

# 中医护理适宜技术在老年慢病管理中的效果评价

罗海燕 杨艳华

(普洱市人民医院 云南普洱 665000)

**【摘要】**目的 研究中医护理适宜技术在老年慢病管理中的效果。方法 选择2023年1月至2024年12月本院接诊老年慢病患者240例进行研究,随机分为对照组(常规慢病管理)和观察组(中医护理适宜技术),各120例,比较护理管理效果。结果 在慢性病治愈率、情绪状态改善情况、慢病管理满意度方面,观察组均好于对照组, $P<0.05$ 。结论 建议在开展老年慢病管理时应用中医护理适宜技术,以此可以有效改善患者的疾病症状,促使其机体不适及心理负担得到减轻,患者可以获得较为理想的治疗效果,不良情绪改善明显,且患者对慢病管理较为认可,可以做好配合,临床应用价值显著。

**【关键词】**中医护理适宜技术;老年;慢病管理;临床效果

Evaluation of the effect of appropriate techniques of TCM nursing in the management of chronic diseases in the elderly

Luo Haiyan Yang Yanhua

(Puer People's Hospital, Yunnan Puer 665000)

**[Abstract]** Objective To study the effectiveness of appropriate TCM nursing techniques in elderly chronic disease management. Methods A total of 240 elderly patients with chronic diseases who were admitted to our hospital from January 2023 to December 2024 were selected for the study, randomly divided into a control group (conventional chronic disease management) and an observation group (appropriate TCM nursing techniques), with 120 cases in each group, to compare the effectiveness of nursing management. Results In terms of chronic disease cure rate, improvement in emotional state, and satisfaction with chronic disease management, the observation group performed better than the control group,  $P<0.05$ . Conclusion It is recommended to apply appropriate TCM nursing techniques in elderly chronic disease management, as this can effectively improve patients' symptoms, alleviate physical discomfort and psychological burden, achieve more ideal treatment outcomes, significantly improve negative emotions, and enhance patient recognition and cooperation with chronic disease management, demonstrating significant clinical application value.

**[Key words]** appropriate techniques of TCM nursing; elderly; chronic disease management; clinical effect

当前,随着社会的发展,经济水平的提升,人们的生活方式也出现了较多的改变,而对于老年群体来说,其出现慢性病的风险不断增加,所以要做好老年患者的慢病管理,更好地对其身心健康加以保障,促使其生活质量得到显著提升<sup>[1]</sup>。为此,可尝试引入中医护理适宜技术,这是中医药技术的一种,其核心优势在于具有“简、便、效、廉”的特点,结合中医整体观念和辨证施护原则,可以有效改善老年患者的疾病症状并提升其生活质量。同时,其安全性较高,干预效果理想,患者不必花费较多的治疗费用,且操作手法简单,便于实施。此外,其涵盖范围相对广泛,有着较为悠久的历史,可以起到扶正祛邪的效果,故建议将其应用于慢病管理,以此可以更好地改善患者的疾病症状,使其获得理想且全面的康复护理,帮助患者的身体功能逐渐恢复正常<sup>[2]</sup>。为此,本文重点探究中医护理适宜技术在老年慢病管理中的效果,具体如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选择2023年1月至2024年12月本院接诊老年慢病患者240例进行研究,随机分为对照组和观察组,各120例。对照组:男女人数65:55,年龄57-84( $64.2 \pm 2.7$ )岁。观察组:男女人数66:54,年龄58-83( $64.4 \pm 2.3$ )岁。两组一般资料无显著差异, $P>0.05$ 。

### 1.2 方法

对照组:采用常规慢病管理,主要包括:(1)护理人员要留意患者的各项生命体征,做好观察,若有特殊情况发生需及时通知医生进行处置。遵照医嘱科学开展护理操作并指导患者用药,对患者用药后的情况进行观察。对于床旁交接班制度,要求护理人员严格执行,规范各项护理操作,做好工作交接<sup>[3]</sup>。(2)做好患者的口腔护理、压疮预防护理、管道护理、安全护理等,确保患者获得良好的护理体验感,保障患者的机体舒适度,提示其选择适宜的功能体位。(3)基于患者的疾病状况,护理人员要做好针对性的健康教育,帮助提升患者的认知水平,引导其形成健康的生活习惯,并注意加强专科护理,做好各项风险评估。(4)针对患者的护理

需要,护理人员要尽量予以满足,保障患者的基本生活需要,保证患者机体的干净整洁<sup>[4]</sup>。护理人员要为患者提供必要的帮助,协助其正确使用便器,或顺利穿脱衣物。另外在患者进食或饮水时,护理人员也需要提供适当的帮助。

观察组:采用中医护理适宜技术,具体如下:

(1)耳穴贴压(治疗失眠):取穴神门、心、垂前穴,消毒耳廓后,于穴位处以王不留行籽进行贴压,每次选择一耳,两耳交替选择。按压频率:1次/d,5min/次,按压力度应慢慢增加,以耳廓位置出现微微酸胀、热痛为宜<sup>[5]</sup>。护理人员可对患者进行指导,令其于早晚进行自主按压,2次/d。要确保耳部皮肤保持干燥的状态,以免其出现胶布过敏,1个疗程为5d,持续治疗2个疗程。

(2)中药离子导入治疗(治疗腰背痛、颈肩痛、四肢关节疼痛):对理疗电极片进行使用,将其在患者疼痛严重位置放好,利用中频治疗仪开展治疗,1次/d,20min/次,1个疗程为7d。

(3)中药塌渍治疗(治疗颈椎病、肩周炎、类风湿性关节炎):这是传统中医疗法的一种,在进行操作时,将中药煎煮或浸泡后的药液或药渣敷于患者患处,借助药物渗透和温热作用,可以达到活血化瘀、消炎止痛、舒筋通络等效果<sup>[6]</sup>,临床常用于治疗局部疼痛、肿胀及软组织损伤患者。

(4)穴位贴敷(治疗便秘):选穴神阙穴,患者体位选择仰卧位,暴露脐部,但同时要做好保暖工作。清洁操作区域,以0.9%氯化钠溶液进行清洁,随后开展中药贴敷。药方:芒硝、生大黄、冰片、枳实各10g。在贴片上均匀铺好,随后进行轻按,方向为顺时针,要注意控制好力度<sup>[7]</sup>。通常贴敷4h/次,基于患者症状的改善程度可适当增加贴敷次数。

(5)中药封包治疗(治疗骨关节炎、腹痛、背寒等):

这是一种结合中药外敷与温热疗法的传统中医外治法,在进行操作时,将特定的中药材制成药包,加热后敷于患者患处,利用温热效应和药物渗透作用,可以达到活血化瘀、消肿止痛、祛风散寒、舒筋活络等效果,临床常用于缓解肌肉关节疼痛、腹痛、痛经、背寒、炎症及寒湿病症。

### 1.3 观察指标

①慢性病治愈情况:依据《中医病证诊断疗效标准》进行评估,治愈:症状完全转好;好转:症状显著改善;未愈:症状未有转好。对治愈及好转人数占比之和进行统计。②情绪状态:以焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)进行评估,得分越低,则情绪状态越佳。③慢病管理满意度:以本院自制量表进行评估,涉及3个方面,护理接受度计0-35分,症状缓解度计0-40分,护患交流计0-25分,总计100分,量表正向计分。

### 1.4 统计学方法

应用SPSS 26.0统计分析数据,计数数据、计量数据记为[n(%)]、( $\bar{x} \pm s$ ),行 $\chi^2$ 检验、t检验,P<0.05为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组慢性病治愈率比较

见表1。

### 2.2 两组情绪状态比较

见表2。

### 2.3 两组慢病管理满意度比较

见表3。

表1 两组慢性病治愈率比较[n(%)]

| 组别       | 例数  | 失眠         | 腰背痛/颈肩痛/四肢关节疼痛 | 颈椎病/肩周炎/类风湿性关节炎 | 便秘          | 骨关节炎/腹痛/背寒 |
|----------|-----|------------|----------------|-----------------|-------------|------------|
| 对照组      | 120 | 67 (55.83) | 69 (57.50)     | 75 (62.50)      | 71 (59.17)  | 61 (50.83) |
| 观察组      | 120 | 98 (81.67) | 107 (89.17)    | 119 (99.17)     | 108 (90.00) | 88 (73.33) |
| $\chi^2$ |     | 22.41      | 42.14          | 81.64           | 48.92       | 15.92      |
| P        |     | <0.05      | <0.05          | <0.05           | <0.05       | <0.05      |

表2 两组情绪状态比较( $\bar{x} \pm s$ ,分)

| 组别  | 例数  | SAS 评分       |              | SDS 评分       |              |
|-----|-----|--------------|--------------|--------------|--------------|
|     |     | 护理前          | 护理后          | 护理前          | 护理后          |
| 对照组 | 120 | 16.52 ± 2.41 | 10.23 ± 1.35 | 14.81 ± 1.36 | 10.35 ± 1.54 |
| 观察组 | 120 | 16.42 ± 2.32 | 7.56 ± 1.07  | 15.03 ± 1.62 | 7.61 ± 1.45  |
| t   |     | 0.05         | 4.23         | 0.26         | 4.01         |
| P   |     | >0.05        | <0.05        | >0.05        | <0.05        |

表3 两组慢病管理满意度比较( $\bar{x} \pm s$ ,分)

| 组别  | 例数  | 护理接受度        | 症状缓解度        | 护患交流         | 满意度          |
|-----|-----|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 对照组 | 120 | 28.45 ± 3.02 | 32.15 ± 2.83 | 20.45 ± 2.76 | 80.93 ± 7.21 |
| 观察组 | 120 | 31.07 ± 2.15 | 36.54 ± 2.84 | 23.72 ± 1.75 | 91.36 ± 5.63 |
| t   |     | 4.34         | 4.65         | 4.02         | 10.87        |
| P   |     | <0.05        | <0.05        | <0.05        | <0.05        |

### 3 讨论

随着年龄的增长,慢性疾病的发生风险会不断提高,越来越多的老年人都或多或少存在有一些慢性疾病,所以要重视对于老年患者的慢病管理<sup>[8]</sup>。老年患者具有体弱的特点,且合并较多基础疾病,同时患病时间较长,所以出现负面情绪的风险较高,还容易出现失眠、眩晕、咳嗽等并发症<sup>[9]</sup>。相关研究提示,采取中医护理适宜技术,如耳穴贴压、穴位贴敷等,可以为老年患者提供有效的帮助,促使其失眠、腰背痛等常见健康问题得到明显改善,实际干预效果较为理想。

结果显示,在慢性病治愈率、情绪状态改善情况、慢病管理满意度方面,观察组均好于对照组,  $P<0.05$ 。对研究结果进行分析,在中医理论中,失眠被归入“不寐”的范畴,由于脏腑功能发生失调,气血出现失和的情况,以致疾病发生,患者会有心神不安等症状出现。通常临床多选择药物治疗,并辅以常规护理,不过患者用药后容易出现不同程度的不良反应,如疲乏、头晕等,还可能会面临嗜睡的问题,对患者的负面影响较为显著。耳穴贴压可以对所选穴位产生刺激,以此帮助对经络进行疏通,对脏腑进行调理,并能发挥调理气血的效果,也有助于宁心安神,促使患者的睡眠质量得到改善。腰背痛、颈肩痛在中医理论中被归入“痹症”的范畴,往往是因为气血出现痹阻,脉络不通畅导致局部出现酸麻胀痛,并且会限制患者的机体活动。一般临床多选择借助非甾体抗炎药物对这类患者进行治疗,不过患者用药后容易产生胃肠不适,治疗局限性明显。对此,可选择使用中药离子导入治疗,其能帮助活血祛风,还有助于化湿止痛,以

此能帮助改善患者的各项症状,促使患者的机体不适得到减轻<sup>[10]</sup>。在中医理论中,肩周炎属于“肩痹”的范畴,疾病的发生是因为患者机体的气血出现凝滞,阳气不布,脉络阻塞以致肩部产生疼痛感,肩关节功能也会受到一定程度的限制。臂丛麻醉下手法松解术是临床使用概率较高的一种治疗方法,手术完成后对患者开展常规护理,引导患者开展康复锻炼,借此帮助患者逐渐恢复正常的肩关节功能<sup>[11]</sup>。不过,在开展康复锻炼的过程中,患者的机体疼痛感较为显著,而这容易影响患者的依从性,以致其不能配合康复锻炼的开展,实际的恢复效果不够理想。通过开展中药塌渍治疗,可以起到活血化瘀的效果,有助于消炎止痛,可以起到舒筋通络的效果,患者的机体疼痛可以得到缓解,肩关节功能也能慢慢改善。而在胃肠道疾病中,便秘是较为多见的一种症状,老年患者的发生风险相对较高,对其起病机制进行分析,是因为大肠传导失司,并且肺、脾等脏腑的功能发生失调,以致疾病产生。对此可选择穴位贴敷,于患者脐部位置对药物进行外敷,以此可帮助疏通经络,改善机体血液循环,同时能促使腹胀等问题得到缓解<sup>[12]</sup>。骨关节炎的起病机制为肌肤筋脉出现失养,气血发生阻滞,以致关节出现疼痛、肿胀,关节活动也会受到限制。可通过中药封包治疗来帮助舒筋活络,并且也有助于活血,还可消肿止痛,能实现祛风散寒的效果。

综上所述,建议在开展老年慢病管理时应用中医护理适宜技术,以此可以有效改善患者的疾病症状,促使其机体不适及心理负担得到减轻,患者可以获得较为理想的治疗效果,不良情绪改善明显,且患者对慢病管理较为认可,可以做好配合,临床应用价值显著。

### 参考文献:

- [1]陈皎.中医护理适宜技术的安全隐患分析与管理对策探讨[J].中医药管理杂志, 2024, 32 (23): 178-180.
- [2]诸葛飞艳.中医护理适宜技术操作中的安全隐患与管理对策[J].中医药管理杂志, 2024, 32 (16): 233-235.
- [3]蒋盛芳.中医护理适宜技术在慢性疾病管理中的应用效果[J].中医药管理杂志, 2022, 30 (03): 110-111.
- [4]林华霞.中医适宜技术应用中存在的问题与管理对策[J].中医药管理杂志, 2023, 31 (24): 204-206.
- [5]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.
- [6]曹慧敏.中医护理适宜技术在专科医院老年科患者中的实践效果[J].中医药管理杂志, 2021, 29 (23): 230-231.
- [7]李红莉, 杨雅, 万菁, 等.中医护理适宜技术在慢病管理中的应用研究[J].现代医药卫生, 2021, 37 (05): 739-743.
- [8]姜颖, 杜宏, 王祖麟.烟台市三级综合医院中医护理适宜技术开展现状调查[J].中医药管理杂志, 2023, 31 (13): 36-41.
- [9]徐静, 胡蝶.基层医院中医适宜技术开展现状分析与推广管理实践[J].中医药管理杂志, 2023, 31 (09): 245-247.
- [10]周晓芬, 陈娟, 钟蓉, 等.中医适宜技术推广方案对老年病科护理服务质量的影响[J].中医药管理杂志, 2023, 31 (08): 136-138.
- [11]王月英, 葛芳.中医护理适宜技术的安全隐患分析及对策探讨[J].中国农村卫生, 2023, 15 (04): 47-49, 52.
- [12]陈丽娜, 孟丁林, 吕佳妮.慢病患者情绪状态管理与中医护理需求的相关性分析[J].中医药管理杂志, 2023, 31 (06): 70-72.