

## 中医情志护理联合八段锦对颈性眩晕的护理效果分析

莫春丹

柳州市人民医院 广西柳州

**【摘要】目的** 进行颈性眩晕患者中行中医情志护理联合八段锦的效果探究。**方法** 本次选取主要为颈性眩晕患者71例，试验起始于2022年1月内，终止于2022年12月内，试验以双盲法进行分组，对照组37例行常规护理，观察组34例行中医情志护理联合八段锦。对比结果。**结果** 两组相比，观察组面色淡白、心悸少寐、头晕目眩等症状积分均低于对照组( $P<0.05$ )；观察组生理功能、生理职能、躯体疼痛、精力、社会功能、情感职能、精神健康、一般健康状况等各项生活质量评分均高于对照组( $P<0.05$ )。**结论** 于颈性眩晕患者中行中医情志护理联合八段锦，有利于改善临床症状与生活质量，值得在临床推广应用。

**【关键词】** 中医情志护理；八段锦；颈性眩晕

**【收稿日期】** 2023年11月15日 **【出刊日期】** 2023年12月15日 DOI:10.12208/j.jmmm.2023000696

**【基金项目】** 广西壮族自治区中医药管理局“中药竹罐联合督脉灸在寒湿痹阻型类风湿关节炎患者的应用”  
(项目编号: GXZYB20230531)

### Analysis of the nursing effect of traditional Chinese medicine emotional nursing combined with Baduanjin on cervical vertigo

Chundan Mo

Liuzhou People's Hospital Liuzhou, Guangxi

**【Abstract】 Objective** To explore the effect of traditional Chinese medicine emotional nursing combined with Baduanjin on cervical vertigo patients. **Method** 71 patients with cervical vertigo were selected for this study. The trial started in January 2022 and ended in December 2022. The trial was divided into two groups using a double-blind method. The control group received routine care for 37 cases, while the observation group received traditional Chinese medicine emotional care combined with Baduanjin for 34 cases. Compare the results. **Result** Compared with the control group, the observation group had lower scores for symptoms such as pale complexion, palpitations, lack of sleep, dizziness, and dizziness ( $P<0.05$ ); The quality of life scores of physiological function, physiological function, physical pain, energy, social function, emotional function, mental health, and general health status in the observation group were higher than those in the control group ( $P<0.05$ ). **Conclusion** Traditional Chinese medicine emotional nursing combined with Baduanjin is beneficial for improving clinical symptoms and quality of life in patients with cervical vertigo, and is worth promoting and applying in clinical practice.

**【Key words】** Traditional Chinese Medicine Emotional Nursing; Eight section brocade; Cervical vertigo

颈椎病为常见脊髓疾病，主要是颈部的疾病引起椎动脉病变而引起眩晕，大部分患者是由于长期处于低头状态导致。患者会因为疾病出现眩晕，同时可能伴有恶心、呕吐、耳鸣及耳聋等情况，部分患者还会出现头痛<sup>[1]</sup>。随着病程发展还可能出现吞咽困难、视物不清等情况，不仅会严重影响日常生活，还会威胁生命健康<sup>[2]</sup>。在给予患者针对性治疗的同时，还需要配合相应的护理措施，保证护理质量，增强治疗效果，让患者尽早恢复正常生活<sup>[3]</sup>。文中对颈性眩晕患者中行中

医情志护理联合八段锦的价值进行了分析，希望可以为颈性眩晕相关护理研究提供参考，具体如下。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

本次选取主要为颈性眩晕患者71例，试验起始于2022年1月内，终止于2022年12月内，试验以双盲法进行分组，对照组37例，观察组34例。年龄项目：36-76岁内；均龄项目：观察组(59.62±3.44)岁，对照组(59.66±3.47)岁。性别(男/女)项目：观察组

构成为 22/12, 对照组构成为 24/13。同类比后 2 组显示  $P>0.05$ 。试验两项要求: 伦理通过要求、参与自愿要求。入选条件: ①临床检查结果均满足颈性眩晕诊断标准; ②资料齐全; ③神志清晰; ④依从性良好; ⑤理解、沟通能力正常。排除条件: ①中途退出研究者; ②凝血障碍者; ③重要脏器如肝肾等功能障碍; ④占位性病变; ⑤心理疾病、认知障碍; ⑥精神障碍; ⑦资料缺失。

## 1.2 方法

### 1.2.1 对照组行常规护理

①利用口头讲述方式告知相关注意事项, 提醒患者对情绪进行管理。②按照标准指导患者开展康复训练, 注意锻炼幅度不宜过大, 不宜作摇头颈的动作。③颈围保护, 限制颈部过度活动, 并增加颈部的支撑作用; 注意颈部保暖, 冬天外出要围围巾, 夏天要注意避免风扇、空调直接吹向颈部; 避免某一体位持续过久; 适当用枕, 避免高枕、低枕或无枕睡眠的不良习惯。

