

中药穴位贴敷对血液透析患者失眠、负性情绪和生活质量的影响

于艳英, 李文娟, 范大丽

南阳南石医院, 河南 南阳 473000

[摘要] 目的: 观察中药穴位贴敷对血液透析患者失眠、负性情绪和生活质量的影响。方法: 选取在本院行血液透析的终末期肾病(ESRD)患者150例,按照随机数字表法分为对照组和观察组各75例。对照组给予足底按摩治疗,观察组给予中药穴位贴敷治疗。2组均以15天为1个疗程,治疗2个疗程。采用匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)评价患者的睡眠质量,采用抑郁自评量表(SDS)、焦虑自评量表(SAS)评价患者的负性情绪,采用健康调查简表(SF-36)评价患者的生活质量,统计失眠发生情况。结果:治疗后,对照组入睡时间、睡眠效率、睡眠障碍、日间功能障碍评分及总分均较治疗前降低($P < 0.05$),观察组PSQI各项评分均较治疗前降低($P < 0.05$),且均低于同期对照组($P < 0.05$)。治疗后,2组SF-36评分均较治疗前升高($P < 0.05$),观察组SAS、SDS评分均较治疗前降低($P < 0.05$);观察组SF-36评分高于对照组($P < 0.05$),SAS、SDS评分均低于对照组($P < 0.05$)。对照组失眠发生率14.67%,观察组失眠发生率4.00%,2组比较,差异有统计学意义($P < 0.05$)。结论:对长期接受血液透析的ESRD患者采用中药穴位贴敷治疗,能明显改善其睡眠质量,调节抑郁、焦虑情绪,提高生活质量,减少失眠症发生。

[关键词] 终末期肾病(ESRD);血液透析;中药穴位贴敷;负性情绪;生活质量;失眠

[中图分类号] R244.9; R692.5 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2019) 05-0281-03

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2019.05.085

Chinese Herbal Acupoint Application Has Effect on Insomnia, Negative Emotions and quality of Life of Patients Undergoing Hemodialysis

YU Yanying, LI Wenjuan, FAN Dali

Abstract: **Objective:** To observe the effect of Chinese herbal acupoint application on insomnia, negative emotions and quality of life of patients undergoing hemodialysis. **Methods:** Selected 150 cases of patients with end-stage renal disease (ESRD) who underwent hemodialysis in our hospital, and divided them into the control group and the observation group randomly, 75 cases in each group. The control group received foot massage, while the observation group received Chinese herbal acupoint application. The treatment for both groups lasted for 2 courses, 15 days as 1 course. Evaluated the quality of sleep of patients via Pittsburgh sleep quality index(PSQI), evaluated negative emotions via self-rating depression scale(SDS) and self-rating anxiety scale(SAS), evaluated the quality of life via 36-item short form health survey (SF-36), and statistically analyzed the occurrence of insomnia. **Results:** After treatment, the total score and scores of time for falling asleep, sleep efficiency, sleep disorder and daytime dysfunction in the control group were all lower than those before treatment($P < 0.05$); each score above in the observation group was lower than that before treatment($P < 0.05$), being lower than that in the control group during the same period ($P < 0.05$). After treatment, the scores of SF-36 in both groups were higher than those before treatment($P < 0.05$), and the scores of SAS and SDS in the observation group were lower than those before treatment ($P < 0.05$); the scores of SF-36 in the observation group were higher than those in the control group($P < 0.05$), and the scores of SAS and SDS were lower than those in the control group($P < 0.05$). The incidence of insomnia was 14.67% in the control group and 4.00% in the observation group, difference being significant($P < 0.05$). **Conclusion:** The application of Chinese herbal acupoint application for patients with ESRD who receive long-term hemodialysis can significantly improve the quality of sleep of patients, adjust such negative emotions as depression and anxiety, promote the quality of life and reduce the occurrence of insomnia.

[收稿日期] 2018-09-12

[作者简介] 于艳英 (1979-), 女, 主管护师, 研究方向: 急诊护理。

Keywords: End-stage renal disease (ESRD); Hemodialysis; Chinese herbal acupoint application; Negative emotion; Quality of life; Insomnia

终末期肾病(End-stage renal disease, ESRD)是指肾脏不可逆,完全丧失滤过和重吸收功能,是各种慢性肾病的终点。近年来,我国 ESRD 发病率逐年增高,已超过了 30/10 万^[1]。治疗 ESRD 最有效的方法是肾脏替代疗法,包括肾移植、血液透析和腹膜透析,其中最常用的是血液透析。随着血液透析技术与仪器的不断进步,患者生存率明显提高,但长期接受血液透析,会受到相关并发症及疾病本身的影响,患者肢体功能降低,易出现抑郁、焦虑等负性情绪和失眠,严重影响患者的心理健康和生生活质量^[2]。目前,西医尚无安全有效治疗抑郁和失眠的方法,镇静催眠类药物不良反应较大,且容易形成依赖,疗效一般。本研究选取在本院行血液透析的 150 例 ESRD 患者,采用中药穴位贴敷治疗,观察对患者失眠、负性情绪和生活质量的影响,结果报道如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 选取 2016 年 7 月—2018 年 4 月在本院行血液透析治疗的 150 例 ESRD 患者,按照随机数字表法分为对照组和观察组各 75 例。对照组男 43 例,女 32 例;年龄 35~74 岁,平均(58.74±12.29)岁;透析时间(3.64±1.55)年;原发病:慢性肾小球肾炎 36 例,糖尿病肾病 16 例,高血压肾病 15 例,其他 8 例。观察组男 40 例,女 35 例;年龄 37~75 岁,平均(58.90±12.61)岁;透析病程(3.43±1.62)年;原发病:慢性肾小球肾炎 39 例,糖尿病肾病 18 例,高血压肾病 13 例,其他 5 例。2 组一般资料比较,差异无统计学意义($P>0.05$),具有可比性。

1.2 诊断标准 符合《中医病证诊断疗效标准》^[3]中 ESRD 的诊断标准:有恶心、呕吐、厌食、贫血等表现;肾小球滤过率 $<15\text{ mL}/(\text{min}\cdot 1.73\text{ m}^2)$ 。

1.3 纳入标准 ①符合诊断标准;②行血液透析治疗 6 个月以上,每次 4 h,每周 3 次;③入选前未发生失眠,未服用镇静类药物;④患者自愿参与本研究,与家属共同签署知情同意书。

1.4 排除标准 ①合并严重心、肝等重要脏器功能不全者;②透析不充分者;③有意识障碍或精神疾病史者;④有药物过敏史者;⑤依从性差,不能配合治疗者。

2 治疗方法

2 组均给予相关基础治疗。

2.1 对照组 给予足底按摩治疗:①40℃热水泡脚 15 min;②对足底的大脑、脑干、小脑、额窦神经丛反射区对应部位进行按摩;③按摩手法为拇指第 1 指间关节顶端对穴位环形揉搓,动作不宜过快,每天 1 次,每次 30 min,15 天为 1 个疗程,治疗 2 个疗程。

2.2 观察组 给予中药穴位贴敷治疗。①穴位敷贴制备:酸枣仁 15 g,珍珠母、丹参、五味子、柴胡各 10 g,生大黄 5 g,研磨成粉,加入凡士林调成糊状,制成 1.5 cm×1.5 cm×0.3 cm 大小的药饼;②穴位选取:神门、安眠、照海、申脉、三阴交;③先将穴位按摩搓热,然后将药饼紧贴于穴位上,再用胶带固定,每天 1 次,每次 6 h,15 天为 1 个疗程,治疗 2 个疗程。

3 观察指标与统计学方法

3.1 观察指标 ①采用匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)评价患者的睡眠质量,分别记录入睡时间、睡眠效率、睡眠时间、睡眠障碍、日间功能障碍评分,每项 0~3 分,总分 15 分,分数越高代表睡眠质量越差。②采用抑郁自评量表(SDS)、焦虑自评量表(SAS)评价患者的负性情绪,SDS 与 SAS 包括精神性-情感症状 2 个项目,躯体性障碍 8 个项目,精神运动性障碍 2 个项目,抑郁性心理障碍 8 个项目,每项 1~4 分,分数越高代表负性情绪越重;采用健康调查简表(SF-36)评价患者的生活质量,8 个维度 36 个问题,包括生理机能、生理职能、健康状况、躯体疼痛、社会功能、情感职能、精力和精神健康,分数越高代表生活质量越高。③统计失眠症的发生情况,有难以入睡(超过 30 min)、入睡后易醒(超过 2 次)、早醒、多梦、睡眠不深等睡眠障碍表现,一周内至少发生 3 次,并持续超过 1 个月,则判断为失眠。

3.2 统计学方法 采用 SPSS20.0 统计学软件进行数据分析。计量资料以($\bar{x}\pm s$)表示,采用 t 检验;计数资料以率(%)表示,采用 χ^2 检验。 $P<0.05$ 表示差异有统计学意义。

4 治疗结果

4.1 2 组治疗前后 PSQI 评分比较 见表 1。治疗后,对照组入睡时间、睡眠效率、睡眠障碍、日间功能障碍评分及总分均较治疗前降低($P<0.05$),观察组 PSQI 各项评分均较治疗前降低,且均低于同期对照组($P<0.05$)。

观察项目	对照组(例数=75)		观察组(例数=75)	
	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
入睡时间	1.35±0.44	1.02±0.38 ^①	1.33±0.41	0.73±0.27 ^{①②}
睡眠效率	1.26±0.43	1.00±0.33 ^①	1.28±0.39	0.66±0.28 ^{①②}
睡眠时间	1.05±0.40	1.01±0.38	1.10±0.41	0.64±0.19 ^{①②}
睡眠障碍	1.08±0.44	0.92±0.34 ^①	1.06±0.46	0.42±0.13 ^{①②}
日间功能障碍	1.14±0.38	0.97±0.31 ^①	1.12±0.36	0.54±0.14 ^{①②}
总分	6.03±1.27	4.52±0.96 ^①	6.10±1.30	2.78±0.55 ^{①②}

