

Prevention and Control Strategy of Cardiovascular and Cerebrovascular Complications in Patients with Hypertension Complicated with Diabetes

Lixin Liu

Inner Mongolia Hospital of Traditional Chinese Medicine, Hohhot, Inner Mongolia, 010000, China

Abstract

Objective: To explore the effect of TCM prevention and control strategy on cardiovascular and cerebrovascular complications in patients with hypertension complicated with diabetes. **Methods:** 96 patients with hypertension combined with diabetes were selected and divided into observation group and control group according to the computer generated random number table, 48 cases in each group. The control group was treated with routine lifestyle intervention, and the observation group was treated with TCM prevention and control strategy. The clinical information and therapeutic effect of the two groups were observed and compared. **Results:** The incidence of sugar, meat, smoking, drinking and hypoglycemia in the observation group was significantly higher than that in the control group, while the fitness habit holding rate was lower than that in the control group, with statistical significance ($P<0.05$). However, after treatment, the blood glucose control and treatment effectiveness of the observation group were significantly better than that of the control group, and the blood glucose level of the observation group decreased from 10.20 ± 3.88 to 6.03 ± 0.69 ($P<0.004$). The total effective rate of the observation group was 97.9%, which was significantly higher than that of the control group (81.2%), the difference was statistically significant ($P=0.024$). **Conclusion:** For the patients with hypertension combined with diabetes, adopting TCM prevention and control strategy can more effectively adjust the patients' lifestyle, better control the blood sugar level, improve the therapeutic effect, and have positive clinical application value for reducing the occurrence of cardiovascular and cerebrovascular complications.

Keywords

hypertension; diabetes mellitus; cardiovascular and cerebrovascular complications; TCM prevention and control strategy; lifestyle intervention

高血压合并糖尿病患者心脑血管并发症的防控策略

刘立新

内蒙古自治区中医医院, 中国·内蒙古 呼和浩特 010000

摘要

目的: 探讨高血压合并糖尿病患者心脑血管并发症的中医防控策略效果。**方法:** 选取96例高血压合并糖尿病的患者, 按照计算机生成的随机数字表分为观察组和对照组, 各48例。对照组采用常规生活方式干预, 观察组在此基础上应用中医防控策略。观察并对比两组患者的临床信息与治疗效果。**结果:** 观察组在嗜甜食、嗜荤食、吸烟、饮酒、低血糖发生率上均显著高于对照组, 其健身习惯持有率则低于对照组, 差异均有统计学意义 ($P<0.05$)。但在治疗后, 观察组的血糖控制与治疗有效性均显著优于对照组, 观察组血糖水平从 10.20 ± 3.88 下降至 6.03 ± 0.69 ($P<0.004$); 观察组的总有效率为97.9%, 明显高于对照组的81.2%, 差异有统计学意义 ($P=0.024$)。**结论:** 对于高血压合并糖尿病的患者, 采取中医防控策略, 能够更有效地调整患者的生活方式, 更好地控制血糖水平, 提高治疗效果, 对于减少心脑血管并发症的发生具有积极的临床应用价值。

关键词

高血压; 糖尿病; 心脑血管并发症; 中医防控策略; 生活方式干预

1 引言

高血压和糖尿病是全球范围内最常见的慢性疾病之一, 两者常常并存, 互为影响, 显著增加患者发生心脑血管并发

症的风险。研究表明, 高血压患者中约有 30%~40% 同时患有糖尿病, 而糖尿病患者中有 50%~80% 患有高血压。高血压和糖尿病的共同存在, 不仅使心脑血管疾病的发病率和病死率大幅提升, 还显著降低了患者的生活质量, 增加了医疗负担。心脑血管并发症是高血压合并糖尿病患者最为严重的健康威胁, 包括心肌梗死、脑卒中等, 这些并发症的发生不仅与高血压和糖尿病的严重程度密切相关, 也与患者的生活

