

刮痧配合八段锦对治疗原发性高血压患者眩晕症状的疗效观察

李知芮

上海中医药大学附属市中医医院 上海

【摘要】目的 观察对原发性高血压眩晕患者使用刮痧配合八段锦治疗的临床效果。**方法** 选取本院心内科收治 60 例原发性高血压眩晕患者为研究对象，研究时间为 2022 年 7 月至 2023 年 3 月间，依据随机方式分为对照与观察组，n=30，前者为常规治疗，后者在常规治疗的基础上增加刮痧+八段锦治疗，对比两组治疗效果差异性。**结果** 观察组治疗有效率为 83.33%，高于对照组 60.00%， $P<0.05$ ，差异有统计学意义。**结论** 对原发性高血压眩晕患者进行刮痧配合八段锦治疗可显著提高患者眩晕症治疗效果，改善临床症状，可在临床推广使用。

【关键词】 原发性高血压；眩晕症；刮痧；八段锦

【收稿日期】 2023 年 12 月 15 日 **【出刊日期】** 2024 年 1 月 15 日 DOI:10.12208/j.jmmn.2023000747

Observation on the therapeutic effect of scraping combined with Baduanjin on vertigo symptoms in patients with primary hypertension

Zhirui Li

Shanghai University of Traditional Chinese Medicine affiliated city Hospital of Traditional Chinese Medicine Shanghai

【Abstract】Objective To observe the clinical effect of scraping combined with Baduanjin treatment on patients with primary hypertension and dizziness. **Method** Sixty patients with primary hypertension and dizziness admitted to the cardiology department of our hospital were selected as the research subjects. The study period was from July 2022 to March 2023, and they were randomly divided into a control group and an observation group, n=30. The former received routine treatment, while the latter received scraping and Baduanjin treatment in addition to routine treatment. The differences in treatment effects between the two groups were compared. **Result** The effective rate of treatment in the observation group was 83.33%, which was higher than 60.00% in the control group, $P<0.05$, and the difference was statistically significant. **Conclusion** Scraping combined with Baduanjin therapy can significantly improve the treatment effect and clinical symptoms of patients with primary hypertension and vertigo, and can be widely used in clinical practice.

【Keywords】 Primary hypertension; Vertigo; Scraping; Baduan Brocade

原发性高血压，是一种常见的全球性健康问题。根据世界卫生组织的数据，全球有超过 10 亿人患有高血压，其中绝大多数是原发性高血压患者。高血压的主要特点是持续性血压升高，从而增加心血管系统的负担，进而导致心脑血管事件的发生^[1]。该疾病常伴随多种症状，其中眩晕是常见且令人困扰的症状之一。眩晕是指人在静止状态下感到周围或自身运动的错觉，患者可能会出现头晕、眼花、昏厥等症状。眩晕对患者的生活质量产生负面影响。因此，探索有效的方法治疗原发性高血压患者的眩晕症状成为一个重要的研

究课题。刮痧和八段锦是两种传统的中医疗法，被广泛应用于各种疾病的治疗中^[2]。这两种疗法在传统医学中被认为具有改善血压、改善循环系统功能的功效。本研究旨在探讨刮痧和八段锦对治疗原发性高血压患者眩晕症状的疗效，并为进一步优化治疗方案提供参考。具体内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2022 年 7 月至 2023 年 3 月间 60 例原发性高血压眩晕患者参与本次研究，随机分为对照组与观察

组,各30例,其中,对照组男8例,女22例,年龄在59-70岁间,均龄值 65.20 ± 2.56 岁,病程在1-23年间,均值为 7.62 ± 2.15 年;观察组中男13例,女17例,年龄在55-70岁间,均龄值为 63.23 ± 4.40 岁,病程在1-20年,均值在 7.21 ± 2.11 年,两组患者各项基线资料对比,差异无统计学意义, $P>0.05$ 。所有患者符合原发性高血压判定标准且出现头晕昏眩,视物旋转,不能闭目,伴有心悸、汗出、恶心等症状。

