

· 中医护理 ·

本文引用:杨 瑞,蒋谷芬.八段锦运动联合五行音乐疗法对气郁质银屑病患者护理效果研究[J].湖南中医药大学学报,2018,38(8):952-956.

八段锦运动联合五行音乐疗法对气郁质 银屑病患者护理效果研究

杨 瑞,蒋谷芬*

(湖南中医药大学第二附属医院护理部,湖南 长沙 410005)

[摘要] **目的** 研究八段锦运动联合五行音乐疗法对气郁质银屑病患者护理效果。**方法** 此次研究选取2017年1月~2017年12月本院收治的皮肤科住院病人中86例气郁质银屑病患者作为研究对象,随机将其分为观察组和对照组,每组各43例。对比两组患者的护理满意度、护理前后的银屑病皮损面积和严重程度指数(PASI)评分以及健康调查简表(SF-36)评分。**结果** 观察组的护理满意度显著高于对照组($P<0.01$);两组患者护理前的PASI评分、SF-36评分差异无统计学意义($P>0.05$);护理后2周和出院后5周,两组患者的PASI评分均明显低于护理前,SF-36评分均明显高于护理前($P<0.05$),且观察组PASI评分低于对照组,SF-36评分高于对照组($P<0.05$)。**结论** 八段锦运动联合五行音乐疗法在气郁质银屑病护理中具有较好的临床效果,有利于改善患者的临床症状,可广泛应用于临床护理中。

[关键词] 八段锦运动;五行音乐疗法;气郁质银屑病;护理效果

[中图分类号] R275.9;R248

[文献标志码] B

[文章编号] doi:10.3969/j.issn.1674-070X.2018.08.026

Nursing Effect of Baduanjin Exercise Combined with Five-Element Music Therapy on Patients with Psoriasis of Qi-Stagnation Constitution

YANG Rui, JIANG Gufen*

(Department of Nursing, The Second Affiliated Hospital of Hunan University of Chinese Medicine, Changsha, Hunan 410005, China)

[Abstract] **Objective** To study the nursing effect of Baduanjin exercise combined with five-element music therapy on patients with psoriasis of qi-stagnation constitution. **Methods** A total of 86 patients with psoriasis of qi-stagnation constitution admitted to the Department of Dermatology of our hospital from January to December, 2017 were enrolled as subjects. The patients were randomly and equally divided into observation group and control group. Nursing satisfaction and scores for the Psoriatic Area and Severity Index (PASI) and The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36) before and after nursing were compared between the two groups. **Results** The observation group had significantly greater nursing satisfaction than the control group ($P<0.05$). There were no significant differences in scores for PASI or SF-36 before nursing between the two groups ($P>0.05$). At 2 weeks after nursing and 5 weeks after discharge, both groups had significantly lower PASI scores and significantly higher SF-36 scores ($P<0.05$); the observation group had a significantly lower PASI score and a significantly higher SF-36 score than the control group ($P<0.05$). **Conclusion** Baduanjin exercise combined with five-element music therapy achieves satisfactory clinical outcomes in nursing patients with psoriasis of qi-stagnation constitution. The combination therapy relieves the clinical symptoms of patients, which can be widely used in clinical nursing.

[Keywords] Baduanjin exercise; five-element music therapy; psoriasis of qi-stagnation constitution; nursing effect