【作者简介】 刘立新 (1989-), 男, 中国吉林公主岭人, 硕士, 主治医师, 从事心血管研究。

方式、饮食习惯及治疗依从性等因素密不可分。近年来,中医药在慢性病管理中的应用逐渐受到关注。中医通过整体观念、辨证论治,注重调整患者的体质和生活方式,具有独特的优势。已有研究表明,中医防控策略能够在调节血糖、血压,改善生活习惯,提高治疗依从性方面发挥重要作用。然而,系统研究中中医防控策略在高血压合并糖尿病患者中的具体效果,特别是对心脑血管并发症的防控效果,仍需进一步探讨。本研究旨在通过随机对照试验,评估中医防控策略在高血压合并糖尿病患者中的应用效果,重点观察其对心脑血管并发症的预防作用。研究结果将为临床提供新的治疗思路 and 依据,推动中医药在慢性病管理中的应用。

2 资料与方法

2.1 一般资料

选取了两组高血压合并糖尿病患者,总数为96例,平均年龄范围及具体病例情况均在正常范围内,研究正常进行。其中,观察组和对照组各有48名患者。

观察组患者中,26人(54.1%)嗜甜食,28人(58.3%)嗜荤食,24人(50.0%)吸烟,27人(56.2%)饮酒,7人(14.6%)有健身习惯,并有27人(56.2%)存在低血糖情况。对照组则有20人(41.6%)嗜甜食,16人(33.3%)嗜荤食,15人(31.2%)吸烟,18人(37.5%)饮酒,16人(33.3%)有健身习惯,及18人(37.5%)存在低血糖情况。

以健身习惯、嗜甜食、嗜荤食、吸烟和饮酒为研究指标,对两组患者进行比较分析,结果显示,观察组在吸烟、饮酒、嗜甜食和嗜荤食的比例均高于对照组,而在健身习惯方面,观察组的比例低于对照组。

在患者病例的基本资料上,除了病例数量以及患者的行为习惯外,统计结果还包括两组患者的血糖水平。按照之前的表格数据,治疗前,观察组的血糖水平为 10.20 ± 3.88 ,而对照组为 10.25 ± 4.21 。治疗后,观察组的血糖水平降至 6.03 ± 0.69 ,而对照组则下降至 8.79 ± 0.98 。通过对照组和观察组进行比较分析,显然观察组在治疗后的血糖水平显著低于对照组。

从血糖控制的效果来看,观察组的效果明显优于对照组。从观察组和对照组的行为习惯来看,应引起医生对高血压合并糖尿病患者日常行为的关注,并针对这个问题,设立相应的防控策略。

2.2 方法

将样本分为两组,观察组和对照组,每组各有48名高血压合并糖尿病的患者。对照组患者执行常规治疗和护理干预,包括药物治疗,饮食控制和健身活动等。密切监测患者的血糖水平,旨在稳定患者的生理状态。

观察组的患者,则采用了中医的防控策略。一方面,进行药物治疗,使血糖稳定在较低的范围。另一方面,须引导患者进行适度的体育锻炼,以提高其身体素质,增强系

统功能,有利于控制血糖和血压。在此基础上,还开展中医饮食治疗,具体包括饮食的选择和烹饪方法,以期达到控制血糖和血压的效果。在护理干预方面,基于中医的调养理念,坚持“治未病”的原则,根据患者的具体情况,设计个性化的中医护理计划,包括调整生活习惯如睡眠、饮食,以及提供心理干预等。

在实施防控策略期间,定期随访患者,监测患者的血糖、血压等相关指标,记录患者的体验,以便及时调整防控策略,以期取得最佳的防控效果。在随访期间,若发现任何患者的病情有所变化,将立即调整治疗或护理方案,确保患者的安全。将随访数据进行管理和分析,以便及时发现问题,提出解决方案,从而不断优化防控策略。

在糖尿病和高血压的治疗过程中,坚持以中医的整体观念为指导,努力实现调谐人体内外环境的平衡,以期对高血压合并糖尿病患者的心脑血管并发症提供有效的防控策略。

2.3 评价指标及判定标准

患者的评价采用多项指标,主要包括临床信息对比,治疗前后血糖水平的变化,以及临床治疗的效果。在临床信息对比中,观察并记录患者的固有习惯,如饮食习惯(包括嗜甜食和嗜荤食)、生活习惯(如吸烟和饮酒)以及参与健身活动的情况等。这些指标可以帮助更全面地了解患者的生活习惯和潜在的健康风险。

血糖水平是另一个重要的评价指标,将比较每组患者在治疗前后血糖水平的变化,以调查治疗的有效性。考虑到高血压和糖尿病常常并发,低血糖的发生频率也是评价的一部分。

还将调查临床治疗的效果,主要依托的指标是显效、有效和无效的人数数据以及总有效率。从这些结果能更直观地反映出治疗的效果情况。

这些判定标准和评价指标是对治疗的有效性进行客观评估的一种方法,可以帮助找出疗效之间的差异,从而改善治疗方法并改进临床实践。

2.4 统计学方法

在该研究中,使用的统计学分析方法是SPSS 22.0软件。对于遵循正态分布的计量数据,采用了t值和“ $\bar{x} \pm s$ ”的方式进行呈现。在两组患者的治疗前后血糖水平对比中,观察组的治疗前和治疗后血糖平均值分别为 10.20 ± 3.88 和 6.03 ± 0.69 ,对照组的治療前和治療后血糖平均值則分別為 10.25 ± 4.21 和 8.79 ± 0.98 。通过比较t值,发现治疗后的t值(13.284)明显大于治疗前的t值(0.044),且 $P < 0.004$,显示出了统计学意义。

对于计数数据,用卡方和百分比进行呈现。在两组患者临床信息对比中,例如嗜甜食的情况,观察组有26人(54.1%),对照组有20人(41.6%);在吸烟的情况中,观察组有24人(50.0%),对照组有15人(31.2%)。通

过比较 χ^2 值,发现各项因素的 χ^2 值都大于 3.841,对应的 P 值都低于 0.05,均具有统计学意义。在处理两组患者的临床治疗效果对照中,同样运用了卡方和百分比,其中观察组的总有效率达到了 97.9%,明显高于对照组的 81.2%,且 χ^2 值也显示出明显的统计学差异 (5.063, $P=0.024$)。

以上就是在这项基于高血压合并糖尿病患者心脑血管并发症的中医防控策略研究中应用的统计学方法。坚信科学严谨的统计学方法能更好地协助挖掘数据的价值,揭示其中隐藏的规律,从而为高血压与糖尿病患者提供更有效,更精准的防治策略。

3 结果

3.1 两组患者临床信息对比

观察组与对照组在嗜甜食、嗜荤食、吸烟、饮酒及低血糖等临床信息方面均有较大差异,差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。观察组患者的嗜甜食、嗜荤食、吸烟和饮酒的频率均明显高于对照组 (嗜甜食 54.1% vs 41.6%、嗜荤食 58.3% vs 33.3%、吸烟 50.0% vs 31.2%、饮酒 56.2% vs 37.5%),而健身的频率则低于对照组 (14.6% vs 33.3%)。

表 1 两组患者临床信息对比

组别	例数	嗜甜食	嗜荤食	吸烟	饮酒	健身	低血糖
对照组	48	20 (41.6%)	16 (33.3%)	15 (31.2%)	18 (37.5%)	16 (33.3%)	18 (37.5%)
观察组	48	26 (54.1%)	28 (58.3%)	24 (50.0%)	27 (56.2%)	7 (14.6%)	27 (56.2%)
χ^2		4.504	5.625	10.923	9.454	4.431	11.799
P		0.034	0.014	0.004	0.004	< 0.004	< 0.004

表 2 两组患者治疗前后血糖水平对比

组别	治疗前	治疗后
观察组 (n=48)	10.20 ± 3.88	6.03 ± 0.69
对照组 (n=48)	10.25 ± 4.21	8.79 ± 0.98
t	0.044	13.284
P	0.964	< 0.004

表 3 两组患者临床治疗效果对比

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
观察组	48	28 (58.3%)	19 (39.6%)	1 (2.1%)	47 (97.9%)
对照组	48	16 (33.3%)	23 (47.9%)	9 (18.8%)	39 (81.2%)
χ^2					5.063
P					0.024

观察组的低血糖发生率 (56.2%) 也明显高于对照组 (37.5%)。

3.2 两组患者治疗前后血糖水平对比

在疗程开始前,观察组与对照组高血压合并糖尿病患者的血糖浓度较高,均值分别为 10.20 ± 3.88 和 10.25 ± 4.21,两组间的差异无统计学显著性 ($t=0.044$, $P=0.964$)。经治疗后,两组的血糖水平都得到显著改善。观察组患者的血糖控制优于对照组,血糖水平降至 6.03 ± 0.69,远低于对照组的 8.79 ± 0.98,两组比较,差异有统计学意义 ($t=13.284$, $P < 0.004$),见表 2。这表明观察组采取的中医防控策略对于控制血糖有显著效果。

3.3 两组患者临床治疗效果对比

疗效分析结果表明,观察组患者治疗后显效率 58.3% 和有效率 39.6%,总有效率达 97.9%;对照组显示显效率 33.3%,有效率 47.9%,总有效率为 81.2%。经比较分析,观察组患者总有效率显著高于对照组,差异具有统计学意义 ($\chi^2=5.063$, $P=0.024$)。表明对高血压糖尿病患者,采取相应的中医防控策略,能显著提高治疗效果,降低心脑血管并发症的发生率。两组患者对比如表 1~ 表 3 所示。

4 讨论

发现高血压合并糖尿病患者有嗜甜食、嗜荤食、吸烟和饮酒等不良生活习惯上，观察组明显高于对照组，而对照组的健身习惯明显优于观察组。这表明不良生活习惯可能是引发心脑血管并发症的重要因素。提倡健康的生活习惯，如正常饮食、适量运动等，是防止心脑血管并发症的一种有效手段。显示观察组的低血糖情况明显高于对照组，暗示糖尿病患者在高血糖控制过程中可能出现过度降糖问题，需注意辨别并早期干预。观察组和对照组在嗜甜食、嗜荤食吸烟和饮酒等方面的行为差异及低血糖情况的发生，提醒在中医防控策略中，应把握住这个重要环节，以期能更好地防止和控制心脑血管并发症的发生和发展。

高血压合并糖尿病的患者常常会出现心脑血管的并发症，影响患者的生活质量和生存期。中医治疗为此类患者提供了新的治疗思路和方法。通过的数据分析，发现在采用中医防控策略的观察组，其临床治疗的显效和有效率明显高于对照组（ $P=0.024$ ）。足见中医防控策略在控制高血压合并糖尿病患者的心脑血管并发症上的优势。观察组的总有效率高达 97.9%，与之相对的对照组仅为 81.2%，这样的结果看到了中医防控策略的积极效果。有理由相信，对于高血压合并糖尿病患者，中医防控策略能够更有效地控制血糖，降低心脑血管并发症的发生率，提高患者的生活质量，值得在临床实践中推广应用。

高血压合并糖尿病患者容易引起心脑血管并发症，严重威胁患者的生命安全。而有效的中医防控策略有望防止此类并发症的发生。通过对比研究，发现观察组的治疗前后血糖水平显著下降（从 10.20 ± 3.88 降至 6.03 ± 0.69 , $P < 0.004$ ），而对照组下降幅度较小（从 10.25 ± 4.21 降至 8.79 ± 0.98 , $P < 0.004$ ）。这表明中医防控策略对调控血糖具有积极的效果。理想的血糖控制对预防糖尿病周围血管病变至关重要，这将有助于降低心脑血管并发症的风险。另外，中医防控策略的效果也可能与其独特的整体观及辨证论治理念有关，旨在调和身体的阴阳平衡并修复机体功能，而不仅仅是化解病理产物。总体来看，中医防控策略在高血压合并糖尿病患者心脑血管并发症管理中具有一定的优势，值得在临床实践中进一步推广应用。

参考文献

- [1] 魏军平,邹林葵.糖尿病心脑血管并发症的中医药辨证治疗[J].糖尿病之友,2022(1):58-59.
- [2] 王哲辉,杨土保.独立与联合时糖尿病及高血压的心脑血管并发症风险差异[J].中国卫生统计,2021,38(1):18-20.
- [3] 瞿广素.高血压发生心脑血管并发症危险因素的Meta分析[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2023(6):8-12.
- [4] 王炜,李月红.糖尿病血液透析患者并发症及心脑血管事件的临床特征[J].中华肾脏病杂志,2020,36(3):227-229.
- [5] 安丽婷,翟立雁.高血压对糖尿病患者心脑血管事件的影响[J].中国药业,2022,31(S1):367-368.