

耳穴压豆联合中医情志护理治疗肝郁化火型高血压 合并焦虑患者的临床疗效研究

汪 妍

华中科技大学同济医学院附属同济医院 湖北武汉

【摘要】目的 探析肝郁化火型高血压合并焦虑患者采取耳穴压豆联合中医情志护理治疗的效果。**方法** 此次研究对象为肝郁化火型高血压合并焦虑患者，共计 84 例，抽取时间为 2022 年 1 月-2023 年 1 月。按照随机数字表法将上述患者分为参考组及实验组，每组 42 例。其前者采取常规西医治疗及护理，后组在上述基础上采取耳穴压豆联合中医情志护理治疗。对比两组干预效果。**结果** 实验组血压指标低于参考组 ($P<0.05$)。实验组 SDS、SAS 量表评分低于参考组 ($P<0.05$)。**结论** 肝郁化火型高血压合并焦虑患者采取耳穴压豆联合中医情志护理治疗效果显著，可有效控制患者血压，缓解其负面情绪，此种方法值得推广。

【关键词】 肝郁化火型高血压；焦虑；耳穴压豆；中医情志护理；血压指标；SDS、SAS 评分

【收稿日期】 2025 年 4 月 12 日

【出刊日期】 2025 年 5 月 15 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20250217

Clinical efficacy of ear acupressure combined with traditional Chinese medicine emotional nursing in the treatment of liver depression and fire type hypertension with anxiety in patients

Yan Wang

Tongji Hospital Affiliated to Tongji Medical College, Huazhong University of Science and Technology, Wuhan, Hubei

【Abstract】 Objective To explore the effect of ear acupressure combined with traditional Chinese medicine emotional nursing on patients with liver depression and fire type hypertension and anxiety. **Methods** The subjects of this study were 84 patients with liver depression and fire type hypertension complicated with anxiety, selected from January 2022 to January 2023. According to the random number table method, the above patients were divided into a reference group and an experimental group, with 42 cases in each group. The former group received conventional Western medicine treatment and care, while the latter group received ear acupressure combined with traditional Chinese medicine emotional care treatment on the basis of the above. Compare the effects of two intervention groups. **Results** The blood pressure indicators in the experimental group were lower than those in the reference group ($P<0.05$). The SDS and SAS scores of the experimental group were lower than those of the reference group ($P<0.05$). **Conclusion** Ear acupressure combined with traditional Chinese medicine emotional nursing has a significant therapeutic effect on patients with liver depression and fire type hypertension and anxiety. It can effectively control patients' blood pressure and alleviate their negative emotions. This method is worth promoting.

【Keywords】 Liver stagnation and fire type hypertension; Anxiety; Ear acupressure; Traditional Chinese Medicine Emotional Nursing; Blood pressure indicators; SDS and SAS scores

高血压是最重要的心血管疾病风险因子，其所致靶器官损害是其致死的重要原因。焦虑症是高血压病的常见并发症，影响生活质量。研究表明，高血压患者 38.5% 出现焦虑状态，两者情绪之间相互影响和因果关系^[1]。西医注重病本身，中医学重视整体观念，关注身心调节。肝郁化火型高血压合并焦虑在中医属于情志

内伤导致的脏腑功能失调。治疗时，中医倡导调和阴阳、疏肝解郁的治疗原则。耳穴压豆作为中医特色疗法，通过刺激耳部穴位，调节脏腑功能，平衡阴阳，达到治疗疾病的目的。中医情志护理通过心理疏导和情志调节，帮助患者缓解焦虑情绪，提高治疗效果。为此，本文探析肝郁化火型高血压合并焦虑患者采取耳穴压

豆联合中医情志护理治疗的效果, 结果详见下文。

1 资料与方法

1.1 基础资料

此次研究对象为肝郁化火型高血压合并焦虑患者, 共计 84 例, 抽取时间为 2022 年 1 月-2023 年 1 月。按照随机数字表法将上述患者分为参考组及实验组, 每组 42 例。参考组中男、女分别为 23 例、19 例, 年龄 43-82 岁, 均值范围(65.32±2.14)岁。实验组男、女分别为 26 例、16 例, 年龄 41-83 岁, 均值范围(65.56±2.41)岁。两组资料对比差异小($P>0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 参考组