[收稿日期] 2018-03-19

[基金项目] 湖南省中医药科研计划项目(201727)。

[作者简介] 杨 瑞,女,本科,护师,研究方向:护理管理。

[通讯作者] * 蒋谷芬,女,教授,主任护师,E-mail:1611382706@qq.com。

银屑病是一种较为常见的慢性皮肤病,病程长和复发率高是其明显特征。银屑病的临床表现主要是红斑、银屑等,常见的发病部位是头皮和四肢,在发病时间方面,冬季是银屑病发病和症状加重的时间段^[1]。银屑病不仅会对患者的皮肤、外观造成影响,还会对患者的心理健康以及身体机能产生不良影响。目前针对银屑病的治疗方法主要有药物治疗(糖皮质激素等)、物理治疗以及中医中药治疗^[2-3]。八段锦运动与五行音乐疗法是我国中医治疗发展中形成的有效的治疗方法。故此次研究选取本院86例气郁质银屑病患者作为研究对象,观察八段锦运动联合五行音乐疗法对气郁质银屑病患者护理效果,现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2017年1月~2017年12月本院收治的皮肤科住院病人中86例气郁质银屑病患者作为研究对象,随机将其分为观察组和对照组,每组各43例。观察组男22例,女21例,年龄30~61岁,平均年龄45.64岁,病程2.35~5.22年,平均病程4.64年。对照组男24例,女19例,年龄19~60岁,平均年龄45.34岁,病程2.38~5.14年,平均病程4.78年。两组患者性别、年龄、病程等一般资料比较差异无统计学意义($P>0.05$),具有可比性。

1.2 病例选择标准

1.2.1 诊断标准 参照《中国银屑病治疗专家共识(2014版)》^[4]中银屑病的诊断标准:银屑病皮损典型表现为境界清楚、形状大小不一的红斑,周围有炎性红晕,稍有浸润增厚,表面覆盖多层银白色鳞屑;鳞屑易于刮脱,刮净后有淡红发亮的半透明薄膜,刮破薄膜可见小出血点;皮损好发于头部、骶部和四肢伸侧面;部分患者自觉不同程度的瘙痒。

1.2.2 气郁质的辨证标准 根据中华中医药学会发布的《中医体质分类与判定》^[5]对患者中医体质分型进行判定。气郁质患者总体特征为气机郁滞、神情抑郁、忧虑脆弱,形体上瘦者居多,心理情绪上表现为性格不稳定、内向敏感,对外界刺激的承受能

力较差。

1.2.3 纳入标准 (1)符合《中国银屑病治疗专家共识(2014版)》^[4]中银屑病的诊断标准;(2)符合《中医体质分类与判定》^[5]中气郁质体质分型;(3)签订知情同意书。

1.2.4 排除标准 (1)患有心脑血管疾病者;(2)多器官功能障碍者;(3)患有精神疾病者。

1.3 治疗方法

1.3.1 对照组 对照组患者予以常规护理干预,从疾病宣教,心理、饮食、皮肤护理,中医药治疗等多个方面对患者进行护理。疾病宣教中向患者讲解气郁质银屑病的相关知识及疾病治疗与护理中的注意事项,可提升患者对疾病的认知,同时针对患者可能出现的抑郁、焦虑情绪,对其进行安慰与鼓励,可以保证患者以良好的心态应对治疗。

1.3.2 观察组 观察组患者在常规护理的基础上实施八段锦运动联合五行音乐疗法的护理方式。在护理前期向患者讲解八段锦运动以及五行音乐疗法的运作原理以及效用,选取具有专业技术水平的护理人员向患者传授八段锦运动的动作要领,同时通过观摩影像资料等让患者熟悉八段锦运动的全套动作;在前期学习告一段落后,组织患者以2周为1个周期开展八段锦运动锻炼,锻炼的强度为2遍/d,每周练习5d,在锻炼中应注意患者锻炼的连续性和适度性,适当休息调整,避免运动过度造成不良影响。在此期间还要同时对患者实施五行音乐疗法,聘请专业的音乐指导人士对护理人员进行音乐培训,使护理人员能够掌握一定程度的音乐专业知识;同时根据中医学中五音与心、肝、脾、肺、肾五脏的对应关系以及患者病症程度的不同,选取分别对应人体心、肝、脾、肺、肾的《汉宫秋月》《渔舟唱晚》《闲居吟》《阳关三叠》和《昭君怨》五种音乐对患者进行音乐治疗,在实施五行音乐疗法的过程中将音乐保持在40~50 dB的范围,保证患者每天收听音乐30 min,要注意避免收听时间过长或分贝过大对患者的耳部和头部造成损伤。以2周为1个周期,每个病人都进行2个周期的护理。