纳入标准:中医诊断符合肝阳上亢辨证标准;年龄在50-70岁间;出现眩晕表征;依从性好,可配合做好随访工作,患者及家属对研究已了解并自愿参加。

排除标准:继发性高血压,合并出现心脑血管疾病者;严重皮肤损伤、瘢痕及皮肤病者;精神障碍者;中途退出者。

1.2 方法

对照组:进行常规治疗护理,具体为:使用苯磺酸氨氯地平片(辉瑞制药有限公司),每次5~10mg,每天1次,口服;血压不能控制者可加用其他降压药。此外,对患者进行常规护理,护理人员指导患者的饮食与运动,定期监测患者血压水平指标,实施常规护理干预。

观察组:在对照组的基础上采用刮痧疗法配合八段锦养生操治疗与护理。(1)刮痧疗法:患者从入院第二天开始实行肩颈部刮痧。以发际下缘为起始点开始,伴有头痛者可以百会为起点,各位置依次刮20下,长度于6cm-10cm之间,保持刮拭次序性,每次刮痧时长为10min。直至患者局部皮肤出现红紫色斑点,对于不出或少出痧者,不要强求出痧。最后以风池、大椎、肩井为主要穴位,用刮痧板角重按点穴3-5次,再用纱布擦净皮肤。两天后待痧痕消失再次刮痧,1个疗程为3次-5次。刮痧前需评估患者病情及各项症状等,观察局部皮肤有无破损,询问有无刮痧禁忌证,评估患者对疼痛的耐受程度,做好必要的物品准备及相关解释工作,施术中患者需要配合事项,以取得患者的理解和配合。做好保护性措施,取适宜体位,做好保暖及体位固定护理。刮痧过程中严密观察患者表情及体征变化,有无不适反应。刮痧完成后协助患者穿好衣物,安置舒适体位,在观察室内观察2h方可离开;指导患者刮痧后合理饮食,多食用清淡、易消化食物,少食多餐,食用以低脂低盐低热量为标准,严禁暴饮暴食,或食用辛辣刺激之物;给予健康指导,

使患者充分了解本病的病因、临床表现、治疗方法及自我保健知识,告知患者保持心态平和及生活规律对本病的重要性,同时可利用科室内的音像设施,播放科普录像,介绍刮痧治疗的优势,以及自我检测血压的方法,提高患者治疗主动性,积极配合治疗。

(2)站式八段锦养生操:由护士长组织科室护士集中培训,每周二、四的14:00-14:30在科室由经过培训的责任护士轮流带操,责任护士个别指导患者学习。患者掌握八段锦养生操的基本要领后让其自行锻炼。每次15分钟,每天锻炼一次。练习方法:两手托天理三焦,左右开弓似射雕,调理脾胃须单举,五劳七伤往后瞧,摇头摆尾去心火,两手攀足固肾腰,攢拳怒目增气力,背后七颠百病消。动作要领:松静自然,柔软舒缓;准确灵活,根据自身情况掌握;练养相兼,寓意于气,寓意于形;循序渐进,持之以恒。方式:护士现场带操,图文并茂的宣教材料,下载的视频播放,建立微信群交流。

1.3 观察指标

比较两组住院时间与临床疗效。疗效评价标准:①治愈:患者头晕症状完全消失;②好转:患者头晕症状有所减轻,或头晕发作间歇时间有所延长;③无效:患者头晕症状变化不明显。总有效率=治愈率+好转率。

1.4 统计学方法

本次研究将选用SPSS21.0软件分析处理,计数资料采用卡方值检验,用百分数描述,如 $P<0.05$ 表明研究结果存在统计学意义。

2 结果

在对两组患者进行不同治疗干预后,观察组治疗有效率高于对照组, $P<0.05$,数据参见表1。

3 讨论

原发性高血压是一种常见的慢性疾病,常常伴随着眩晕症状。刮痧是通过用特制的刮板,在患者的皮肤上刮出一定的红点和瘀斑来促进血液循环^[3]。刮痧的主要作用是通过刺激皮肤和组织,产生一定的机械刺激,来改善局部组织的供血和代谢,进而调整机体的生理功能。刮痧还可以通过神经反射和经络调节等机制来调整人体的气血运行和平衡疏通,从而达到调节血压和缓解眩晕症状的作用^[4-6]。八段锦是中国古老的一种健身方法,通过融合呼吸、动作和静心等要素,有助于调节体内的阴阳平衡和血液循环。八段锦的练