按照医嘱给予患者常规药物治疗, 同时给予常规护理, 包括饮食护理、药物护理及心理疏导等。

1.2.2 实验组

本组在上述基础上采取耳穴压豆联合中医情志护理干预, 方法详见下文:

(1) 耳穴压豆: 对患者耳部区域实施消毒与清洁步骤, 选取肝穴、降压沟以及心交感穴作为治疗点。采用王不留行籽耳穴贴敷于上述选定穴位, 贴敷完毕后, 使用手指适度按压耳部贴有籽贴的区域, 力度以产生酸、胀、麻、热等感觉为佳。此按压操作需每日重复 3 次, 每次针对每个穴位按压时间维持在大约 60s。治疗采取双耳交替方式, 一天一侧, 左右交替, 并在此过程中详细告知相关注意事项。

(2) 中医情志护理: 在实施中医情志护理过程中, 针对患者的心理状态, 综合运用释疑解惑、顺情解郁及移情易性等多种方法, 旨在促进患者心理和谐, 振奋精神。具体措施如下:

①采用释疑解惑策略, 主要通过图谱教育、视频播放、专题讲座及发放健康知识手册等多种形式, 系统解答患者心中的疑惑, 有效消除其困惑情绪。信息呈现方式多样, 确保患者能够充分理解并接受。②运用顺情解郁法, 以真诚热情的态度耐心倾听患者的诉说, 鼓励其分享治疗前后的症状变化, 包括治疗前的不适感受及治疗后的改善情况。增强患者对自身病情的认识, 促进

群体间的相互支持与鼓励, 共同提升战胜疾病的信心与决心。③实施移情易性法, 积极倡导患者培养健康的生活方式, 包括规律性的身体锻炼, 如练习八段锦、太极拳等, 以及发展个人业余爱好。同时, 引导患者制定并坚持合理的日常计划, 通过持续的努力, 逐步改善心理状态, 实现身心的和谐统一。整个治疗周期设定为每 14d 一个疗程, 共计 2 个疗程。

1.3 观察指标

1.3.1 血压指标

对两组患者干预后血压指标情况予以观察对比, 血压指标包含舒张压、收缩压。

1.3.2 负面情绪评分

对两组患者焦虑、抑郁情况采取 SDS、SAS 量表进行评价, 上述量表分数越高, 则焦虑、抑郁情况越严重。

1.4 统计学方法

研究期间收集的数据均借助 SPSS 23.0 统计软件进行严谨分析。计量资料采用($\bar{x}\pm s$)形式表述, 并通过 t 检验进行统计分析。统计结果中, 若 P 值小于 0.05, 则表明对比对象间存在统计学上的显著性差异。

2 结果

2.1 血压指标对比分析

表 1 显示, 血压指标实验组血压指标低于参考组($P<0.05$)。

2.2 SDS、SAS 量表评分对比分析

表 2 显示, 实验组 SDS、SAS 量表评分低于参考组($P<0.05$)。

3 讨论

目前, 关于高血压合并焦虑的具体发病机制尚未达成共识。相关研究显示, 相较于未意识到自己患有高血压的个体, 已知自身罹患高血压的人群面临更高的焦虑与抑郁风险^[2]。高血压不仅可能加剧已存在的焦虑症状, 还可能诱发新的焦虑情绪。许多高血压患者因过度关注自身血压情况及疾病预后, 往往产生焦虑、担忧及恐惧等负面情绪, 这些情绪的长期累积易促使焦虑乃至抑郁的发生。

表 1 血压指标对比分析 ($\bar{x}\pm s$)

组别	例数	舒张压 (mmHg)	收缩压 (mmHg)
实验组	42	113.23±5.43	70.56±4.32
参考组	42	125.43±6.54	78.54±5.42
t	-	9.301	7.461
P	-	0.001	0.001

表2 SDS、SAS 量表评分对比分析 ($\bar{x} \pm s$) (分)

组别	例数	SDS	SAS
实验组	42	33.45±2.35	35.67±3.21
参考组	42	45.43±2.67	48.75±2.67
<i>t</i>	-	21.827	20.302
<i>P</i>	-	0.001	0.001

