

Analysis of the application effect of Traditional Chinese medicine in blood pressure control and quality of life in patients with hypertension

Meihui Wang Changmin Liu Yu Gao

Jiamusi Hospital of Traditional Chinese Medicine, Jiamusi, Heilongjiang, 154002, China

Abstract

Objective: To analyze the effectiveness of traditional Chinese medicine (TCM) nursing in controlling blood pressure and improving quality of life for hypertensive patients. **Methods:** A total of 60 hypertensive patients admitted to our hospital between January and December 2024 were selected as subjects, divided into a control group (30 cases, conventional care) and an observation group (30 cases, TCM care), to compare the nursing outcomes. **Results:** The systolic blood pressure, diastolic blood pressure, and pulse pressure difference of the observation group were 127.4 ± 6.21 , 78.3 ± 4.56 , and 49.1 ± 5.34 , respectively, with a blood pressure control rate of 86.7%, which was better than the control group's 86.7% and 63.3%. The physical function, psychological state, social adaptability, and overall quality of life scores of the observation group were 81.6 ± 5.27 , 79.2 ± 5.48 , 80.4 ± 5.19 , and 82.1 ± 5.31 , respectively, which were better than the control group's 73.8 ± 5.63 , 71.4 ± 5.72 , 72.5 ± 5.46 , and 73.2 ± 5.68 . **Conclusion:** The application of TCM nursing in controlling blood pressure and improving quality of life for hypertensive patients has shown ideal results, enhancing nursing outcomes, addressing blood pressure issues, and improving the overall quality of life. It is worth promoting in future nursing practices.

Keywords

Traditional Chinese medicine nursing; hypertension; blood pressure control; quality of life; application effect

中医护理在高血压患者血压控制及生活质量中的应用效果分析报告

王美惠 刘长敏 高宇

佳木斯市中医医院, 中国·黑龙江 佳木斯 154002

摘要

目的: 分析中医护理在高血压患者血压控制及生活质量中的效果。**方法:** 选择2024年1月-12月间我院收治的高血压患者60例为对象, 分为对照组(30例, 常规护理)与观察组(30例, 中医护理), 比较患者护理效果。**结果:** 观察组患者的收缩压、舒张压、脉压差分别为 127.4 ± 6.21 、 78.3 ± 4.56 、 49.1 ± 5.34 , 血压达标率为86.7%优于对照组 135.9 ± 6.75 、 83.5 ± 4.82 、 52.6 ± 5.69 和63.3%; 观察组身体功能、心理状态、社会适应能力及总体生活质量评分为 81.6 ± 5.27 、 79.2 ± 5.48 、 80.4 ± 5.19 、 82.1 ± 5.31 优于对照组 73.8 ± 5.63 、 71.4 ± 5.72 、 72.5 ± 5.46 、 73.2 ± 5.68 。**结论:** 中医护理在高血压患者血压控制及生活质量中的应用效果理想, 有利于强化护理效果, 改善患者的血压问题, 提高患者生活质量, 在今后护理中值得推广。

关键词

中医护理; 高血压; 血压控制; 生活质量; 应用效果

1 引言

中医认为, 高血压归属于“眩晕”“头痛”“肝风内动”“痰浊中阻”“阴虚阳亢”等范畴。在治疗角度, 中医主张“辨证论治”, 根据患者实际情况, 通过平肝潜阳、滋阴养血、化痰祛湿、活血通络等多种手段, 有效调整机体阴阳气血,

恢复脏腑功能, 达到控制血压、改善症状的目的。尤其是现阶段, 随着人们生活饮食习惯改变等各类问题的影响, 高血压问题越来越常见, 朝着年轻化的趋势发展, 对于患者的生活及健康造成负面影响^[1]。对此, 必须要及时做好科学合理的控制与干预, 中医护理属于护理服务的关键, 强调结合患者的实际情况, 利用辩证施护的方法, 实现患者的通身心同步调理。中医护理同样遵循“治未病”理念, 利用典型的情志调护、穴位按压、耳穴压豆等各类干预手段^[2], 结合高血压患者的问题, 站在患者的角度, 根据患者的具体情况, 起

【作者简介】王美惠(1990-), 女, 中国黑龙江佳木斯人, 本科, 主管护师, 从事临床护理研究。

到调节患者体质,改善气血运行的作用,以此有效缓解患者的精神压力^[3]。因此,为探究中医护理干预方法,在高血压患者血压控制以及生活质量护理中的应用效果,本文进行了深入的研究与分析,报道如下。

2 资料与方法

2.1 一般资料

选择2024年1月-12月间我院收治的高血压患者60例作为本次研究的对象,按照随机数表法,将患者分为对照组(30例,常规护理)与观察组(30例,中医护理),患者年龄为42岁至78岁(平均62.43岁);纳入标准:患者确诊为高血压、患者积极配合护理、患者精神健康状况良好。排除标准:患者合并急性传染病、患者合并恶性肿瘤、患者护理依从性低、中途退出的患者。

