

天水地区高脂血症人群参楂调脂茶的干预研究

Intervention Study of Shenzha Lipid-adjusting Tea in Hyperlipidemia Population in Tianshui Area

张守彩 苟海涛

Shoucai Zhang Haitao Gou

天水市中医医院

中国·甘肃 天水 741000

Tianshui Traditional Chinese Medicine Hospital,

Tianshui, Gansu, 741000, China

【摘要】论文以天水地区范围(两区五县)高脂血症人群为研究对象,通过应用参楂调脂茶配合健康生活方式的指导和对照组单纯进行健康生活方式的指导,检测血脂进行对比研究,观察疗效,以形成具有推广价值的中药茶饮方。以天水地区范围(两区五县)高脂血症人群为研究对象,以2018年2月—2019年4月体检发现的高脂血症人群200例进行参楂调脂茶的干预研究。采用参楂调脂茶干预100例高脂血症患者配合健康的生活方式指导(低脂、低糖饮食,增强锻炼);对照组100例给与健康生活方式的指导(低脂、低糖饮食,增强锻炼)通过化验血脂(甘油三酯和总胆固醇)进行比较。两组均以3个月为一个疗程,第4个月初对疗效进行评价。结果显示,对照组和观察组疗效分别为36%,78%。由此得出,观察疗效显著,此中药茶饮方值得推广。

【Abstract】This paper studies the hyperlipidemia population in the Tianshui area (two districts and five counties) as the research object, by using Shenzha fat-adjusting tea with the guidance of healthy lifestyle and the control group's guidance of healthy lifestyle simply by measuring blood lipids. And comparing the study in order to observe the curative effect and form a traditional Chinese medicine tea decoction with promotion value. This paper focused on hyperlipidemia in Tianshui area (two districts and five counties) as the research object, and took physical examination from February 2018 to April 2019. An intervention study was conducted on 200 patients with hyperlipidemia found in the study of Shenzha lipid-adjusting tea. And 100 cases of hyperlipidemia patients were treated with ginseng and fat-adjusting tea with healthy lifestyle guidance (low-fat, low-sugar diet, and enhanced exercise); 100 patients in the control group were given healthy lifestyle guidance (low-fat, low-sugar diet, enhance exercise) and compared blood lipids (triglycerides and total cholesterol) by testing. Both group took 3 months as a course of treatment, and the efficacy was evaluated at the beginning of the 4th month. The results show that the curative effect of the control group and observation group were 36% and 78%, respectively. It is concluded that the observational effect is significant, and the value of this Chinese herbal tea drink prescription is popularized.

【关键词】天水地区;高脂血症;参楂调脂茶;疗效

【Keywords】Tianshui area; hyperlipidemia; Shenzha lipid-regulating tea; efficacy

【DOI】10.36012/pmr.v1i3.949

1 资料与方法

1.1 一般资料

以天水地区(两区五县:秦州区、麦积区、秦安县、甘谷县、武山县、清水县、张家川县)2018年2月—2019年4月来天水市中医医院体检时发现高脂血症患者为研究对象,纳入符合

高血脂诊断病例200例,其中治疗组100例,对照组100例,两组年龄、性别、病情、病程相似,经统计学分析差异无统计学意义($P \geq 0.05$),有可比性。

1.2 方法

对照组100例给与健康生活方式的指导(低脂、低糖饮食,增强锻炼);干预组100例高脂血症人群采用参楂调脂茶(药

物组成:丹参 10 克,山楂 10 克,陈皮 10 克,绞股蓝 10 克,葛根 10 克,决明子 10 克,红茶 3 克为一个小包装,由天水市中医医院制剂室提供)每次一袋,加入 1000mL 的水煮沸 10 分钟代茶饮,1 日数次,此降脂方利用理气和胃,消食降脂,润肠通便等功效,配合给予健康生活方式的指导(注意低脂、低糖饮食,并加强锻炼)的作用、达到降低血脂的目的;两组通过化验血脂(甘油三酯和总胆固醇)进行比较。两组均以 3 个月为一疗程,第 4 个月初进行疗效评价。

1.3 诊断标准和观察指标

1.3.1 中医诊断标准

痰浊内阻证:体形肥胖,头身困重,胸闷,呕逆痰涎,口淡,食少。舌胖大,苔滑腻,脉滑。气滞血瘀:胸满胀闷,走窜性疼痛,舌质暗红有瘀点或瘀斑,脉弦或涩。湿困脾:乏力,胸闷,食少纳呆,恶心,头身困重,胃脘胀满,舌淡,体胖大有齿痕,舌苔白腻,脉细弱或濡缓。

1.3.2 西医诊断标准

参照 2016 年《中国成人血脂异常防治指南》有关内容制定。中国 ASCVD 一级预防人群血脂合适水平和异常分层标准。空腹边缘升高:TC(总胆固醇) $\geq 5.2\text{mmol/L}$,TG(甘油三酯) $\geq 1.7\text{mmol/L}$ 。纳入病例标准:①符合《中国成人血脂异常防治指南》空腹边缘升高的诊断标准;②参与者无服用降脂药物史;③年龄 20~70 岁;④志愿参加,知情同意。

1.3.3 观察两组效果,进行评价

两组均以 3 个月为一疗程,第 4 个月初进行疗效评价。通过检测空腹血脂中 TC(总胆固醇)或者 TG(甘油三酯)下降 20%~40%,表示有效,否则视为无效。

1.4 统计学方法

数据分析采用 Excel 2007 版本和临床医学统计软件分析,百分率比较采用 χ^2 效验。

2 结果

对照组和观察组的比为:36%:78%。

3 讨论

近年来,由于人们的生活水平大幅度提高,摄入高热量饮

食、不良生活习惯导致高血脂人群直线上升趋势,高脂血症属于中医医学的血浊症,是由现代社会不良生活方式引起的发病率较高的一种疾病^[1]。由于诊断初起得不到重视而引发一些危害人体健康的疾病,如动脉硬化、冠心病、胰腺炎等,对人体而言,高脂血症的危害很大。大量研究资料已经证实,血脂过高是加速动脉粥样硬化的多种因素当中最危险的因素,高脂血症不仅对患者的身心健康和生活质量带来不利影响,其并发症对社会造成的经济损失和负担也非常巨大。目前市面上中西药降脂药物种类繁多,现代医学治疗本病措施有:

①服用他汀类药物,较常用的药物有辛伐他汀、阿托伐他汀、洛伐他汀等药物。在中国,临床上长期服用的他汀类药物可引发血小板性紫癜,也偶见精神抑郁、感觉异常,患者也见腹胀、腹泻、头痛、失眠等症状。

②常见的传统中药汤剂口感较差,熬制及携带不便,耗时耗力,患者的依从性相对较差。

③非药物治疗法主要包括提高认知行为、改善不良生活习惯、合理膳食、加强运动。治疗效果不径相同,鉴于高血脂人群需要长期服药,毒副作用较大,停药后易反复且费用较高。面对以上情况,以我院名中医多年的临床经验应用方剂(原为中药汤剂,临床应用已十多年,疗效显著)为基础上改进茶方,针对来院体检高脂血症人群进行了干预治疗,有较好的疗效,从而进行推广应用,低成本换取大回报,相比市面其他降脂药物具有无毒副作用、携带操作方便、省财省时、随时服用的优势,相对以往药物增进了口感,且适宜长期服用,既可预防保健又可起到治疗作用。西医医治高脂血症方法虽然起效快、作用强,但相对副作用较大且易反复,而中药茶方以疗效稳定、价格低廉的特点易被患者接受,几乎无不良反应、不易复发等特点。

综上所述,我院自拟参楂调脂茶效果显著、疗效稳定且价格低廉,值得临床推广应用。

参考文献

[1]王志国.高脂血症的病因病机及其证治[J].中医药学刊,2003(17):69-70.