* $P < 0.05$ 。

2.2 分析睡眠质量

见表 2，干预前，两组之间比较 PSQI 分值， $P > 0.05$ 。进行干预后，分值在探析组较参比组更低， $P < 0.05$ 。

2.3 分析满意度

见表 3，探析组满意度更高， $P < 0.05$ 。

3 讨论

老年高血压是一种常见的慢性疾病，传统药物治疗虽能

有效控制血压，但长期服药带来的副作用也不容忽视。而中医护理技术穴位按摩干预，则为老年高血压患者提供了一种更为自然、温和的降压方式。穴位按摩通过刺激人体特定的穴位，以激发经络之气，达到调节机体功能、促进疾病康复的目的。有研究验证，针对老年高血压患者，穴位按摩可以调节机体的阴阳平衡，从而达到降压的效果，并且降压效果稳定、持久，有助于提高患者的睡眠质量，具有安全性^[3]。

高血压患者常常伴有焦虑、抑郁等负面情绪，而穴位按

摩则通过按摩特定的穴位，如内关穴、百会穴等，可以舒缓神经，使患者感到放松和舒适。此外，穴位按摩还具有费用低廉、易于推广等优点。与药物治疗相比，穴位按摩无需昂贵的药物费用，且操作简便，患者可以在家中自行进行，大大降低了治疗成本。同时，穴位按摩作为一种非药物治疗方式，也更容易被患者接受和坚持。

本研究显示，相比参比组，探析组 SAS 分值、SDS 分值、PSQI 分值更低，探析组满意度更高， $P < 0.05$ 。即通过施以中医护理技术穴位按摩干预，护理效果较佳。

总而言之，中医护理技术中的穴位按摩干预，能够显著提升患者的睡眠质量，有效促进患者心理状态的改善，从而赢得患者的高度满意。

参考文献：

[1] 邓莉, 刘英华. 穴位按摩联合芳香疗法对高血压患者心理状况及睡眠质量的影响 [J]. 中国当代医药, 2024, 31(32):151-154, 158.

[2] 吴珊. 头部穴位按摩联合穴位贴敷对老年高血压患者血压、睡眠质量的影响 [J]. 心血管病防治知识, 2024, 14(12):95-97.

[3] 胡婷英, 宋玉洁. 穴位降压操配合穴位按摩对高血压患者血压控制及生活质量的影响研究 [J]. 首都食品与医药, 2023, 30(16):137-139.

[4] 王晶, 陈长香, 梁晓慧, 等. 中医穴位按摩对老年高血压病人睡眠、头痛和心理的影响 [J]. 全科护理, 2022, 20(31):4401-4404.

表 3: 满意度实施比较 {n (%)}

组别	非常满意	一般满意	不满意	满意度
参比组 (n=35)	13 (37.14)	14 (40.00)	8 (22.86)	27 (77.14)
探析组 (n=35)	22 (62.86)	12 (34.28)	1 (2.86)	34 (97.14)
χ^2 值				6.2477
P 值				0.0124

表 2: PSQI 分值实施比较 { $\bar{x} \pm s$, 分 }

组别	睡眠障碍		入睡时间		睡眠质量		睡眠效率	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
参比组 (n=35)	2.16 ± 0.14	1.35 ± 0.09*	2.23 ± 0.11	1.29 ± 0.10*	2.06 ± 0.19	1.20 ± 0.08*	2.13 ± 0.12	1.14 ± 0.07*
探析组 (n=35)	2.11 ± 0.15	0.86 ± 0.05*	2.18 ± 0.13	0.81 ± 0.07*	2.01 ± 0.20	0.77 ± 0.05*	2.16 ± 0.10	0.73 ± 0.06*
T 值	1.4416	28.1564	1.7370	23.2638	1.0722	26.9654	1.1362	26.3092
P 值	0.1540	0.0000	0.0869	0.0000	0.2874	0.0000	0.2599	0.0000

注：与同组干预前相比，* $P < 0.05$ 。

(上接第 115 页)

治疗组的临床有效率为 100.0%，参照组为 57.1%，治疗组比参照组高 ($P < 0.05$)，如表 2 所示。

3 讨论

乳腺增生患者因为对疾病的不了解，其身的负面情绪比较严重，实行心理护理干预可以依照患者的负面情绪，稳定患者的心理状态^[5]。心理护理干预以患者为中心，对患者会出现的负面心理情绪展开干预，帮助其增加对疾病的了解，可以减少患者因为认知不清而产生的负面情绪。对患者出现的负面情绪进行安抚，能够增加患者的信心，提高治疗的配合度，护理人员对患者进行关心、爱护，可以提升患者对医护人员的信任感，减少临床上治疗中会出现的阻碍，帮助其增加信心，促进对疾病的了解。在临床上改善医护人员的相处关系，提升患者配合治疗、护理工作的兴致。本次研究发现，治疗组患者的心理情绪改善情况稳定。治疗组患者的临床疗效比较显著 ($P < 0.05$)。由此可见，对于乳腺增生症的患者来说，在临床上实行心理干预的临床意义显著，能够帮助患者改善负面情绪，调动其参与治疗的积极性，减少负面情绪对患者治疗进程的阻碍，适合在临床上实行。

综上所述，心理护理干预对乳腺增生症患者心理状态及

疗效的影响明显，对患者的心理情绪、临床疗效均有积极的影响，建议临床上推广。

参考文献：

[1] 张伏萍. 护理干预对乳腺增生症复检患者心理状态的影响 [J]. 当代医学, 2024, 22(26):110-111.

[2] 黄义方, 孔之华. 综合护理干预对乳腺增生症患者心理状态的影响研究 [J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2022, 38(17):2094-2096.

[3] 姚惠珍. 综合干预模式对乳腺增生症患者心理状态的影响观察 [J]. 基层医学论坛, 2023, 21(18):2392-2394.

[4] 李金凤. 健康知识教育联合生活习惯护理在体检发现乳腺增生症患者护理中的应用价值 [J]. 大家健康旬刊, 2024, 18(11):277-278.

[5] 李小梅, 卜晓星, 程忱. 护理干预对提高乳腺增生症患者疾病认知水平分析 [J]. 医学信息, 2024, 30(5):216-217.

表 2: 患者临床疗效比较 [n (%)]

组别	例数	显效	有效	无效	治疗有效率
治疗组	12	10	2	0	12 (100.0)
参照组	14	7	1	6	8 (57.1)
χ^2					4.489
P					0.034

(上接第 116 页)

值得推荐。

参考文献：

[1] 刘妙盛. 风险防范式护理在儿科护理管理中的应用 [J]. 中医药管理杂志, 2024, 23(8):104-106.

[2] 曾倩, 刘经飘, 曾秋月. 风险防范式护理在儿科护理管理中的应用效果观察 [J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2022,

37(27):3471-3473.

[3] 周文娟, 彭丽媛, 龙艳丽. 风险防范式护理在儿科护理管理中的应用效果分析 [J]. 包头医学, 2024, 40(4):252-254.

[4] 薛庆凡. 分析风险防范式护理在儿科护理管理中的应用 [J]. 中国继续医学教育, 2024, 16(15):228-229.

[5] 张艳华. 细节管理与风险防范式护理在儿科护理中的应用与效果比较 [J]. 国际医药卫生导报, 2023, 22(10):1476-1479.