

抗焦虑治疗对高血压患者血压的影响

Effect of Anti-Anxiety Treatment on Blood Pressure of Hypertension Patients

于思雨

Siyu Yu

航天中心医院
中国·北京 100049
Aerospace Center Hospital,
Beijing, 100049, China

【摘要】目的:为了调查抗焦虑治疗对高血压患者血压的影响。方法:收集神经内科高血压患者 50 例,分别给予评分(焦虑自评量表 SAS);然后随机分成两组,分别为对照组和治疗组,分别给予抗焦虑治疗、必要的心理疏导和一般降压治疗。测量治疗前后 24 小时平均血压、白昼平均血压、夜间平均血压。结果:对照组的 24 小时平均血压、白昼平均血压、夜间平均血压均明显高于治疗组,并且 8 周后治疗组的血压值明显低于对照组。结论:伴有焦虑情绪的高血压患者加用抗焦虑治疗既能改善焦虑情绪,又能增加降压药物的疗效,同时能减轻血管内皮功能的损伤。单纯的降压治疗方法降压效果不理想,抗焦虑治疗和必要的心理疏导是有效的正确降压方法。

【Abstract】Objective: To investigate the effect of anti-anxiety treatment on blood pressure in hypertensive patients. Methods: 50 patients with hypertension in neurology were collected and scored with SAS respectively; Then, they were randomly divided into two groups, the control group and the anti-anxiety treatment group. They were given anti-anxiety treatment, necessary psychological guidance and general anti-hypertensive treatment respectively. The mean blood pressure of 24 hours before and after treatment, the mean blood pressure of day and night were measured. Results: The 24 hour mean blood pressure, day mean blood pressure and night mean blood pressure in the control group were significantly higher than those in the anti-anxiety treatment group. Moreover, the blood pressure in the treatment group was significantly lower than that in the control group after 8 weeks. Conclusion: The addition of anti-anxiety therapy in hypertensive patients with anxiety can not only improve anxiety, but also increase the efficacy of anti-hypertensive drugs. Simple anti-hypertensive treatment method is not ideal, anti-anxiety treatment with necessary psychological guidance is an effective and correct anti-hypertensive method.

【关键词】焦虑;高血压;抗焦虑治疗;临床调查

【Keywords】anxiety; hypertension; anti-anxiety treatment; clinical investigations

【DOI】10.36012/pmr.v2i2.1812

1 引言

近十几年来,人们对生活方式及生活质量有了更高、更全面的认识,对人类生存的意义有了更加深入的理解。随着科技和医学的高度发展,人们开始认识到生存质量的重要性。许多慢性疾病,包括心脑血管疾病、糖尿病、高血压病常有 6~8 年无症状期,然而却常常要以牺牲生存质量为代价,包括对机体功能、不适症状以及对心脑血管的影响。

随着人民生活水平的提高、饮食结构的改变,社会竞争压

力越来越大,患高血压的人数越来越多,也趋向年轻化。抑郁、焦虑是最常见的两种情绪障碍。研究发现,抑郁、焦虑患者常有交感、副交感神经张力平衡失调,多表现为迷走神经张力降低、交感神经活性增强,导致血压持续升高。长期的抑郁、焦虑情绪,还会使血管紧张性增加,阻力加大,血压升高,同时交感神经长期兴奋也使肾小球动脉持续收缩,也会升高血压^[1]。高血压常见的情绪障碍与躯体症状相互作用,不仅降低了患者的生活质量,而且也严重影响了高血压患者的降压治疗效果。本研究对伴有焦虑的原发性高血压患者使用抗焦虑药物治

疗,观察其对高血压患者的治疗效果。

笔者在临床工作中发现,许多高血压患者伴有焦虑症状,这些患者血压波动大,应用常规抗高血压药治疗往往难以达到满意的疗效。表现为降压幅度偏小,24小时内血压波动过大,难以控制到目标值。但这些患者通常不愿意将内心的真实感受告诉医生,医生就会给其安排许多辅助检查项目去查找导致血压升高的原因。如果患者及时将自己的不良情绪告诉医生,医生会让其用一些治疗焦虑的药物,血压很容易被控制好,并且不需要再做其他检查。笔者在常规抗高血压药治疗的基础上加上用抗焦虑药和心理疏导,行为矫正治疗,取得了较好疗效。有针对性地对伴有焦虑状态的高血压患者实施心理护理干预,有利于改善患者的焦虑状态,随着时间的推移仍有较好的干预效果,可提高患者的血压控制率,并改善患者的生活质量,预防恶性事件的发生。

本研究对神经内科学的50例高血压患者采用抗焦虑治疗和非抗焦虑治疗两种方法,对结果进行分析,以便掌握焦虑治疗对血压是否有影响,现报道如下。

2 资料和方法

2.1 病例资料

收集科室自2009年9月—2010年2月高血压患者50例,男性30例,女性20例,年龄45~75岁,平均年龄(54±5)岁。将50例受调查者随机分成两组,分别为治疗组和对照组,两组在性别、平均年龄、收缩压、舒张压等方面经统计,具体如表1所示。

表1 两组患者临床资料

分组	人数(例)	年龄(岁)	性别(男/女)	收缩压(mmHg)	舒张压(mmHg)
治疗组	25	54±4.3	15/10	150±50	100±20
对照组	25	54±6.6	15/10	150±15	95±5

2.2 研究方法

2.2.1 给药方法

对照组给予波依定,而治疗组在对照组的基础上再给予黛力新抗抑郁、焦虑,疗程8周,同时再进行相应的心理干预。

2.2.2 观察指标

治疗前、治疗后1周、2周、4周、6周、8周分别检测血压。

2.2.3 统计学处理

计量资料以(均数±标准差)表示,组间均数比较采用 t

检验,计数资料应用 χ^2 检验,以 $P<0.05$ 为差异有显著统计学意义。

3 结果

治疗组和对照组治疗前后降压幅度有明显的差异,治疗组治疗后的收缩压和舒张压都明显比对照组低。

两组治疗前后降压幅度比较如表2所示。

表2 两组治疗前后降压幅度比较

组别	人数(例)	项目	治疗前	治疗后
治疗组	25	收缩压(mmHg)	150±50	119±20
		舒张压(mmHg)	100±20	75±15
对照组	25	收缩压(mmHg)	150±15	121±10
		舒张压(mmHg)	95±5	83±9

从表2可知,治疗组较对照组降压效果明显提高($P<0.01$),治疗组与对照组在降压方面比较差异无显著性($P>0.05$)。

4 结语

高血压是一种心身疾病,它的病因是遗传与环境等多种元素交互作用的结果,如果患者存在焦虑和不安的倾向,应对突发事件时,更容易处于焦虑的状态,加上有些患者因为有焦虑的情绪,所以会担心服用降压药物会出现一些副作用,而不敢服用降压药物。这种情况下,高血压是非常难以控制的。长期的焦虑症,可能导致神经内分泌的变化^[1]。

高血压患者常常伴随焦虑状态,治疗原发性高血压需要积极地服用抗焦虑药的药物来进行治疗。平稳地放松才能达到很好的治疗效果,同时应该密切地观察血压波动情况。心理行为因素与躯体因素在疾病的发生和发展中相互作用,形成恶性循环。高血压临床症状除突出的躯体症状外,焦虑、抑郁症状也较为普遍。焦虑、抑郁是最常见的两种情绪障碍。临床研究表明,高血压患者存在明显的抑郁、焦虑、睡眠障碍等心理障碍,而明显的抑郁、焦虑会影响降压药的疗效。本研究结果显示,对高血压伴焦虑的患者,在应用降压药的基础上加上用抗焦虑药物黛力新8周,能显著减轻焦虑症状,疗效肯定,而单独给予降压药物治疗没有明显减轻焦虑的作用。

参考文献

- [1]杨菊贤.心血管疾病患者伴有焦虑或抑郁时的诊断与治疗[J].国外医学(心血管疾病分册),2002,29(2):67-70.
- [2]张现义.心理医生手册[M].北京:人民军医出版社,2006.