另一方面, 焦虑情绪也被视为高血压的一个潜在诱因, 其背后机制可能与神经内分泌系统的异常活动紧密相关^[3]。长期处于焦虑状态, 个体体内神经递质过度激活并提升其活性, 进而引发交感神经系统的兴奋, 这不仅加速了高血压的发生与发展, 还可能削弱患者对降压治疗的依从性, 从而增加了疾病治疗的复杂性。中医学理论认为, 人体耳部与大脑皮质及各脏腑之间存在着密切的相关性, 得益于其丰富的淋巴、神经及血管分布, 当体内组织或器官发生异常时, 能够通过耳部的特定穴位得以反映^[4]。正因如此, 耳部在保健与治疗疾病方面展现出了独特的优势。耳穴压豆疗法作为中医的一种有效物理疗法, 在调节内分泌系统平衡以及脏腑阴阳平衡方面展现出显著的疗效。

本研究选取特定耳穴进行治疗, 其中降压沟穴能够平肝息风、舒经活络、祛风止痛, 兼具降压与镇定效果; 肝穴则具有清热解毒、养血平肝、疏郁缓急之功, 同样具有降压及调节情志的作用。此二穴作为主穴, 协同作用, 旨在平肝潜阳止眩、养肝疏肝解郁^[5]。此外, 心穴可养心安神, 对于治疗神志障碍性疾病尤为有效; 交感穴则能滋阴清热、益心安神, 作为配穴, 与心穴共同发挥滋阴清热、养心安神的功效^[6]。整体来看, 该治疗方案旨在调和肝阳、清热滋阴以降火、疏肝解郁以畅情志^[7]。中医学认为, 情志障碍多由七情过度伤及五脏所致, 尤其是心和肝两大脏腑。心为精神之所舍, 主宰五脏六腑; 肝则主疏泄, 负责调畅情志。因此, 在治疗焦虑等情志障碍性疾病时, 除了药物治疗外, 情志疏导同样重要。中医情志护理遵循中医整体观, 医护人员以诚恳热情的态度, 通过言语关怀、安慰患者, 为其排忧解难, 增强信心, 实现辨证施护^[8]。此次研究结果显示, 实验组血压指标低于参考组 ($P < 0.05$)。实验组 SDS、SAS 量表评分低于参考组 ($P < 0.05$)。由此可见, 耳穴压豆联合中医情志护理治疗效果显著。

综上所述, 肝郁化火型高血压合并焦虑患者采取

耳穴压豆联合中医情志护理治疗效果显著, 可有效控制患者血压, 缓解其负面情绪, 此种方法值得推广。

参考文献

- [1] 唐婕好, 谭军, 赵晔, 等. 耳穴压豆联合中医情志护理治疗高血压合并焦虑(肝郁化火型)的疗效观察 [J]. 中医药导报, 2023, 29 (05): 112-115+123.
- [2] 唐晓玲. 对肝火亢盛型高血压患者进行中医护理的效果分析 [J]. 当代医药论丛, 2018, 16 (18): 252-253.
- [3] 何燕, 刘琼林, 周萍, 等. 耳穴压豆联合中医情志护理对心血管介入术后患者心理状态及睡眠质量的影响 [J]. 深圳中西医结合杂志, 2024, 34 (13): 119-122.
- [4] 刘君会. 耳穴压豆联合中医情志护理对脑梗死后抑郁患者负性情绪及神经功能的影响 [J]. 中华养生保健, 2024, 42 (03): 32-34+38.
- [5] 陈茜琴. 耳穴压豆联合中医情志护理应用于肝癌 TACE 术后失眠患者的效果分析 [J]. 中外医疗, 2023, 42 (29): 162-165.
- [6] 刘兰. 中医情志护理联合耳穴压豆干预对冠心病不稳定型心绞痛患者的改善效果 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2023, 11 (16): 87-90.
- [7] 柏林燕, 程惠舒, 杨静雯. 耳穴压豆联合情志护理干预失眠临床护理研究 [J]. 基层医学论坛, 2024, 28 (26): 142-145.

版权声明: ©2025 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。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS