

观察评估五行音乐疗法联合“八段锦”对改善血液透析患者不宁腿综合症的临床有效性研究

魏慧蓉

成都中医药大学附属医院 610032

【摘要】目的 探讨分析对血液透析患者采用五行音乐疗法联合“八段锦”干预的效果。方法 选取2021年6月到2023年6月期间于我院接受血液透析治疗的94例患者进行研究,按照随机数字表法进行分组,参照组47例接受常规护理干预,研究组47例接受五行音乐疗法联合“八段锦”干预。观察对两组的干预效果。结果 研究组干预后的疲惫程度较参照组更低,不宁腿综合征干预效果较参照组更好,对比均有统计学意义($P < 0.05$)。结论 对血液透析患者采用五行音乐疗法联合“八段锦”干预的效果极为理想,具有推广价值。

【关键词】血液透析;五行音乐疗法;八段锦;不宁腿综合征;干预效果

血液透析做为延续终末期肾脏病患者生存的有效方式,可以有效为患者清除机体内的代谢物,改善患者机体状态,控制其不适症状,纠正酸碱平衡。但是,血液透析并不能彻底代替肾脏功能,需要患者接受长期的治疗,才可以使其病情得到控制^[1]。随着患者治疗时间的延长,将会引发患者出现多种并发症。其中,不宁腿综合征则是较为常见的一种,一旦出现就会直接影响患者的机体状态,影响治疗效果^[2]。需要积极采取有效的干预措施,改善患者的机体状态,从而更好地接受治疗。本文旨在探讨分析对血液透析患者采用五行音乐疗法联合“八段锦”干预的效果。

1 资料和方法

1.1 一般资料

选取2021年6月到2023年6月期间于我院接受血液透析治疗的94例患者进行研究,按照随机数字表法进行分组,参照组47例接受常规护理干预,研究组47例接受五行音乐疗法联合“八段锦”干预。研究组的男女比例为26:21,年龄为38到75岁,均龄为 (60.34 ± 8.35) 岁;病程为2年-10年,平均 (5.74 ± 1.52) 年。参照组的男女比例为27:20,年龄为36到74岁,均龄为 (59.72 ± 8.47) 岁;病程为3年-11年,平均 (5.66 ± 1.45) 年。常规资料对比差异较小($P > 0.05$)。

纳入标准:符合不宁腿综合征的诊断标准(双下肢有明显不适症状,且反复发作,对睡眠影响较大);临床资料完整;意识清晰,具有语言交流能力;对此次研究知情,并签署知情同意书。

排除标准:合并有精神疾病;合并有恶性肿瘤疾病;合并有传染性疾病;中途脱离研究或转院。

1.2 方法

参照组接受常规护理,包括健康宣教、合理饮食、控制体重、调节血压以及指导用药等。

研究组在此基础上,接受五行音乐疗法联合“八段锦”干预,具体内容为:五行音乐疗法:对患者干预前,需要与患者进行充分交流,了解其心理状态,并根据其表现,采取针对性的干预。例如,针对存在紧张、易出汗症状的患者,这种情况的出现主要与肺脏有关,其五行属金,对应商音,可以为其在午睡后15点-19点播放《阳春白雪》;针对存在疲惫、乏力症状的患者,这种情况的出现主要与脾脏有关,其五行属土,对应宫音,可以为其在餐后1小时播放《十面埋伏》;针对存在易怒、抑郁症状的患者,这种情况的出现主要与肝脏有关,其五行属木,对应角音,可以为患者睡前19点-23点为其播放《胡笳十三拍》;针对存在失眠、心慌症状的患者,这种情况的出现主要与心脏有关,其五行属火,对应徵音,可以为患者睡前21点-23点为其播放《紫竹调》。同时,由于患者存在不同程度的肾功能损伤问题,肾属水,对应羽音,可以在清晨7点-11点为患者播放《梅花三弄》。

八段锦:(1)指导患者先放松身体,深呼吸数次后,告知其双脚分开与肩同宽,双手握拳呈抱球状放在腹部;(2)双手握拳呈抱球状上举至头顶,同时脚跟离地,脚尖着地;(3)右脚向前跨出一步,身体向前倾斜,同时将球放在右侧大腿上;(4)右脚回到原来位置,同时上举至头顶,身体向右侧侧弯;(5)同时将球放在胸前,脚跟离地,脚尖着地;(6)身体向下弯曲,双手握拳呈抱球状放在腹部;(7)手心贴住肝脾位

置,用力吸气;(8)身体向一侧弯曲,同时向前迈出一大步,缓慢呼气。

1.3 观察指标

1.3.1 疲乏程度

在两组接受护理前、后,根据多维疲劳量表,对其疲乏程度进行评价,分数越高表明疲乏程度越严重。

1.3.2 不宁腿综合征干预效果

在两组接受治疗后,对其不宁腿综合征干预效果进行评价。评价标准为:优:下肢不适症状发作次数下降超过80%;良:下肢不适症状发作次数下降不低于50%~80%;可:下肢不适症状发作次数下降10%~50%;差:下肢不适症状发作次数下降不足10%或加重。

1.4 统计学分析

通过SPSS22.0统计学软件分析,百分比表示计数资料,行卡方检验;对计量资料行t检验,用均数±标准差表示。 $P < 0.05$ 表明对比存在差异。

2 结果

2.1 疲乏程度对比

研究组干预后的疲乏程度较参照组更低,对比有统计学意义($P < 0.05$)。见表1:

表1 疲乏程度对比($\bar{x} \pm s$)

组别	n	护理前(分)	护理后(分)
研究组	47	63.62 ± 4.57	37.26 ± 1.88
参照组	47	64.03 ± 4.34	45.34 ± 2.35
t	/	0.445	18.406
P	/	0.656	0.000

2.2 不宁腿综合征干预效果对比

研究组的不宁腿综合征干预效果较参照组更好,对比有统计学意义($P < 0.05$)。见表2:

表2 护理优良率对比[n/(%)]

组别	n	优	良	可	差	总优良率
研究组	47	36 (76.59)	10 (21.27)	1 (2.12)	0 (0.00)	46 (97.87)
参照组	47	22 (46.80)	14 (29.78)	7 (14.89)	4 (8.51)	36 (76.59)
χ^2	/	/	/	/	/	9.552
P	/	/	/	/	/	0.001

3 讨论

血液透析是一种治疗肾功能衰竭的方法,能够通过为患者清除血液中的废物和多余水分,帮助维持其机体的正常功能^[3]。但是,患者需要长期接受治疗,还很容易会出现相关并发症,这就极大地影响患者的身心状态,不利于对患者的治疗^[4]。

通过将五行音乐疗法联合“八段锦”对患者干预,前者可以通过不同的音乐调式和节奏来平衡人体五脏的功能,促进气血流通;后者可以通过选择适宜的音乐,能够调节患者的情绪和心理状态,促进身心放松^[5]。两者联合应用能够提高患者的主观满意度和治疗依从性。这对于长期接受血液透析治疗的患者来说,能够帮助他们更好地应对疾病带来的身心压力,增强康复效果^[6]。同时,能够刺激大脑产生内源性荷尔蒙,如内啡肽和多巴胺,从而减轻疼痛感和改善睡眠质量,这对于减轻不宁腿综合征的症状非常有益。并且,能够调整患者的生物节律,增强体内的自我修复能力,改善患者的精神状态,从而有效缓解其机体疲乏问题。

综上所述,对血液透析患者采用五行音乐疗法联合“八段锦”干预,能够有效改善患者的不宁腿综合征,且可以大幅减轻其疲乏程度,从而可以更好地接受治疗。

参考文献:

- [1]吴瑞琪,杨蕾. 中医五行音乐疗法对维持性血液透析患者焦虑抑郁及生活质量的影响[J]. 河南中医, 2021, 41(12): 1890-1894.
- [2]王国庆,易香,王惠,李静茹,王雪芬. 五行音乐疗法对维持性血液透析患者焦虑抑郁状态及睡眠质量的影响[J]. 中国中西医结合肾病杂志, 2021, 22(08): 721-723.
- [3]袁源,蔡冬华,公敏. 五行音乐疗法对维持性血液透析患者透析过程中血压的影响[J]. 临床医药实践, 2021, 30(04): 293-295.
- [4]朱小燕,朱瑛喆. 厌恶疗法联合坐式八段锦锻炼应用于血液透析患者的效果分析[J]. 中国疗养医学, 2024, 33(01): 46-49.
- [5]吴亚男,吉小静,于新涛,丁开云,牟洪宾. 八段锦对血液透析患者负性情绪、认知功能及身体机能的影响[J]. 当代护士(下旬刊), 2023, 30(11): 32-38.
- [6]张春林,杨红菊,成小吉. 八段锦联合情志护理对血液透析患者心理状态、睡眠以及生活质量的影响[J]. 心理月刊, 2023, 18(03): 144-146.