

● 医学护理 ●

引用:刘佳,黄静,倪娟,石红梅,贺涛涛,刘晶晶. 疏肝解郁香囊对中风后患者焦虑抑郁情绪的效果观察[J]. 湖南中医杂志,2024,40(2):78-80.

疏肝解郁香囊对中风后患者 焦虑抑郁情绪的效果观察

刘佳¹,黄静²,倪娟³,石红梅²,贺涛涛²,刘晶晶²

(1. 湖南省肿瘤医院,湖南 长沙,410031;

2. 湖南省中医药研究院,湖南 长沙,410013;

3. 湖南中医药高等专科学校,湖南 株洲,412007)

[摘要] 目的:观察疏肝解郁香囊对中风后患者焦虑抑郁情绪的影响。方法:将84例中风后焦虑抑郁患者采用随机数字表法分为观察组和对照组,每组各42例。对照组给予常规护理干预,观察组在对照组的基础上加用疏肝解郁香囊干预。观察干预前,干预第2、4、6周中风后患者的抑郁自评量表(SDS)评分、焦虑自评量表(SAS)评分、匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)评分。结果:干预第2、4、6周,2组SDS、SAS、PSQI评分均有不同程度减少,除干预第2周后与干预前,2组SAS、PSQI评分组内及组间比较差异无统计学意义外,其余指标组内比较及组间比较,差异均有统计学意义($P < 0.05$)。结论:疏肝解郁香囊可以改善中风后患者焦虑抑郁情绪,提高患者睡眠质量。

[关键词] 中风;焦虑;抑郁;睡眠;疏肝解郁;香囊

[中图分类号] R255.2 **[文献标识码]** A **DOI:** 10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2024.02.021

中风属于脑血管疾病范畴,给患者带来了诸多身体问题和心理障碍^[1],焦虑抑郁是中风患者常见的负性情绪之一,近年来发病率为27.5%~62.5%呈上升趋势^[2-3]。中风后的负性情绪严重影响了患者睡眠质量、康复训练及预后,降低了患者参与康复能力的主动性和积极性,给语言、运动等方面的恢复带来困难^[4]。严重者甚至会出现自杀行为。中药香囊作为芳香疗法的一种形式,可弥补传统内服汤药的不足,为缓解焦虑抑郁情绪提供实践意义。在国家大力扶持中医药文化的背景下,基于中医药理论,本研究运用芳香疗法调理情志^[5],将具有疏肝解郁功效的中药制作成香囊对中风后负性情绪患者进行干预,现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 选取2021年1~12月湖南省肿瘤医院脑病科中风后焦虑抑郁患者84例,采用随机数字表法将其分为观察组和对照组,每组各42例。观察组中,男32例,女10例;年龄 ≥ 60 岁33例,45~59岁7例, < 45 岁有2例;病程(120.12 ± 26.32)d;学历为大专及以下37例,本科及以上5例;病灶部位在大脑皮层及皮层下18例,内囊14例,小脑10例。对照组中,男31例,女11例;年龄 ≥ 60 岁30例,45~59岁9例, < 45 岁3例;病程(112.52 ± 20.58)d;学历为大专及以下39例,本科及以上3例;病灶部位在大脑皮层及皮层下出血17例,内囊出血16例,小脑出血9例。2组性别、

基金项目:湖南省卫生健康委一般指导课题(20201667);湖南省中医药管理局一般项目(2021224);湖南省长沙市科技重大专项(Kq1901069)

第一作者:刘佳,女,护师,研究方向:老年病护理

通信作者:黄静,女,主任护师,研究方向:脑病护理,E-mail:422502324@qq.com

年龄、学历等资料比较,差异无统计学意义($P>0.05$),具有可比性。本研究已通过医院伦理委员会审查[(202009)28号]。

1.2 中医诊断标准 1) 中风符合《中医病证诊断疗效标准》^{[6]39} 中有关标准并经影像学检查确诊。主症:一侧肢体偏瘫,感觉障碍,言语不利,口眼歪斜等。次症:头晕,头痛,饮水呛咳,目睛斜视等;起病多有头晕麻木等先兆,起病急,多有各种诱因。2) 郁证符合《中医病证诊断疗效标准》^{[6]33} 中相关标准。主症:精神忧郁善忧愁,或善太息,或喜哭易怒,失眠多梦,纳差等,有忧郁、悲伤、愤怒等情志所伤史。次症:胸胁胀痛,呈刺痛,部位固定。

1.3 纳入标准 1) 符合上述诊断标准;2) 初次患病,病情稳定且病程为15 d至半年,临床神经功能缺损评分标准 ≤ 30 分,无认知功能障碍;3) 能理解量表内容且能够进行正常地沟通与交流;4) 抑郁自评量表(SDS)评分 ≥ 53 分,且 ≤ 72 分^[7];5) 焦虑自评量表(SAS)评分 ≥ 50 分,且 ≤ 69 分^[7];6) 自愿参加本研究,并签署知情同意书。

1.4 排除标准 1) 合并严重心、肝、肾功能障碍;2) 患有失语症、嗅觉障碍等不能配合本研究;3) 有过敏、癫痫或精神病等病史;4) 正在参加其他药物临床研究;5) 近1个月内曾服用抗焦虑、抗抑郁、助眠药物。

2 干预方法

2.1 对照组 采用常规护理干预。1) 起居护理:患者的居所应保持安静,以确保患者保持充足的睡眠;2) 饮食护理:宜多食新鲜蔬菜水果,以确保营养均衡,饮食注意低盐低脂易消化,可食玉米、小米、豆类、薯类、菊花、荞麦、佛手、海带、刀豆、茴香等;3) 情志护理:引导患者通过宣泄法缓解不良情绪,培养多方面兴趣爱好;4) 运动指导:指导患者根据自身情况选择合适的户外运动,如散步、八段锦、易筋经等,以调理全身气机,舒缓情志。

2.2 观察组 在对照组的基础上使用疏肝解郁香囊干预。透气性良好的将10 cm \times 15 cm布袋中青皮3 g、石菖蒲3 g、玫瑰花1.5 g、茉莉花1.5 g、合欢花1.5 g、冰片0.5 g装入。于每天23:00把香囊放于患者枕中,次日7:00收回并于塑料袋密封保存,且标记患者信息,每周更换香囊1次。

2组均持续干预6周。

3 效果观察

3.1 观察指标 分别于干预前,干预第2、4、6周观察以下指标。1) SDS评分。该量表共20个条目,从4个维度分1~4级进行评分。53~62分为轻度抑郁;63~72分为中度抑郁; >72 分为重度抑郁^[7]。2) SAS评分。该量表共20个条目,采用Likert 4级计分法。50~59分为轻度焦虑;60~69分为中度焦虑; >69 分为重度焦虑^[7]。3) 匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)评分。该量表包括自评条目19项和他评条目5项,总分范围为0~21分,分值越高,表示睡眠质量越差^[8]。

3.2 统计学方法 采用SPSS 25.0软件进行统计分析。计量资料以均数 \pm 标准差($\bar{x}\pm s$)表示,组间比较采用独立样本 t 检验,计数资料比较采用 χ^2 检验,同时间点上多次测量采用重复测量方差分析,各量表时间点的组内及组间比较采用单因素方差分析, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

3.3 干预结果

3.3.1 2组平均SDS评分比较 干预第6周,2组采用SDS评分均较干预前、干预第2周、干预第4周降低,且组间比较,差异均有统计学意义($P<0.05$)。(见表1)

表1 2组平均SDS评分比较($\bar{x}\pm s$,分)

组别	例数	干预前	干预第2周	干预第4周	干预第6周
观察组	42	56.80 \pm 2.83	56.52 \pm 2.42	55.52 \pm 2.37	37.19 \pm 8.97 ^{ab}
对照组	42	56.42 \pm 2.88	55.66 \pm 2.34	55.16 \pm 1.96	41.59 \pm 6.92 ^a

注:与本组不同时间节点比较,^a $P<0.05$;与对照组同时时间节点比较,^b $P<0.05$ 。

3.3.2 2组平均SAS评分比较 干预第4、6周,2组平均SAS评分较干预前、干预第2周降低,且组间比较,差异均有统计学意义($P<0.05$)。(见表2)

表2 2组平均SAS评分比较($\bar{x}\pm s$,分)

组别	例数	干预前	干预第2周	干预第4周	干预第6周
观察组	42	55.73 \pm 4.72	53.26 \pm 3.83	44.47 \pm 5.00 ^{ab}	33.30 \pm 5.63 ^{ab}
对照组	42	55.54 \pm 4.69	53.38 \pm 3.26	47.16 \pm 3.87 ^a	42.35 \pm 6.61 ^a

注:与本组不同时间节点比较,^a $P<0.05$;与对照组同时时间节点比较,^b $P<0.05$ 。

3.3.3 2组平均PSQI评分比较 干预第4、6周,2组平均PSQI评分均较干预前、干预第2周降低,且组间比较,差异均有统计学意义($P<0.05$)。(见表3)

表3 2组平均PSQI评分比较($\bar{x}\pm s$,分)

组别	例数	干预前	干预第2周	干预第4周	干预第6周
观察组	42	19.28±0.70	17.95±1.44	15.45±1.04 ^{ab}	9.69±1.15 ^{ab}
对照组	42	19.45±0.96	18.14±1.50	15.95±1.01 ^a	11.30±2.01 ^a

注:与本组不同时间节点比较,^a $P<0.05$;与对照组同时时间节点相比,^b $P<0.05$ 。

4 讨论

芳香疗法由著名的法国化学家 Gattefosse 于 1928 年首次提出^[9],是通过呼吸或皮肤的吸收途径进入体内,达到预防和诊治疾病的一种自然疗法^[10],作为临床的补充和替代疗法,具有简单、经济、实惠和低风险等优点^[11]。有研究表明芳香疗法在改善癌症患者^[12-13]、失眠患者^[14]、女性经期疼痛^[15]的焦虑抑郁情绪方面疗效显著。本研究基于芳香疗法调理情志的原理^[16],将具有疏肝解郁功效的中药制作成香囊调理中风后患者焦虑抑郁情绪。香囊中青皮为君药,归肝胆胃经,可疏肝破气、消痰化滞,领诸药舒畅肝气;石菖蒲为臣药,具有开窍醒神、化湿辟秽之功;茉莉花归脾、胃、肝经,可理气止痛、辟秽开郁,合欢花入肝经,可行气活血、解郁安神,玫瑰花归肝、脾经,具有行气解郁、肝胃气痛、芳香行气,三花共为佐药,其性平和,其气升性柔,生发肝气,柔养肝血而解郁;冰片为使药,辛苦微寒,少量以制约辛温燥性,其气辛窜,打开气之门户,促诸药走气道。全方共奏疏肝解郁、镇静安神、调血养心之效。用于治疗头痛、头晕、多梦、焦虑、心烦、失眠有较好的疗效。而选择夜间进行干预是基于中医学“子午流注”的理论。肝经气血流注的时间对应丑时(凌晨 1:00~3:00),此时人体的阳气逐渐升发、充盛,通过应用疏肝解郁香囊进行干预,能最大程度发挥香囊疏肝理气的功效。本研究结果显示,较采用常规护理的对照组,加用疏肝解郁香囊,干预 4 周可能有效地改善中风后患者的焦虑情绪和睡眠质量,干预 6 周能更有效地缓解中风后患者的抑郁情绪。其原因可能为芳香物质中化学分子能有效促进机体神经递质的释放和调控,从而产生了兴奋或者抑制的双重作用。

本研究结果表明,疏肝解郁香囊能有效缓解中风后焦虑抑郁情绪,提高患者康复训练的积极性,

提高生存质量。但本研究受时间、人员力量,研究地域局限的影响,且样本量较少,存在一定的局限性。今后可多个医疗中心开展临床试验,同时,增加干预的时长和回访次数,以观察其远期效果。

参考文献

- [1] 黄颖,易霞,秦莉花,等. 脑卒中伴心理障碍病人心理护理研究进展[J]. 全科护理,2015,13(18):1702-1704.
- [2] LOH AZ, TAN JS, ZHANG MW, et al. The global prevalence of anxiety and depressive symptoms among caregivers of stroke survivors[J]. J Am Med Dir Assoc, 2017, 18(2): 111-116.
- [3] YUE Y, YOU L, ZHAO F, et al. Common susceptibility variants of KDR and IGF-1R are associated with poststroke depression in the Chinese population[J]. General psychiatry, 2023, 36(1): 36-42.
- [4] DWYER HOLLENDER K. Screening, diagnosis, and treatment of post-stroke depression[J]. J Neurosci Nurs, 2014, 46(3): 135-141.
- [5] 马丽. 芳香湿化环境对卒中后抑郁障碍患者的影[D]. 石家庄:河北医科大学,2017.
- [6] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准[M]. 南京:南京大学出版社,1995.
- [7] 翟秀丽. 两种植物精油对人抑郁情绪缓解的实验研究[D]. 杭州:浙江农林大学,2012.
- [8] 钱源,陈莺,刘艳,等. 芳香疗法联合治疗性按摩对中重度癌痛的影响研究[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 35(4): 48-56.
- [9] 周丹,蒋健,赵文芳. 脑、脑病与郁证的关系[J]. 世界中医药, 2021, 16(8): 1258-1263.
- [10] FREEDENBERG R. Naturopathic/holistic treatment of mild to moderate depression[J]. Nat Med J, 2009, 4(1): 1-6.
- [11] 李彦章,熊梅. 芳香疗法在抑郁治疗中的应用进展[J]. 中国中西医结合杂志, 2016, 36(10): 1275-1277.
- [12] 赵珊,韩叶芬,李砺,等. 芳香疗法对病人疼痛干预作用的研究进展[J]. 护理研究, 2019, 33(21): 3702-3705.
- [13] 张旭莲. 芳香疗法在癌症患者症状管理中的应用进展[J]. 上海医药, 2022, 43(2): 35-38, 46.
- [14] 周爱花,曾秀丽,莫显祥,等. 薰衣草芳香疗法对女性精神分裂症缓解期患者的负性情绪及睡眠质量的影响[J]. 广西医学, 2020, 42(6): 779-781.
- [15] 万真真,孙皎,孙丹,等. 芳香疗法在原发性痛经患者中的应用进展[J]. 护理学杂志, 2020, 35(4): 93-96.
- [16] 张业旖,袁勇贵. 芳香疗法在老年心身疾病中的运用[J]. 实用老年医学, 2020, 34(11): 1114-1118.

(收稿日期:2023-09-14)

[编辑:王红梅]