2.2 方法

2.2.1 对照组:对照组患者采用常规护理

健康教育:以患者为中心,强化健康教育宣传工作,患者入院后,由护理人员针对患者的认知能力,及时向患者和家属讲解关于高血压的发病原因、长期血压偏高的危害以及在服用药物过程中相关的注意事项,保障患者能够针对高血压疾病树立正确的认知,优化自我管理能力。

用药护理:结合患者实际情况,展开详细的用药指导,严格遵医嘱告知患者药物名称、具体服用方法、按时按量服药,避免出现漏服或者是错服情况的发生^[4]。

生活护理:结合患者认知,开展饮食护理健康教育,高血压患者应格外注意饮食,结合患者的饮食偏好,指导患者选择低盐低脂高纤维食物,多吃新鲜的蔬菜与水果,减少高盐食物的摄入。最后,指导患者养成健康良好的生活作息习惯,适当开展运动活动,每日测量血压,及时观察患者的血压波动,出现异常,立即报告医生进行处理。

2.2.2 观察组

辨证护理:以患者为中心,结合高血压患者的实际情况,做好科学合理的辨证护理干预指导工作。在患者入院后,依据中医四诊,望闻问切进行全面评估,针对患者的体质进行辨识。气虚型患者宜益气养血,痰湿型患者宜健脾祛湿,阴虚阳亢型患者宜滋阴潜阳,血瘀型患者宜活血化瘀。结合患者的具体检测结果及血压指标、患者病史、目前高血压症状表现,为患者制定个性化的干预指导。

中药足浴:为高血压患者提供中药足浴护理干预指导工作,结合患者的具体辨证类型,提供对应的中药方剂,优化护理效果。肝阳上亢型患者常选用菊花、夏枯草、决明子;痰湿型选用苍术、陈皮、茯苓等。具体结合患者的实际情况,确定中药方剂的具体类型,指导患者在中药浸泡后,煎煮药液温,温度可控制在40度左右。指导患者每晚泡脚一次,每次泡脚时间可在20至30分钟左右。具体结合患者的实际情况进行确定,提高患者的护理舒适度。

耳穴压豆:利用耳穴压豆护理干预,有效改善患者的

神经系统,优化患者的血压水平,尤其是针对出现头晕、烦躁等各类症状的患者,选取肝、肾、心、交感、神门、皮质下穴位,贴敷王不留行籽,护理人员利用透气胶布固定,每周更换1次。每日自行按压3-5次,每次2分钟,以患者感觉到酸胀感为宜。

2.2.3 穴位按摩

针对高血压患者出现的血压不平稳、情绪不稳定等问题,通过利用穴位按摩的方式,为患者提供护理活动。由专业护理人员根据患者的具体情况开展按摩,重点按摩太冲、风池、内关、合谷、百会等穴位。在按摩的过程中,以轻度适宜为主,按摩时间可在10到15分钟左右,提高患者的舒适度,若在按摩过程中患者出现不适,则立即停止穴位按摩护理工作。

2.2.4 情志护理

中医认为高血压患者的发病与患者情志不调有密切的联系,长期不良情绪加剧心理情绪障碍,产生血压波动,出现恶性循环,造成患者护理效果不佳。对此,开展中医情志护理活动,患者入院后与患者利用热情的服务态度,耐心的语言,做好沟通与交流,确保能够拉近患者与护理人员之间的距离。告知患者负面情绪的存在,会影响患者血压的波动,指导患者合理控制自身情绪,例如,利用腹式呼吸、静坐、冥想等各种方式,及时改善不良心理状态,保持稳定情绪。

2.3 评价标准

血压控制情况评价标准:参照《2020年中国高血压防治指南》中的成人血压分级与控制目标,正常控制目标为SBP < 130 mmHg、DBP < 80 mmHg;脉压差(PP)正常范围为30-50 mmHg,数值越接近标准,说明血管弹性越好,血压调控越稳定。

生活质量评分方法:采用参照SF-36生活质量量表(简明健康状况调查问卷)中相关维度进行测评,经修订后包含以下四项维度:身体功能、心理状态、社会适应能力、总体生活质量评分均为0~100分,分数越高表示生活质量越好。

2.4 统计学指标

采用SPSS20.0统计软件进行统计分析,计量资料用均数±标准差($\bar{x} \pm s$)表示,采用t检验,计数资料用率(%)表示,采用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

3 结果

3.1 两组高血压患者血压控制情况比较

观察组在收缩压、舒张压、脉压差及血压达标率等指标上均明显优于对照组,差异具有统计学意义($P < 0.05$),见表1。

3.2 两组高血压患者生活质量评分比较

观察组在身体功能、心理状态、社会适应能力及总体生活质量方面的评分均高于对照组,差异具有统计学意义($P < 0.05$),见表2。

表 1: 两组高血压患者血压控制情况比较 ($\bar{x} \pm s$, mmHg)

