

五行音乐联合八段锦对血液透析患者疲乏与衰弱的影响

周亚茹

成都中医药大学附属医院 四川 成都 610000

【摘要】目的：探究五行音乐联合八段锦对血液透析患者疲乏与衰弱的影响，指导血液透析患者的临床治疗护理方案的制定。方法：选取2023年1月至2023年5月在我院进行血液透析的患者50例为研究对象，根据数字表法随机分为实验组与对照组，每组各25例患者。对照组患者进行一般的血液透析护理，实验组在对照组的基础上进行五行音乐联合八段锦锻炼。利用多为疲劳量表（MFI-20量表）评分，观察两组患者护理后的疲劳状况。利用综合衰弱评估量表（CFAI量表）评分，观察两组患者护理后的衰弱状况。结果：护理前实验组患者与对照组患者的躯体疲劳、心理疲劳、活动减少评分均不存在显著差异（ $p>0.05$ ）。护理后，实验组的体疲劳、心理疲劳、活动减少评分均低于对照组，且两组之间对应项目对比 $P=0.000$ （ $p<0.05$ ），差异显著。护理前，两组患者的CFAI量表评分对比， $P=0.945$ （ $p>0.05$ ），不存在显著差异。护理后，实验组患者的CFAI评分显著低于对照组（ $p<0.05$ ）。实验组护理前和护理后对比，CFAI评分差异显著（ $p<0.05$ ）。对照组护理前和护理后对比，CFAI评分差异显著（ $p<0.05$ ）。结论：血液透析患者的临床护理采用五行音乐联合八段锦的方式，可以降低患者的身体疲乏，减轻患者的衰弱，进一步提升生活质量。

【关键词】：五行音乐；八段锦；血液透析；疲乏与衰弱

DOI:10.12417/2705-098X.23.11.022

Effect of Five Elements Music and Baduanjin qigong on Fatigue and Weakness of Hemodialysis Patients

Yaru Zhou

Affiliated Hospital of Chengdu University of Traditional Chinese Medicine Sichuan Chengdu 610000

Abstract: Objective To explore the effect of Wuxing Music combined with Baduanjin qigong on fatigue and weakness of hemodialysis patients, and guide the formulation of clinical treatment and nursing programs for hemodialysis patients. Method: Fifty patients who underwent hemodialysis in our hospital from January 2023 to May 2023 were selected as the research subjects. They were randomly divided into an experimental group and a control group based on the number table method, with 25 patients in each group. The patients in the control group received general hemodialysis nursing, while the patients in the experimental group received five element music combined with Baduanjin qigong exercise on the basis of the control group. Observe the fatigue status of two groups of patients after nursing using the MFI-20 fatigue scale score. Using the Comprehensive Weakness Assessment Scale (CFAI) score, observe the frailty status of two groups of patients after care. There was no significant difference in physical fatigue, psychological fatigue, and reduced activity scores between the experimental group and the control group before nursing care ($p>0.05$). After nursing, the scores of physical fatigue, psychological fatigue, and decreased activity in the experimental group were lower than those in the control group, and the corresponding item comparison between the two groups was $P=0.000$ ($p<0.05$), with a significant difference. Before nursing, there was no significant difference in the CFAI scale scores between the two groups of patients, $P=0.945$ ($p>0.05$). After nursing, the CFAI score of the experimental group patients was significantly lower than that of the control group ($p<0.05$). There was a significant difference in CFAI scores between the experimental group before and after nursing ($p<0.05$). There was a significant difference in CFAI scores between the control group before and after nursing ($p<0.05$). Conclusion The clinical nursing of hemodialysis patients with the combination of Wuxing Music and Baduanjin qigong can reduce the physical fatigue of patients, alleviate the weakness of patients, and further improve the quality of life.

Keywords: Five element music; Baduanjin qigong; Hemodialysis; Fatigue and weakness

血液透析是一种常用的肾脏替代治疗方法，适用于急性或慢性肾功能衰竭。它通过利用半透膜分离法，以透析器为主要设备，将患者体内的血液与透析液进行分离和净化，来实现排除体内垃圾和调节电解质水平的目的^[1]。血液透析患者常常伴

有身体素质下降，身体疲乏和衰弱的临床症状，严重影响患者的生活质量。一些研究认为，有氧运动可以改善患者的身体疲乏，比如说太极、八段锦等运动^[2]。为探究五行音乐联合八段锦对血液透析患者疲乏与衰弱的影响，我院选取了50例为研究

对象，展开了如下研究：

1 资料和方法

1.1 一般资料

选取 2023 年 1 月至 2023 年 5 月在我院进行血液透析的患者 50 例为研究对象，根据数字表法随机分为实验组与对照组，每组各 25 例患者。纳入标准：（1）患者无重大精神性疾病；（2）患者未患有结核病、乙肝托具有传染性的疾病；（3）患者意识清楚，生活基本能够自理；（4）患者悉知本次研究内容并自愿签署知情同意书。本研究在我院伦理委员会的监督下完成。

实验组：女性 9 例，男性 16 例；年龄范围 52~70 岁，平均年龄（58.92±7.54）岁；糖尿病肾病 6 例，高血压肾病 10 例，慢性肾小球肾炎 9 例。对照组：女性 10 例，男性 15 例；年龄范围 52~69 岁，平均年龄（58.17±7.30）岁；糖尿病肾病 7 例，高血压肾病 11 例，慢性肾小球肾炎 7 例。本研究患者的平均年龄、性别比例、病理等一般资料差异不显著（ $p>0.05$ ），不具有统计学意义。

1.2 研究方法

对照组患者进行一般的血液透析护理，实验组在对照组的基础上进行五行音乐联合八段锦锻炼。一般的血液透析护理包括透析前注意事项的告知，术前心理辅导，术后健康教育。实验组进行如下护理：

第一阶段：对患者进行相关的教育，在该阶段要让患者了解自身的额身体状况，以及八段锦的功效。血透室护士负责带教，护理人员自身也要学习八段锦，并通过资料调查选择一些五行音乐。根据患者的情况分组，按照患者的生活节奏安排患者的学习时间，不能过长也不能太短。按照患者的喜好和投票结果选择音乐。

第二阶段：实践阶段。《广陵散》《阳春白雪》《战台风》《梅花三弄》《十面埋伏》《长恨歌》《庐山谣》等五行音乐供患者选择。专业的教练指导患者的动作，八段锦一共八式，每日多学一式，让患者动作尽量做标准。护士监督，让患者要控制饮水。同时要对患者的饮食做一下相应的调整。

第三阶段：检查与考核阶段。主要是对该患者的护理方案执行程度进行深度检查，观察患者的练习成果，收集患者的心得与意见，调整练习时间或强度，并对患者的临床症状的改变所做的记录进行整理。加强对患者的相关知识的教育，缓解患者内心焦虑。

1.3 观察指标

本研究利用多为疲劳量表（MFI-20 量表）评分，观察两组患者护理后的疲劳状况^[3]。利用综合衰弱评估量表（CFAI 量表）评分，观察两组患者护理后的衰弱状况^[4]。MFI-20 量表

包含三个维度：躯体疲劳、心理疲劳、活动减少，详细包括 14 个项目，每个项目分值满分 5 分，得分越高表明该项疲劳月严重。CFAI 量表包含四个维度：身体衰弱、社会衰弱、环境衰弱、心理衰弱，详细包括 17 个项目。总得分越高表明患者衰弱程度越高。

1.4 统计学分析

本研究数据统计与分析分别采用 Excel 表格和电脑软件 SPSS23.0。计数资料，如 MFI-20 量表评分、CFAI 量表评分等，表示为[n（%）]，计量资料，如患者的男女占比，不同临床症状的患者占比等，表示为（ $\bar{x} \pm s$ ）。计量资料行 t 检验，计数资料行 χ^2 检验。P<0.05 表示数据间差异显著， $p>0.05$ 表示差异不显著。

2 结果

2.1 两组患者护理前后 MFI-20 量表评分对比

护理前实验组患者与对照组患者的躯体疲劳、心理疲劳、活动减少评分均不存在显著差异（ $p>0.05$ ）。护理后，实验组的体疲劳、心理疲劳、活动减少评分均低于对照组，且两组之间对应项目对比 P=0.000（ $p<0.05$ ），差异显著。表明血液透析患者进行五行音乐联合八段锦护理后，疲劳程度有效减轻。详见表 1。

表 1 两组患者护理前后 MFI-20 量表评分对比（分， $\bar{x} \pm s$ ）

组别（n=例数）		实验组（n=25）	对照组（n=25）	t	P
躯体 疲劳	护理前	8.20±1.34	8.29±1.19	0.251	0.803
	护理后	3.11±0.41*	4.79±1.04 [△]	7.514	0.000
心理 疲劳	护理前	45.25±1.57	45.37±1.96	0.239	0.812
	护理后	30.48±1.06*	35.88±1.20 [△]	16.863	0.000
活动 减少	护理前	8.98±1.30	9.07±1.33	0.242	0.810
	护理后	3.76±0.84*	6.99±1.27 [△]	10.606	0.000

注：*表示实验组躯体疲劳、心理疲劳、活动减少评分护理前和护理后均存在显著差异。△表示对照组躯体疲劳、心理疲劳、活动减少评分护理前和护理后均存在显著差异。

2.2 两组患者护理后 CFAI 量表评分对比

护理前，两组患者的 CFAI 量表评分对比，P=0.945（ $p>0.05$ ），不存在显著差异。护理后，实验组患者的 CFAI 评分显著低于对照组（ $p<0.05$ ）。实验组护理前和护理后对比，CFAI 评分差异显著（ $p<0.05$ ）。对照组护理前和护理后对比，CFAI 评分差异显著（ $p<0.05$ ）。表明医院的护理对于血液透析患者恢复身体功能有效，但五行音乐联合八段锦干预后效果更佳明显。详见表 2。

表2 两组患者护理后 CFAI 量表评分对比 (分, $\bar{x} \pm s$)

组别 (n=例数)	护理前	护理后	t	P
实验组 (n=25)	44.26±3.19	30.18±1.24	20.570	0.000
对照组 (n=25)	44.20±2.90	38.94±2.38	6.683	0.000
t	0.070	16.321		
P	0.945	0.000		

3 讨论

八段锦, 又称八宝冠、八段秘、八段奇功, 是一种传统的健身气功, 在中国有着悠久的历史 and 广泛的群众基础。八段锦起源于中国南北朝时期, 由明代著名武术家周勃所改编而成。八段锦包括 8 个动作, 每个动作均有特定的口诀和呼吸方法。这些动作涵盖了扭转脊柱、转臂舒颈、提肛收腹、深呼吸等方面, 以达到增强体质、防病治病等作用^[5]。对于患有肾脏疾病的患者来说, 是不适合于强度大的锻炼的, 而八段锦刚好符合

参考文献:

- [1] 刘露, 安晓好, 欧大芳, 陈忠华, 严锐, 吴芳芳, 汪海波, 李忠莲. 八段锦联合穴位按摩辅助治疗对老年膝关节骨性关节炎病人血清软骨寡聚基质蛋白、低氧诱导因子表达的影响[J]. 循证护理, 2023, 9(09): 1668-1672.
- [2] 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.
- [3] 唐王亮, 刘泽萍. 八段锦运动对维持性血液透析患者体能水平、睡眠质量的干预效果分析[J]. 智慧健康, 2022, 8(25): 157-160+168.
- [4] 许丽璇, 刘建璟, 徐莹银, 徐苏苏, 郑冬雅. 八段锦运动对维持性血液透析患者睡眠质量改善有效性的 meta 分析[J]. 基层中医药, 2022, 1(01): 57-63.
- [5] 付俊香. 分析维持性血液透析患者应用八段锦运动护理干预的效果[J]. 中国医药指南, 2021, 19(23): 174-175+178.

了这类患者。有研究表明, 血液透析患者采用五行音乐联合八段锦护理, 有患者的运动耐力, 缓解其疲乏症状, 改善其抑郁状态的效果。

两组患者护理前后 MFI-20 量表评分对比发现, 护理前实验组患者与对照组患者的躯体疲劳、心理疲劳、活动减少评分均不存在显著差异 ($p > 0.05$)。护理后, 实验组的体疲劳、心理疲劳、活动减少评分均低于对照组, 且两组之间对应项目对比 $P = 0.000$ ($p < 0.05$), 差异显著。表明血液透析患者进行五行音乐联合八段锦护理后, 疲劳程度有效减轻。两组患者护理后 CFAI 量表评分对比发现, 护理前, 两组患者的 CFAI 量表评分对比, $P = 0.945$ ($p > 0.05$), 不存在显著差异。护理后, 实验组患者的 CFAI 评分显著低于对照组 ($p < 0.05$)。实验组护理前和护理后对比, CFAI 评分差异显著 ($p < 0.05$)。对照组护理前和护理后对比, CFAI 评分差异显著 ($p < 0.05$)。表明医院的护理对于血液透析患者恢复身体功能有效, 但五行音乐联合八段锦干预后效果更佳明显。综上, 血液透析患者的临床护理采用五行音乐联合八段锦的方式, 可以降低患者的身体疲乏, 减轻患者的衰弱, 进一步提升生活质量。