

体检时中药茶饮包的发放对老年人中医体质辨识知晓率的影响

徐卫红 (嘉兴市秀洲区油车港镇卫生院, 浙江嘉兴 314001)

摘要: 目的: 探讨体检时中药茶饮包的发放对老年人中医体质辨识知晓率的影响。方法: 在 2019 年、2020 年年度体检时, 应用浙江省中医药体质辨识信息化系统进行老年人中医体质辨识, 根据系统自动产生的主要体质发放中药茶饮包, 年底通过电话抽查进行知晓率考核。结果: 辖区常住老年人口 2019 年度中医体质辨识者 4573 人, 2020 年中医体质辨识者 5585 人, 年底考核中医体质辨识体质知晓率分别为 67.2% 和 79.2%, 其他参与、告知、保健宣教知晓率和满意度 100%。结论: 在体检时发放中药茶饮包可显著提高老年人中医体质辨识知晓率。

关键词: 老年人; 中医体质辨识; 中药茶饮包; 体检

中医体质学说中, 体质的偏颇是增加疾病发生倾向的因素, 人的体质相对稳定, 但可受后天影响, 亦可调节^[1]。中医的“治未病”理论强调未病先防, 通过调节偏颇体质达到预防疾病的作用, 与现代“三级预防”有一定共同之处^[2]。老年人兼夹偏颇体质较多, 需要根据体质特征来采取相应措施进行疾病预防。我院 2019 年、2020 年在常规健康指导的基础上增加中药茶饮包的发放, 显著提高了老年人中医体质辨识知晓率。现报道如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

根据浙江省基本公共卫生服务规范第四版要求, 通过老年人中医药健康管理服务记录表和王琦的《中医体质分类与判定表》^[3]进行调查, 量表包括 9 个亚量表以及 33 个条目构成的自我评价量表, 亚量表包括气郁质、血瘀质、湿热质、痰湿质、阴虚质、阳虚质、气虚质、特禀质、平和质, 每个亚量表包括 4~5 个条目。各个条目内容分为 1 分(没有/根本不/从来没有)、2 分(很少/有一点/偶尔)、3 分(有时/有些/少数时间)、4 分(经常/多数时间/相当)、5 分(总是/每天/非常)。

1.2 研究方法

由中医科和其他医务人员各一人, 应用浙江省中医药体质辨识信息化系统, 对量表条目逐条询问, 根据系统得出的主要体质发放相应的中药茶饮包, 平和质: 黄芪、陈皮; 气虚质: 黄芩、白术; 阳虚质: 杜仲、黄芪; 阴虚质: 百合、枸杞; 痰湿质: 荷叶、陈皮; 湿热质: 米仁、陈皮、菊花; 瘀血质: 山楂、丹参、红花; 气郁质: 玫瑰花、陈皮、山楂; 特禀质: 灵芝、黄芪、白术。以上均制作成独立小包装。年底检查: 采用系统自动导出 100 例进行电话抽查, 考核内容主要分 5 个方面: 您是否参与了中医体质辨识? 您的主要体质是什么? 医生有没有告知您的体质? 医务人员有没有进行相应的体质保健宣教? 对本次中医体质辨识的操作是否满意?

2 结果

辖区常住老年人口 2019 年度中医体质辨识者 4573 人,

2020 年中医体质辨识者 5585 人, 年底考核中医体质辨识体质知晓率分别为 67.2% 和 79.2%, 其他参与、告知、保健宣教知晓率和满意度 100%。

3 讨论

中医学认为, 体质是个体在先天遗传和后天获得的基础上所形成的形态和功能上相对稳定的固有特性。阴阳调和为平和质, 而偏颇质意味着阴阳失调, 在一定程度上增加了某些疾病的发病倾向。体质是后天可调的, 在疾病的发病初期对患者体质进行调节, 或可延缓疾病的发展, 预防慢性病的发生。中医体质辨识能够为老年人提供一定的生活指导, 从而帮助老年人更好的实施健康管理, 对其生活质量提升、体质改善有着重要意义。而预防的前提是知晓。

在实际进行体质辨识的操作中发现, 中医科医务人员与培训后其他医务人员对 9 种体质的分辨还是有所差距。因此在安排体检人员时, 要充分考虑老少搭配, 专业知识和非专业人员搭配, 采集信息时要耐心逐条询问, 能够准确反映老年人平时的感受, 并客观记录, 特别是对于舌苔的观察, 要重点学习。发放中药饮片包时, 要常规询问老年人有无重大疾病。对于一般人群代茶饮, 建议每日 < 800 ml; 对于有限制饮水患者, 建议听取专科医生意见控制饮水量, 同时要询问有无常用药物, 注意禁忌证。

基层群众文化程度低, 老年人记忆力差, 所以多会产生做过就忘的情况。本研究在等候区放置了标识牌, 介绍 9 种体质的相应症状, 常用的保健食品、中草药以及运动的方式, 同时发放中药茶饮包加深印象, 提高了老年人对中医体质辨识的认识度, 对培养老年人的中医保健意识起到良好的推动作用。

参考文献

- [1] 罗辉, 王琦. 中医体质与疾病相关性临床研究的方法学挑战和设计实施建议 [J]. 中医杂志, 2020, 61(1): 20-26.
- [2] 李倩茹, 王琦, 李玲孺, 等. 中医体质辨识在“治未病”中的应用 [J]. 中医学报, 2019, 34(8): 1586-1589.
- [3] 王琦. 中医体质学研究与应用 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2012.