与同组治疗前比较,① $P<0.05$;与对照组治疗后比较,② $P<0.05$

4.2 2组治疗前后SAS、SDS及SF-36评分比较 见表2。治疗后,2组SF-36评分均较治疗前升高($P < 0.05$),观察组SAS、SDS评分均较治疗前降低($P < 0.05$);观察组SF-36评分高于对照组($P < 0.05$),SAS、SDS评分低于对照组($P < 0.05$)。

表2 2组治疗前后SAS、SDS及SF-36评分比较($\bar{x} \pm s$)分

观察项目	对照组(例数=75)		观察组(例数=75)	
	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
SAS评分	41.56±7.28	40.04±7.10	41.70±7.45	32.83±5.63 ^{①②}
SDS评分	36.43±6.15	35.97±6.21	36.72±6.23	25.09±4.66 ^{①②}
SF-36评分	42.76±10.39	46.78±11.96 ^①	43.10±10.30	64.50±12.87 ^{①②}

与同组治疗前比较,① $P < 0.05$;与对照组治疗后比较,② $P < 0.05$

4.3 2组失眠症发生情况比较 对照组出现失眠11例,发生率14.67%;观察组出现失眠3例,发生率4.00%。观察组失眠发生率低于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$)。

5 讨论

血液透析治疗ESRD疗效肯定,有研究显示,维持性血液透析患者5年生存率已升至75.0%^[4]。血液透析常见的并发症是睡眠障碍,发生率高达60%^[5]。由于患者失眠,正常生理节律受到影响,容易产生抑郁、焦虑等负面情绪,使其生活质量下降。目前,常用的治疗方法有药物疗法、穴位按摩和有氧运动等。穴位按摩是基于中医穴位理论,通过按压相应穴位,刺激穴位产生内啡肽,发挥镇静安神作用的一种中医外治法。对照组患者应用足底按摩后,入睡时间、睡眠效率、睡眠障碍、日间功能障碍评分及总分均较治疗前降低,说明足底按摩确实能够改善睡眠质量。

中药穴位贴敷是常见的中医外治法之一,相比于中药内服,具有不良反应小、作用时间长等优点^[6]。本次研究对象为实施血液透析的ESRD患者,这类患者肾功能较差,液体摄入量严格受限,使用中药穴位贴敷安全性高,实际作用更大。本次穴位贴敷药物选用酸枣仁、珍珠母、丹参、五味子、柴胡和生大黄,酸枣仁为君药,有滋阴生津、养心安神的功效。丹参凉血安神;生大黄解毒祛浊;珍珠母定惊安神,相互配伍为臣

药。五味子补肾宁心;柴胡疏肝解郁,为使药。全方共奏养心安神、活血解郁之功。神门、安眠、照海、申脉及三阴交均为治疗精神疾病的重要穴位,神门可补养心气,起养心安神的作用;照海与申脉是八脉交会穴,可引导卫气入阴,安眠镇静安神;三阴交为肝、肾、脾三经交汇穴,可调补肝、脾、肾三经气血。将中药贴敷于这些穴位,不仅能使药物通过皮肤发挥作用,还能通过穴位刺激全身经络,调节气血阴阳,发挥养心安神的作用。

本研究表明,治疗后观察组PSQI各项评分、SDS评分、SAS评分均低于对照组($P < 0.05$),SF-36评分高于对照组($P < 0.05$),失眠发生率低于对照组($P < 0.05$),说明中药穴位贴敷比足底按摩能更有效地改善患者的睡眠质量,减轻负面情绪,提高生活质量。

[参考文献]

- [1] 李菊,李建兰,高爱民. 中国终末期肾病患者行维持性血液透析的流行病学现状[J]. 实用临床医药杂志, 2018, 22(21): 160-162.
- [2] 宋丽娟. 探析维持性血液透析患者生活质量及影响因素[J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(7): 169.
- [3] 国家中医药管理局. ZY/T001.1-94 中医病证诊断疗效标准[S]. 北京: 中国医药科技出版社, 2012: 18.
- [4] 白建祥. 老年终末期肾病患者行血液透析和腹膜透析的生存预后及生存率的影响因素分析[J]. 实用医院临床杂志, 2018, 15(3): 44-47.
- [5] 张珀璇,张月君,陆红雨,等. 维持性血液透析患者睡眠障碍、相关因素及对生活质量的影响[J]. 中国中西医结合肾病杂志, 2017, 18(2): 131-133.
- [6] 张晓楠,王晓婷,丁妍,等. 中药穴位敷贴改善维持性血液透析患者睡眠障碍的临床观察[J]. 中国中医药科技, 2015, 22(4): 447-448.

(责任编辑:吴凌,刘迪成)