1.4 观察指标

1.4.1 护理满意度 在护理结束后对两组患者进行护理满意度临床调查,根据临床护理的方式、内容、技术、语言规范、宣教水平、心理护理、皮肤护理、饮食护理、音乐疗法、沟通技能等共计 10 个方面进行调查,每一个方面下属 10 个不同的项目类型,采用 10 分制对其进行评价,最终采用计算机软件对其进行数据处理,将护理满意度分为:①非常满意;②一般满意;③不满意 3 个等级,护理总满意度= $(\text{①}+\text{②})/(\text{①}+\text{②}+\text{③})\times 100\%$ 。

1.4.2 PASI 评分 分别于护理前和护理后 2 周、出院后 5 周对患者进行银屑病皮损面积和严重程度指数(psoriasis area and severity index,PASI)评分,该评分量表分为皮损面积和严重程度 2 个部分,皮损面积从头颈、上肢、躯干和下肢 4 个部位进行面积评价,每个部位 7 个等级,得分为 0~6 分;严重程度评分也是从以上 4 个部位进行评分,评分的标准是红斑、浸润以及表皮脱屑程度,每个部位 5 个等级,得分为 0~4 分,最后将 4 个部位的计算评分相加,最高分数为 72 分,评分越高表示银屑病程度越严重。

1.4.3 SF-36 评分 分别于护理前和护理后 2 周、出院后 5 周利用健康调查简表(the MOS item short from health survey, SF-36)对患者的生活质量以及健康状况进行评分,该评分表包含生理职能、躯体功能、社会功能、情感功能、躯体疼痛、精力、心理健康以及总体健康 8 个维度,共 36 个条目,评分越高表示患者的生活质量越高。

1.5 统计学处理

采用 SPSS 19.0 统计学软件进行数据处理,计量资料用“ $\bar{x}\pm s$ ”表示,采用 t 检验;等级资料用构成比表示,采用秩和检验,以 $P<0.05$ 表示差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 2 组患者护理满意度比较

观察组患者的护理满意度为 93.0%,显著高于对照组的 69.8%,差异具有统计学意义($P<0.01$)。见表 1。

表 1 两组气郁质银屑病患者护理满意度比较 (例)

组别	<i>n</i>	非常满意	一般满意	不满意	护理满意度/例(%)
观察组	43	26	14	3	40(93.0)**
对照组	43	14	16	13	30(69.8)
<i>Z</i>					9.983
<i>P</i>					0.007

注:与对照组比较,** $P<0.01$ 。

2.2 2 组患者护理前后 PASI 评分比较

2 组患者在护理前的 PASI 评分差异无统计学意义($P>0.05$);在护理后 2 周以及患者出院后 5 周对 2 组患者再次进行 PASI 评分,比较发现 2 组患者的 PASI 评分较护理前均有所下降,且观察组的下降幅度大于对照组,差异具有统计学意义($P<0.05$)。见表 2。

表 2 两组气郁质银屑病患者护理前后 PASI 评分比较 ($\bar{x}\pm s$,分)

组别	<i>n</i>	护理前	护理后 2 周	出院后 5 周
观察组	43	54.27±6.97	38.46±2.66**	25.67±2.71**
对照组	43	55.26±7.02	45.02±3.19 [#]	37.02±2.19 [#]
<i>t</i>		1.897	4.982	5.832
<i>P</i>		0.168	0.026	0.017

注:与护理前比较,[#] $P<0.05$;与对照组比较,* $P<0.05$ 。

2.3 2 组患者护理前后 SF-36 评分比较

2 组患者在护理前的 SF-36 评分差异无统计学意义($P>0.05$);在护理后 2 周以及患者出院后 5 周对 2 组患者再次进行 SF-36 评分,比较发现 2 组患者的 SF-36 评分较护理前均有所上升,且观察组的上升幅度大于对照组,差异具有统计学意义($P<0.05$)。见表 3。

表 3 两组气郁质银屑病患者护理前后 SF-36 评分比较 ($\bar{x}\pm s$,分)

组别	<i>n</i>	护理前	护理后 2 周	出院后 5 周
观察组	43	60.22±5.24	70.12±5.24**	81.46±2.71**
对照组	43	60.28±5.31	61.87±5.44 [#]	65.02±2.19 [#]
<i>t</i>		1.468	5.224	6.782
<i>P</i>		0.226	0.022	0.009

注:与护理前比较,[#] $P<0.05$;与对照组比较,* $P<0.05$ 。

3 讨论

银屑病是对患者身心健康都会造成长期影响的皮肤疾病,其病因尚未完全明确,目前认为造成银屑病的原因多样而复杂。银屑病主要的致病原因有遗传、感染、内分泌紊乱和免疫功能异常等因素,相关研究显示家族遗传因素在银屑病致病原因中占

30%左右,一般情况下遗传因素与其他影响因素共同作用会造成银屑病的发病^[6]。谭玉惠等^[7]研究显示,在银屑病的致病因素中链球菌感染是重要的因素之一,同时免疫功能障碍、精神压力以及不良生活习惯等因素也会造成银屑病的发病。目前,治疗银屑病的主要方式有维生素、焦油等外用药治疗和抗生素、维A酸类内用药治疗以及物理和中医中药治疗等。中医在疾病治疗中强调根据患者病因、病性以及体质对患者进行分型,并在此基础上实施有针对性的中医治疗^[8]。中医体质学说中将银屑病分为平和质、气郁质、湿热质、气虚质以及阴虚质等9种体质,气郁质银屑病的发病根源在于情志内伤、郁结生火,进而导致皮肤失去养护功能而发病,因此,在对气郁质银屑病进行治疗时要将疏肝解郁、清热祛毒、益气养阴作为治疗目的^[9]。

八段锦运动是一项完整独立的健身运动,其根源可以追溯到北宋时期,动作共由八段组成,因此被称为八段锦^[9-10]。现代八段锦运动有了很大的发展与进步,在动作系统性与功效性上有了更大的进步和提升,通过整套动作的练习能够使患者躯体得到有效伸展及锻炼,并且在八段锦练习中不需要器械辅助,不受场地局限^[11]。气郁质银屑病患者在八段锦运动练习过程中呼吸与动作的相互配合能使患者逐步达到呼吸柔和、心静体松的效果,进而缓解气郁质银屑病患者身体上的疼痛、不适等症状,提高患者的治疗效果和生活质量。

五行音乐疗法是在音乐养生治病以及传统中医阴阳五行理论上发展起来的,它将阴阳五行与传统音乐中的角、徵、宫、商、羽五种音调相结合,对患者的五脏进行调节和养护,促进患者身体机能的恢复,进而达到维护和促进人体健康的目的^[12]。五行音乐中宫音能够起到健脾养胃、调节脾胃气机升降的作用;商音能够起到补益肺气的作用;角调能够对肝胆进行调节,达到疏肝解郁的目的;徵调则能够对人体的气血进行养护,达到安神定志的作用;羽调能够对肾脏与膀胱进行调节,达到补肾壮阳的作用。气郁质银屑病的中医病机在于情志内伤、郁结生火,患者

的情绪和精神状态在很大程度上是患者发病和治疗的关键性因素。针对这一病机采取五行音乐疗法对患者进行治疗,一方面合适的乐曲能够使患者对优美、舒缓的音乐旋律产生兴趣,缓解患者紧张、焦虑等负性情绪;另一方面,五行音乐的收听能够对患者脏腑功能进行适度的调节,促进患者身体机能的优化^[8],进而为银屑病治疗提供良好的基础。银屑病会使患者对自身的皮肤、外貌产生自卑心理,疾病的长期发展还容易使患者产生抑郁、焦虑等不良情绪,通过定期收听专业选取的舒缓音乐,能够缓解患者的不良情绪,使患者对治疗和生活的消极态度得到改善^[13-14]。

