

基于安宁市居民健康体检后高血压中医“治未病”管理效果的研究

叶爱芳 覃波 夏学珍 张艳飞 李杨

安宁市中医医院健康管理中心

DOI:10.32629/fcmr.v8i2.20925

[摘要] 目的: 本研究探讨以中医“治未病”理论为依据,对健康体检后发现的高血压患者进行中医“治未病”耳穴贴压措施的干预,观察血压达标情况,评价其应用于高血压管理的效果。方法: 选取健康体检中发现的300例高血压患者作为研究对象,分为常规组和干预组,常规组152例,干预组148例。评价两组患者的干预效果。结果: 两组患者干预后收缩压、舒张压数值均较干预前有下降($P < 0.05$),在不同随访时间点干预组下降较常规组更快速更具优势,差异有统计学意义($P < 0.001$)。两组体重指数有随时间推移而下降的趋势($P < 0.05$),但在不同随访时间点体重指数变化差异无统计学意义($P > 0.05$)。随访到12个月时干预组血压控制达标率85.14%,显著高于常规组的48.03%($P < 0.0001$); 干预组收缩压下降21mmHg,舒张压下降19mmHg,高于常规组收缩压下降11mmHg,舒张压下降12mmHg。干预组依从性提高了35.8%,常规组依从性提高了26.3%; 干预组平和质的转化率为20.3%,明显高于常规组7.4%。结论: 中医“治未病”耳穴贴压措施有利于高血压患者的血压管理,可提高血压控制达标率及下降幅度,提高高血压患者的依从性,增加偏颇体质向平和体质的转化。

[关键词] 健康体检; 高血压; 中医“治未病”管理; 耳穴贴压

中图分类号: R544.1 文献标识码: A

Research on the Management Effect of Traditional Chinese Medicine "Prevention and Treatment of Hypertension" Based on the Health Examination of Residents in Anning City

Aifang Ye Bo Qin Xuezheng Xia Yanfei Zhang Yang Li

Anning Traditional Chinese Medicine Hospital Health Management Center Kunming

[Abstract] Objective: This study explores the intervention of traditional Chinese medicine "pre disease treatment" ear acupressure measures on hypertensive patients discovered after health check ups, based on the theory of "pre disease treatment" in traditional Chinese medicine. The aim is to observe the achievement of blood pressure standards and evaluate the effectiveness of its application in hypertension management. Method: 300 hypertensive patients identified during health check ups were selected as the study subjects and divided into a control group and an intervention group. The control group consisted of 152 patients, while the intervention group consisted of 148 patients. Evaluate the intervention effect of two groups of patients. Result: After intervention, both groups of patients showed a decrease in systolic and diastolic blood pressure values compared to before intervention ($P < 0.05$). At different follow-up time points, the intervention group showed a faster and more advantageous decrease compared to the conventional group, and the difference was statistically significant ($P < 0.001$). There was a decreasing trend in body mass index between the two groups over time ($P < 0.05$), but there was no statistically significant difference in body mass index changes at different follow-up time points ($P > 0.05$). At 12 months of follow-up, the intervention group had a blood pressure control compliance rate of 85.14%, significantly higher than the conventional group's 48.03% ($P < 0.0001$); The intervention group had a decrease in systolic blood pressure of 21mmHg and a decrease in diastolic blood pressure of 19mmHg, which was higher than the control group's decrease in systolic blood pressure of 11mmHg and a decrease in diastolic

blood pressure of 12mmHg. The compliance of the intervention group increased by 35.8%, while the compliance of the conventional group increased by 26.3%; The conversion rate of peaceful quality in the intervention group was 20.3%, significantly higher than the 7.4% in the conventional group. Conclusion: The traditional Chinese medicine method of "treating diseases before they occur" using ear acupressure is beneficial for blood pressure management in patients with hypertension. It can improve the rate and magnitude of blood pressure control, enhance the compliance of hypertensive patients, and increase the transformation from a biased constitution to a calm constitution.

[Key words] health examination; hypertension; Traditional Chinese Medicine's management of "treating diseases before they occur"; Ear acupoint sticking

高血压是心脑血管并发症的主要原因,大部分高血压患者没有任何症状,约10%的人发现高血压时已存在心、脑、肾等靶器官的损害^[1]。健康体检中测量血压是早期发现高血压的有效措施之一,虽然目前高血压的诊断和治疗策略很完善,但因高血压患者依从性差等多种因素,近89%的患者血压无法得到控制^[2]。中医“治未病”作为中医理论体系中的一项重要理论^[3],其“未病先防、欲病救萌、既病防变、瘥后防复”的核心理论在高血压管理方面有明显的优势与特色。

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

选择2023年1月到2024年1月在安宁市中医医院健康体检中新筛查出的原发性高血压患者作为研究对象,均测血压,量身高、体重,并计算体重指数(BMI),中医体质辨识,高血压Morisky依从性问卷,抽血检查相关的生化指标。

1.2 方法

常规组采用常规健康管理模式,主要指生活方式干预,即对高血压患者健康宣教,去除不利于身体和心理健康的行为和习惯。干预组在常规组基础上加入中医“治未病”的干预措施,具体选择耳穴贴压作为干预措施。耳穴贴压采用磁珠刺激耳廓上相应的穴位或反应点,每次留埋5-7天,期间嘱患者用手反复按压,进行压迫刺激,每次刺激1-2分钟,每日2-3次,两耳交替使用。所有选定的研究对象都采用相同的方法同等进行随访,分别在3个月、6个月、12个月3个时点记录收缩压、舒张压、体质指数、依从性、中医体质转化等指标情况。

1.3 观察指标

收集并分析收缩压/舒张压均值变化、血压控制达标率(血压<140/90 mmHg)、依从性改善率(改良Morisky问卷评估)、中医体质转化情况。

1.4 统计学方法

采用哈哈体检管理软件建立数据库,双人录入核查无误后构建统计分析数据集。本研究采用SPSS25.0软件进行统计分析,计数资料均采用[n(%)]进行描述,两组间差异比较采用卡方检验。正态分布计量资料采用均值±标准差($\bar{x} \pm s$)进行描述,独立样本两组间差异比较满足方差齐性的行两独立样本t检验,不满足方差齐性的行两独立样本t'检验;相关样本(重复测量资料)差异性分析两组间采用配对t检验,多组间比较行单因素

重复测量方差分析,多重比较采用LSD检验。组内与组间交互效应分析采用二因素重复测量方差分析。等级资料采用秩和检验。P<0.05为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 基线情况

2023年1月1日至2024年1月1日期间,共纳入合格对象300名,其中干预组148名,常规组152名;男性173名(57.1%),女性127名(41.9%);年龄20~75岁,平均48.91±9.91岁。两组间性别、年龄、收缩压、舒张压、静息心率、BMI、高血压分级、依从性、高血压相关知识、主要中医体质分布、血脂、尿酸等特征的差异均无统计学意义(均P>0.05),这些特征在两组之间的分布均衡,可比性好。

2.2 两组高血压患者收缩压、舒张压、体重指数的比较

两组患者收缩压、舒张压、体重指数干预3个月,干预6个月,干预12个月的时间主效应、组别主效应、时间*组别的交互作用均有统计学意义(P<0.05)。各随访时间点的平均收缩压、平均舒张压变化量间均有差异,有随时间推移而下降的趋势(P<0.05),干预组下降较常规组更快速更具优势。

2.3 血压控制达标率

达标率

=
$$\frac{\text{各随访期间收缩压} < 140\text{mmHg 或舒张压} < 90\text{mmHg 人数}}{\text{基线时高血压人数}}$$

表1 不同随访期间高血压达标率

随访时间	组别	例数	达标人数	达标率及95%CI(%)	χ^2 值	P值
3个月	常规组	152	17	12.5(7.24, 17.76)	50.7931	<0.0001
	干预组	148	75	50.68(42.62, 58.73)		
6个月	常规组	152	61	40.13(32.34, 47.92)	22.7001	<0.0001
	干预组	148	100	67.57(60.03, 75.11)		
12个月	常规组	152	73	48.03(40.08, 55.97)	46.2388	<0.0001
	干预组	148	126	85.14(79.40, 90.87)		

随访3个月、6个月、12个月时干预组血压控制达标率均高于常规组,差异有统计学意义,见表1。不同随访期间两组达标率差值分别为38.18%(95%CI:28.56%~47.79%)、27.44%(95%CI:1

6.59%~38.28%), 37.11%(95%CI:27.31%~46.90%)。随访到12个月时干预组血压达标率85.14%,显著高于常规组的48.03%, ($P<0.0001$)。

2.4 血压下降幅度

同基线相比较,在不同随访时间内收缩压和舒张压下降幅度干预组均高于常规组,差异有统计学意义(均 $P<0.05$),见表2。干预后12个月内干预组收缩压下降21mmHg,舒张压下降19mmHg,常规组收缩压下降11mmHg,舒张压下降12mmHg($P<0.0001$)。

表2 不同随访期间血压下降幅度

指标	3 个月		6 个月		12 个月	
	常规组	干预组	常规组	干预组	常规组	干预组
SBP [mmHg]	5 (2, 9)	13 (9, 19.5)	10 (3, 17.5)	17 (9.5, 27)	11 (2, 22)	21 (13.5, 31.5)
Z 值	8.8163		5.1408		5.6822	
P 值	<0.0001		<0.0001		<0.0001	
DBP [mmHg]	5 (2, 10)	12 (8, 15)	11 (6, 17)	15 (11, 21)	12 (5.5, 18.5)	19 (12.5, 25)
Z 值	7.9874		3.8539		5.6365	
P 值	<0.0001		<0.0001		<0.0001	

3 讨论

目前,国内开展的多项研究提示,应用中医“治未病”策略通过调理机体阴阳平衡,关注整体健康、生活方式调整和改善医患关系,可提高患者的治疗依从性,有效降低血压,减少高血压的危害^[4]。耳穴贴压是一项中医“治未病”的干预措施,基于中医经络理论的外治法^[5],认为耳朵上的特定穴位与人体脏腑器官有对应联系,通过刺激这些穴位(常用王不留行籽、磁珠等贴压)引起相应部位的经络传感,可以调节相应脏腑的功能,平衡阴阳,达到治疗或辅助治疗的目的^[6]。多项临床研究和荟萃分析

表明,耳穴贴压作为常规降压药物的辅助疗法,有助于进一步降低血压(收缩压和舒张压),尤其是在轻度至中度高血压患者中疗效突出,降压效果通常温和且稳定,本研究耳穴贴压后收缩压下降21mmHg,舒张压下降19mmHg,血压达标率85.14%。因此,对体检后的高血压患者采用耳穴贴压的干预措施可使血压下降更具优势,血压控制达标率及下降幅度明显提高,此方法值得推广。

[基金项目]

云南省中医药大学校院联合基金项目(编号:XYLH20223

1).

[参考文献]

[1]赵冬.中国成人高血压流行病学现状[J].中国心血管杂志,2020,25(6):513-515.

[2]张梅,吴静,张笑,等.2018年中国成年居民高血压患病与控制状况研究.中华流行病学杂志,2021,42(10):1780-1789.

[3]姚璠,赵为民,任吉祥.基于“治未病”理论探讨痰湿人群的健康管理与慢病防控[J].吉林中医药,2019,39(11):1403-1405.

[4]崔敏.耳穴埋豆疗法临床应用研究进展[J].中国民间疗法,2019,27(20):101-103.

[5]刘宝新.耳穴贴压治疗原发性高血压1级患者临床疗效观察[J].中国农村卫生,2019,11(4):30.

[6]杨帆,曾博斯,吴乐文.耳穴压豆治疗痰湿质高血压患者的临床研究[J].现代医学与健康研究(电子版),2022,6(1):99-102.

作者简介:

叶爱芳(1971--),女,汉族,云南昆明人,本科,副主任医师,主要从事:临床医学(全科医学)工作。