### 1.2.2 观察组在对照组基础上行中医情志护理联合八段锦

(1) 中医情志护理: ①言语开导, 顺情解郁。主动与患者沟通, 理解患者产生的不良情绪, 对情绪进行安抚, 进行开导, 调和情志; 帮助患者多了解疾病知识, 利用多形式健康教育, 提高颈性眩晕认知程度, 耐心解答问题, 消除疑虑; 了解护理需求予以满足, 帮助解决护理问题, 减轻心理压力; 病案讲解, 并将同时期病情控制较好患者作为榜样, 以激励, 树立战胜疾病的信心。②清静养神。为患者提供抒情、平和书籍, 鼓励多翻看, 做到精神内守; 音乐疗法帮助患者保持清静心态, 叮嘱少思少虑, 排除杂念, 以心平气和。对病房探视人数限制, 保持室内安静、舒适状态, 创造可清静养神的客观条件, 减少外界事物对心神不良刺激。鼓励并指导进行气功练习, 以调摄精神、促进康复。③移情易性, 情志相胜。鼓励培养兴趣爱好, 比如绘画、书法, 适当观看电视节目, 使患者注意力转移, 将思想焦点从疾病转移到其他方面。

(2) 中医八段锦: 共 8 个步骤, ①双手托天理三焦; ②左右开弓; ③调理脾胃需单举; ④五劳七伤往后瞧; ⑤双手攀足固肾腰; ⑥摇头摆尾; ⑦背后七颠百病消; ⑧攒拳怒目增气力。指导患者观看八段锦视频, 讲解动作要领并现场示范, 确保患者掌握动作, 每日锻炼 2 次, 每次 30min, 运动强度以患者耐受为主。

### 1.3 判断标准

(1) 评估两组临床症状积分, 中医症候积分量表,

评估项目包括面色淡白、心悸少寐、头晕目眩, 每项各 1-3 分, 分值与症状严重程度呈正比。(2) 评估两组生活质量, SF-36 生活质量量表, 包括生理功能(最高 100 分)、生理职能(最高 100 分)、躯体疼痛(最高 100 分)、精力(最高 100 分)、社会功能(最高 125 分)、情感职能(最高 100 分)、精神健康(最高 100 分)、一般健康状况(最高 100 分), 分值与患者生活质量水平呈正比。

## 1.4 统计学方法

分析目标为 1.3 中项目, 所用工具为 22.0 最新版本的 SPSS, 分析各类数据期间, 开展的方式与形式: 计数类分别为  $\chi^2$  值、 $[n(\%)]$ , 计量类分别为  $t$  值、 $(\bar{x} \pm s)$ , 统计值  $P<0.05$ , 则有一定意义或价值。

## 2 结果

### 2.1 比对两组临床症状积分

两组相比, 观察组面色淡白、心悸少寐、头晕目眩等临床症状积分均低于对照组 ( $P<0.05$ ), 见表 1。

### 2.2 比对两组生活质量

两组相比, 观察组生理功能、生理职能、躯体疼痛、精力、社会功能、情感职能、精神健康、一般健康状况等各项生活质量评分均高于对照组 ( $P<0.05$ ), 见表 2。

## 3 讨论

从临床实际发展来看, 颈性眩晕患者会因为疾病对日常生活造成不良影响而出现负面情绪, 加之病情影响, 导致生活质量降低。常规护理模式下虽然有利于治疗工作顺利开展, 但是不能充分发挥护理价值, 整体护理效果得不到提升。而中医情志学说认为, 人体情志与五脏六腑密切相关, 情志过于激动或不足会影响脏腑功能, 对人体健康产生不良影响<sup>[4]</sup>。给予患者情志护理, 对人的心理、情感因素进行干预调理, 达到强身健体、防病治病的目的。同时指导患者开展八段锦练习, 能够放松肌肉、加强关节, 增强身体的协调性和平衡能力; 增强身体耐力, 消除身体和精神上的疲劳; 节奏缓慢而平稳, 可以帮助人群放松身心、舒缓压力, 缓解焦虑、抑郁等情绪问题; 促进血液循环, 帮助身体更有效地输送氧气和营养物质, 助于心血管健康, 增强身体免疫力。联合中医情志护理与八段锦, 可提高护理效率, 促进康复<sup>[5]</sup>。

结合文中研究结果, 两组相比, 观察组面色淡白、心悸少寐、头晕目眩等临床症状积分均低于对照组 ( $P<0.05$ ); 观察组生理功能、生理职能、躯体疼痛、精力、社会功能、情感职能、精神健康、一般健康状况等各项生活质量评分均高于对照组 ( $P<0.05$ )。究其原因, 通过言语开导, 顺情解郁, 清静养神, 移情