习注重整体动作的流畅和配合, 以及与呼吸的有机结合。这些练习可以促进全身肌肉的舒展和放松, 改善肌肉、骨骼和内脏器官的灵活性, 提高机体的整体健康水平。通过八段锦的练习, 可以调整机体的气血运行和阴阳平衡, 从而缓解眩晕症状和降低血压^[7-9]。研究表明, 刮痧联合八段锦可有效改善原发性高血压患者的眩晕症状。刮痧能够通过刺激皮肤和组织, 促进血液循环, 从而增强局部组织的供血和代谢。八段锦的练习则能够调整机体的整体气血运行和平衡, 提高血黏度和血压的调节功能。两者联合应用, 可以最大限度地促进血液循环和调整血压, 缓解眩晕症状。此

外, 通过刮痧和八段锦的结合实施, 还可以促进身体的放松和内分泌的平衡, 从而进一步降低血压^[10-12]。在本次研究中, 观察组患者在进行刮痧+八段锦治疗后, 整体有效率为 83.33%, 与对照组 60.00% 有效率有显著差异, $P < 0.05$ 。然而, 刮痧联合八段锦仅是辅助治疗手段, 不能替代常规药物治疗和生活方式改变。

综上所述, 刮痧联合八段锦在治疗原发性高血压患者眩晕症状方面具有一定的疗效。患者需要结合药物治疗和生活方式改变等综合治疗措施, 以获得更好的治疗效果。

表 1 两组患者治疗效果 (n, %)

组别	例数	治愈	好转	无效	总有效率
观察组	30	14 (46.67)	11 (36.67)	5 (16.67)	25 (83.33)
对照组	30	13 (43.33)	5 (16.67)	12 (40.00)	18 (60.00)
χ^2 值					4.021
P 值					0.044

参考文献

- [1] 黎敏嫦. 虎符铜砭刮痧治疗原发性高血压 (肝阳上亢型) 的应用价值 [J]. 智慧健康, 2022, 8 (35): 167-171.
- [2] 谭莉红, 蒋萍, 叶璐. 八段锦辅助治疗老年原发性高血压伴失眠临床研究 [J]. 新中医, 2022, 54 (16): 175-178.
- [3] 晏芳, 石欣, 陈玉兰等. 坐式八段锦联合眩晕贴在高血压患者中的应用 [J]. 医学理论与实践, 2022, 35 (06): 1061-1062.
- [4] 杨强玲, 赵宗亮, 俞文骏等. 全息经络刮痧疗法对轻中度高血压的干预效果研究 [J]. 中医药通报, 2022, 21 (01): 46-49.
- [5] 郑丽维, 范维英, 邹连玉等. 八段锦对老年高血压伴衰弱患者的影响 [J]. 护理学杂志, 2021, 36 (24): 90-93+97.
- [6] 郑丽维, 刘伟华, 邹连玉等. 八段锦对老年原发性高血压伴失眠患者睡眠质量的影响 [J]. 广西中医药大学学报, 2021, 24 (04): 33-37.
- [7] 李洁, 王丽娅, 熊茵等. 中医铜砭刮痧结合健康教育对肝阳上亢型原发性高血压患者血压和睡眠质量的影响 [J]. 中西医结合护理 (中英文), 2021, 7 (07): 37-40.

- [8] 刘彬, 廖若夷, 章琼等. 刮痧联合艾灸对痰湿壅盛型原发性高血压病的影响 [J]. 湖南中医杂志, 2020, 36 (04): 71-73.
- [9] 沈明利, 钟连江, 钱国芬, 等. 中药汤剂联合耳穴压豆治疗痰浊上蒙型眩晕症的疗效观察与护理. 家庭医药·就医选药, 2021 (3): 182
- [10] 乔大伟, 江杰雯, 纪红娟, 等. 加味交泰丸配合耳穴压豆治疗非小细胞肺癌心肾不交型失眠患者临床疗效观察. 世界最新医学信息文摘, 2023, 23 (15): 71-75
- [11] 刘长召, 王玲, 卢新林, 等. 自发性高血压大鼠发病机制及与血管内皮生长因子和成纤维细胞生长因子关系的实验研究 [J]. 2020, (15).
- [12] 崔秀卿, 王志刚, 王素玉, 等. 耳穴贴压联合涌泉穴按摩对老年原发性高血压患者血压变异性的影响 [J]. 2020, (7).

版权声明: ©2023 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS