

· 短篇报道 ·

血压生物反馈疗法治疗高血压病 102 例小结

杜宝琮 陈淑云 徐艳杰

我们从 1992 年开始,应用 Datamini - I 型血压生物反馈仪,治疗了 102 例高血压病患者。

受试者共 204 例,其中男性 100 例,女性 104 例;年龄最大 62 岁,最小 33 岁,平均 46 岁;病程最长 16 年,最短 1 个月;按 1999 年 WHO 新的血压水平与分类^[1],其中 1 级高血压(轻度)136 例,2 级(中度)60 例,3 级(重度)8 例。按均衡的原则,204 例患者配对随机分为观察组与对照组,每组 102 例。2 组病例病程、病情等方面差异无显著性($P > 0.05$)。

观察组接受血压生物反馈仪治疗,治疗期间均停止使用降压药物。治疗时保持环境安静,令患者休息 5 min,将血压传感器套在右手食指上,然后用缓慢音调给予指令:令患者从眉间、下颌、颈部、肩部、上肢、胸部、腰部、下肢到足底依次放松^[2-4]。意念:让患者感受像被雨淋的感觉,水从头部流向足心涌泉穴,反复多次,意守涌泉穴。同时,患者观察荧屏上血压变化,如果血压下降,继续用意念维持下降的血压 20 ~ 30 min。每日 1 次,20 次为 1 个疗程。对照组不予血压生物反馈治疗,也停止使用降压药物。

2 组患者于治疗前、后各测定血压值 1 次,并进行组间对照。按统一的疗效判定标准判定观察组不同血压分类患者的疗效,并比较其疗效的优劣。

疗效判定标准 基本痊愈:疗程结束时血压恢复正常,随访 1 个月,血压无上升;显效:经 1 个疗程治疗后,血压恢复正常,但有波动;有效:经 1 个疗程治疗后,血压下降 10 mmHg 以上,但未恢复到正常;无效:治疗前、后血压无明显变化。

2 组患者分别经 1 个疗程治疗后,其治疗结果显示,采用血压生物反馈仪治疗高血压病的疗效是肯定的(表 1)。

3 类高血压患者的疗效优劣顺序依次为:1 级高血压、2 级高血压、3 级高血压(表 2)。

表 1 2 组患者的血压变化(mmHg, $\bar{x} \pm s$)

组别	n	收缩压变化	舒张压变化
观察组	102	$28 \pm 3^*$	$12 \pm 3^\Delta$
对照组	102	5 ± 3	3 ± 2

注:组间比较用 t 检验, $^* P < 0.01$, $^\Delta P < 0.05$

表 2 观察组患者不同血压分类间的疗效比较(例)

血压水平分类	n	基愈	显效	有效	无效
1 级高血压	68	25	28	13	2
2 级高血压	30	3	11	8	8
3 级高血压	4	...	...	...	4

注:不同血压类别间疗效比较用 Ridit 分析, $P < 0.05$

典型病例 赵某,女性,60 岁,患高血压 6 年,收缩压波动在(160 ~ 180) mmHg,舒张压在(95 ~ 105) mmHg。辅助检查:尿常规正常,心电图正常,眼底动脉轻度变细。诊断:高血压病(2 级),经血压生物反馈仪治疗 20 次后,血压维持在(130 ~ 140)/(85 ~ 90) mmHg,自觉症状消失。随访 1 个月,血压仍维持于此水平,症状基本痊愈。

讨论 高血压病除与遗传、饮食和超体重等因素有关外,精神情绪的持续性紧张也是很重要的原因。血压生物反馈疗法就是针对此病因治疗的^[2,3]。

传统的生理学认为,机体的随意功能是通过大脑皮层和脊髓有意识地控制的;而不随意的功能是由皮层下和植物神经系统自动地、下意识地控制。但目前认为有意识与无意识之间、神经组织的随意与不随意之间,也存在着密切的相应关系,皮层下不随意部分的边缘系统被称为“情绪脑”或“内脏脑”。这一事实本身表明了精神情绪反应与内脏生理活动之间的内在联系。而皮层下与皮层间丰富的神经联系,是对无意识的生理活动进行有意识控制的物质基础^[5]。本研究在血压生物反馈仪的使用中,患者通过观察荧屏上血压的变化,来体验交感神经系统兴奋性下降、外周血管扩张、血压下降时的躯体感觉、情绪状态和思想活动,使患者能有意识地自我调节和控制,在正常情况下不受意识的支配。经过一段时间的训练,不再借助仪器,依靠以前训练中所获得的经验,就可凭主观意念再现这种感觉和体验来维持控制血压的能力,达到降压的目的。另外,高血压病患者目前采用降压药物治疗,因有许多毒、副作用。常导致智力下降、反应迟钝、性功能障碍等。此疗法通过意念活动进行自我控制,自我调节,更有利于维持内稳态的平衡。

从表 2 及统计学分析结果证实,1 级高血压疗效最好,所以我们建议,在患高血压病后应尽早采用血压生物反馈疗法治疗为宜。

综上所述,该疗法操作简单,且无任何副作用,值得临床推广应用。

参 考 文 献

- 1 王吉耀,主编. 内科学. 北京:人民卫生出版社,2002. 233-234.
- 2 陈景藻,主编. 现代物理治疗学. 北京:人民军医出版社,2001. 399-407.
- 3 缪鸿石,主编. 康复医学理论与实践. 上海:上海科学技术出版社,2000. 688-691.
- 4 缪鸿石,编著. 电疗与光疗. 上海:上海科学技术出版社,1990. 147-148.
- 5 姚泰,主编. 生理学. 北京:人民卫生出版社,2001. 435-440.

(收稿日期:2002-04-04)

(本文编辑:熊芝兰)

作者单位:110001 沈阳,中国医科大学第一临床学院理疗康复科(杜宝琮);鞍山市汤岗子理疗医院物理医学科(陈淑云);辽宁省友谊医院康复科(徐艳杰)