本研究中在护理结束后从护理方式、技术等方面对患者的护理满意度进行调查发现,观察组患者的护理满意度显著高于对照组($P<0.01$)。相关研究显示^[15],八段锦运动联合五行音乐疗法能够调节患者的身体功能和心理情绪,使患者在护理干预的过程中能够对治疗产生更大的信心,逐渐提升对护理干预措施的依从性和配合度,也使患者与护理人员的交流沟通更加顺畅。由此可见,八段锦运动联合五行音乐疗法一方面提升了患者对护理工作的满意度,另一方面患者对护理措施的配合度以及信心的提升,能够促进护理干预措施取得更加良好的护理效果。本研究中比较两组患者护理干预前 PASI 评分和 SF-36 评分发现,两组患者的银屑病严重程度以及生活质量评分无明显差异;在护理后 2 周和住院后 5 周,患者 PASI 评分较护理前均有所下降,且观察组的下降幅度大于对照组($P<0.05$);SF-36 评分较护理前均有所上升,且观察组的上升幅度大于对照组($P<0.05$)。说明较常规护理患者而言,采取八段锦运动联合五行音乐疗法进行护理的患者,其银屑病症状和生活质量得到了大幅度的改善,且随着时间的增加,观察组患者在护理效果和改善生活质量方面的优势愈加明显。

八段锦运动联合五行音乐疗法一方面能够使患者的情绪得到转化与缓解,提升对治疗的依从性,使护理干预措施能够产生更加良好的疗效;另一方面,八段锦运动能够使患者的躯体功能得到锻炼,通过

适度的锻炼使身体机能得到提升,进而使患者的体质增强,使疾病的治疗达到更好的效果^[16]。

综上所述,八段锦运动联合五行音乐疗法在气郁质银屑病护理中具有较好的临床效果,有利于提高患者护理满意度,改善银屑病症状,提高患者的生活质量,宜广泛应用于临床护理中。

参考文献:

- [1] 吴美清,刘 军,王艳宏.银屑病病因、发病机理及治疗的研究近况[J].中国实用医药,2017,12(32):193-195.
- [2] 陈 卓,杨 洁,毕廷民,等.银屑病治疗的研究进展[J].中国煤炭工业医学杂志,2017,20(5):612-616.
- [3] 汪海珍,黄 盼,杨志波.当归饮子配方颗粒对血虚风燥型银屑病患者皮肤屏障功能的影响[J].湖南中医药大学学报,2015,35(4):41-43.
- [4] 中华医学会皮肤性病分会银屑病学组.中国银屑病治疗专家共识(2014版)[J].中华皮肤科杂志,2014,47(3):213-215.
- [5] 中华中医药学会.中医体质分类与判定[M].北京:中国中医药出版社,2009.
- [6] MALIK I A, AKHTER S, KAMAL M A. Treatment of psoriasis by using Hijamah: A case report[J]. Saudi Journal of Biological Sciences, 2015, 22(1):117-121.
- [7] 谭玉惠,阚丽君,李丽楠,等.中药药膳联合八段锦改善寻常型银屑病骨质疏松症状的临床观察[J].中国骨质疏松杂志,2017,23(1):107-111.
- [8] 卜秀梅,王 雪,董 博,等.中医五音疗法对肠易激综合征患者的护理效果[J].中国实用护理杂志,2015,31(22):1670-1673.
- [9] 何 花,董大立,蒋谷芬.八段锦对气郁质银屑病患者生活质量的影响[J].护理研究,2016,30(18):2251-2252.
- [10] 伍永慧,陈偶英,罗尧岳,等.太极拳和八段锦在改善冠心病病人焦虑、抑郁情绪中的应用[J].护理研究,2016,30(32):4050-4052.
- [11] 陈 一. 八段锦运动康复护理对慢性阻塞性肺疾病患者康复影响[J].辽宁中医药大学学报,2017,18(6):213-215.
- [12] 刘姿瑶.略谈五音疗法及其临床护理应用[J].辽宁中医药大学学报,2017,8(5):217-219.
- [13] 赵廉政,陈以国.传统中医五音疗法的研究进展[J].中华中医药杂志,2016,10(11):4666-4668.
- [14] 张薇琳,柳 继,董学兰,等.五行音乐疗法的应用与探索[J].世界临床药物,2016,12(12):846-848.
- [15] 陈运峰,李 丽,王 敏,等.五行音乐疗法结合八段锦治疗脑卒中后抑郁临床研究[J].山东中医杂志,2017,36(1):23-25.
- [16] 陈 敏,熊 艳.八段锦联合五行音乐对急性髓系白血病化疗患者癌因性疲乏的干预效果[J].中西医结合护理(中英文),2017,3(11):28-30.

(本文编辑 李 杰)