组别	收缩压	舒张压	脉压差	血压达标率 (%)
观察组	127.4 ± 6.21	78.3 ± 4.56	49.1 ± 5.34	86.7
对照组	135.9 ± 6.75	83.5 ± 4.82	52.6 ± 5.69	63.3
t 值	4.812	3.674	2.893	—
P 值	0.001	0.003	0.006	0.002

表 2: 两组高血压患者生活质量评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	身体功能	心理状态	社会适应能力	总体生活质量
观察组	81.6 ± 5.27	79.2 ± 5.48	80.4 ± 5.19	82.1 ± 5.31
对照组	73.8 ± 5.63	71.4 ± 5.72	72.5 ± 5.46	73.2 ± 5.68
t 值	4.983	4.362	4.767	5.014
P 值	0.031	0.011	0.007	0.032

4 讨论

中医护理以“辨证施护”为核心理念,在护理实践中,依据中医整体观念与辨证论治原则,强调在护理期间,因人、因时、因地制宜,根据高血压患者的实际问题,利用调整脏腑功能、调和气血阴阳,以达到辅助治疗和护理的效果。在西医角度来看,高血压患者的病情较为隐匿,若长期血压得不到合理的控制,容易引发各类心脑血管意外事件等各种并发症,对于患者的生命安全造成威胁^[5]。因此,必须要结合患者的实际情况,给予患者提供科学合理舒适化的护理工作措施,以此优化患者的血压管理水平。中医护理倡导利用辩证施护作为原则,指导患者疏经通络、调和气血,以此达到辅助治疗的效果。本研究发现,中医护理在高血压患者血压控制及生活质量改善中有着关键的作用,在慢性病护理中具有独特优势,以下是详细的分析。

分析患者血压控制效果来看,观察组患者的收缩压、舒张压、脉压差分别为 127.4 ± 6.21、78.3 ± 4.56、49.1 ± 5.34,血压达标率为 86.7%,显著优于对照组的 135.9 ± 6.75、83.5 ± 4.82、52.6 ± 5.69 和 63.3%。由此可见,中医护理干预方法有利于提高患者血压控制的效果,原因则是由于中医辩证护理会结合高血压患者的具体个人情况、体质来进行个性化的调理,利用中药足浴,有利于促进血液循环。而利用耳穴压豆,能够平衡患者的内分泌和神经功能穴位按摩,有利于稳定患者的交感神经活动,一系列有针对性的中医护理干预方式起到了良好的效果。同时,护理人员还会站在患者的心理角度,以情绪层面入手,针对中医情志护理起到了患者负面情绪改善的作用,间接稳定患者的血压。同时,也有研究学者证实,高血压患者的情绪波动是引发血压问题的关键诱因。而本研究利用中医情志护理,可以有效降低患者的应激反应,改善患者血管张力,进而稳定患

者的心率、血压,起到良好的护理效果。

分析患者生活质量评分来看,观察组在身体功能、心理状态、社会适应能力及总体生活质量评分方面分别为 81.6 ± 5.27、79.2 ± 5.48、80.4 ± 5.19 和 82.1 ± 5.31,优于对照组的 73.8 ± 5.63、71.4 ± 5.72、72.5 ± 5.46 和 73.2 ± 5.68。结果表明,中医护理对优化患者的生活质量有着重要的促进作用,是因为在护理干预实施的过程中,以患者为中心,为患者提供多感官舒适化干预。通过足浴、穴位按摩,保障患者能够在生理上获得全面的放松,在护理工作人员的指导下,以患者为中心,制定个性化的护理干预指导策略,有利于帮助高血压患者明确相关的注意事项,全面发挥出中医特色护理干预的质量,优化患者自我管理能力和确保患者的生活能够得到良好的提高。对此,需根据患者实际,实施科学的护理干预,进而控制患者的血压,发挥出独特的中医护理优势。

综上所述,中医护理在高血压患者血压控制及生活质量中的应用效果理想,有利于强化护理效果,改善患者的血压问题,提高患者生活质量,在今后护理中值得推广。

参考文献

- [1] 汤玉楠.中医护理在高血压患者血压控制及生活质量中的应用效果分析[J].中国冶金工业医学杂志,2024,41(04):402-403.
- [2] 华明宏,李云.中药熏药疗法结合中医护理在高血压患者中的应用效果[J].名医,2024,(12):191-193.
- [3] 黄红萍,黄爱萍.中医院特色健康理念在门诊管理中的作用[J].中医药管理杂志,2024,32(12):182-184.
- [4] 胡捷波,王艳,彭书芝.中医护理适宜技术在多病共存老年患者中的应用[J].临床医学研究与实践,2023,8(28):195-198.
- [5] 刘勇,谭媛平,陈志红.中医护理在高血压患者血压控制及生活质量中的应用[J].家庭生活指南,2021,37(11):51-53.