易性, 情志相胜等情志护理, 达到调和情志、精神内守、心平气和的目的, 避免外界事物对心神不良刺激, 减轻焦虑与抑郁情绪, 促进精神健康, 改善生活质量<sup>[6-7]</sup>。配以八段锦练习, 八段锦中的柔身功和颈部转动动作可以有效地放松颈部肌肉, 缓解颈部僵硬和疼痛; 八段锦的拍肾功和拍背功, 可以通过调整颈椎骨骼的位置和角度, 改善颈部功能; 通过促进全身的血液循环, 增加颈部的血液供应, 减轻临床症状; 揉腹功和推掌功, 可以增强颈部周围肌肉的力量, 从而减轻颈椎的负担, 促进康复; 促进身体的新陈代谢, 加速废物的排出, 缩短治疗时间<sup>[8-9]</sup>。徐芳<sup>[10]</sup>等研究中分析了中医

情志护理、八段锦对颈性眩晕患者的作用, 证实中医情志护理与八段锦的联合使用能够缓解患者眩晕、颈肩部、头痛等临床症状, 有助于改善患者心理状态, 减轻焦虑与抑郁情绪, 改善生活质量状态, 患者对护理方案满意度提高。这与文中研究结果类似, 但是文中研究例数较少, 存在局限性, 需要对颈性眩晕中实施中医情志护理联合八段锦的作用进一步分析, 明确效果。

综上所述, 于颈性眩晕患者中行中医情志护理联合八段锦, 有利于改善临床症状与生活质量, 值得在临床推广应用。

表1 比对两组临床症状积分[ ( $\bar{x}\pm s$ ), (分) ]

组别	例数	面色淡白	心悸少寐	头晕目眩
观察组	34	0.41±0.08	0.56±0.03	0.34±0.13
对照组	37	1.10±0.13	1.04±0.11	1.16±0.30
t		26.649	24.604	14.712
P		0.001	0.001	0.001

表2 比对两组生活质量[ ( $\bar{x}\pm s$ ), (分) ]

组别	生理功能	生理职能	躯体疼痛	一般健康状况	精力	社会功能	情感职能	精神健康
观察组 (n=34)	79.03±3.13	79.91±5.78	86.19±4.79	79.90±2.93	83.94±3.91	89.94±4.91	86.19±4.79	85.86±3.95
对照组 (n=37)	71.30±1.12	68.21±3.27	79.09±2.25	70.03±1.16	76.03±1.17	74.16±1.08	79.09±2.25	74.25±2.31
t	13.402	10.607	8.099	18.947	11.752	19.064	8.099	15.267
P	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001

## 参考文献

- [1] 杜宝坤. 针刺联合中医辨证治疗颈性眩晕的疗效观察[J]. 中国实用医药, 2021, 16 (19): 189-191.
- [2] 吴广, 姜燕华, 杨俊红, 等. 中医药治疗颈性眩晕的 CiteSpace 可视化分析[J]. 中国中医急症, 2023, 32 (8): 1320-1324.
- [3] 廖莉, 范燕玲, 李建群. 温经通络药奄包热敷结合中医辨证施护对颈性眩晕的护理干预效果[J]. 医学理论与实践, 2022, 35 (9): 1572-1574.
- [4] 杜良彬. 颈源性眩晕应用中医针灸治疗的临床效果[J]. 内蒙古中医药, 2022, 41 (8): 142-144.
- [5] 王远德, 张少战, 陈耀平. 中医推拿手法治疗颈性眩晕的疗效分析[J]. 黑龙江中医药, 2022, 51 (5): 123-125.
- [6] 刘婷. 中医体质辨识护理联合情志护理在颈性眩晕患

者中的应用[J]. 光明中医, 2021, 36 (11): 1888-1890.

- [7] 周慧, 程利梅, 何晓玲. 探讨中医综合护理治疗颈性眩晕疗效[J]. 数理医药学杂志, 2020, 33 (8): 1252-1253.
- [8] 董正坤. 针刺醒脑开窍联合中医辨证治疗颈性眩晕临床观察[J]. 光明中医, 2021, 36 (6): 942-944.
- [9] 纪胜翔, 狄媛. 观察针刺联合中医辨证治疗颈性眩晕的临床疗效[J]. 世界复合医学, 2021, 7 (7): 57-59.
- [10] 徐芳, 陈洁, 胡欢, 等. 中医情志护理联合八段锦对颈性眩晕的护理效果分析[J]. 基层医学论坛, 2023, 27 (6): 117-120.

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