

中药在老年疾病干预中的应用与效果分析

刘博慧

乌鲁木齐市沙依巴克区西山街道社区卫生服务中心 新疆 乌鲁木齐 830000

【摘要】：本文围绕中药在老年疾病干预中的应用展开研究，分析中药干预老年疾病的独特价值，梳理适用的常见老年疾病类型，剖析当前应用存在的问题，提出优化应用方向，展望发展前景。中药以整体调理、副作用小等优势适配老年疾病特点，但存在应用不规范、评价体系不完善等问题。通过制定指南、构建评价体系等措施，可推动中药合理应用，为提升老年健康服务质量、完善老年医疗体系提供参考。

【关键词】：中药；老年疾病；疾病干预；应用现状；效果分析

DOI:10.12417/2705-098X.26.05.051

引言

人口老龄化背景下，老年疾病发病率逐年上升，高血压、糖尿病、骨质疏松等疾病高发，不仅影响老年人生活质量，也对医疗服务体系提出更高要求。中药作为传统医学重要组成部分，凭借整体调理、副作用相对较小、注重个体适配等特点，在老年疾病干预中展现出独特优势，能兼顾疾病治疗与身体机能保护。当前中药在老年疾病干预中的应用虽取得一定成效，但仍存在应用不规范、效果评价体系不完善、中西医联用风险不明等问题，未能充分发挥临床价值。

1 中药干预老年疾病的独特价值

1.1 中药注重整体调理，契合老年人身体机能特点

老年人身体机能逐渐衰退，多存在多器官功能减弱、代谢能力下降等问题，且常同时患有多种疾病，治疗需兼顾整体健康。中药干预遵循“整体观念”，强调从机体整体出发调节失衡状态，而非单纯针对某一病症。例如，在干预老年慢性疾病时，中药不仅能缓解症状，还能调理脾胃、改善气血运行，增强机体整体抵抗力。这种整体调理思路与老年人身体机能特点高度契合，可减少单一治疗对身体的负担，帮助老年人在控制疾病的同时，维持身体机能稳定，更符合老年疾病干预的长期需求。

1.2 中药干预副作用相对较小，降低老年用药风险

老年人肝肾功能减退，对药物的代谢与耐受能力较弱，长期服用多种西药易出现不良反应，增加用药风险。中药多源于天然动植物，经过长期临床实践验证，在合理配伍与剂量控制下，副作用相对较小。同时，中药干预注重“辨证施治”，会根据老年人的体质、病情调整用药方案，减少药物对身体的刺激。例如，在缓解老年失眠症状时，中药通过调理心神、改善脏腑功能发挥作用，相比部分西药对神经系统的直接作用，更温和和安全，能有效降低老年人因用药产生的不良反应风险，提升治疗的安全性与耐受性。

1.3 中药支持个体化方案，适配老年疾病复杂病情

老年疾病病情多较为复杂，同一疾病在不同老年人身上的

表现、病因及合并病症存在差异，需个性化治疗方案。中药干预以“辨证施治”为核心，会结合老年人的年龄、体质、症状、病史等因素，制定专属用药方案。例如，同样是老年糖尿病患者，若伴有气虚症状，会在降糖中药基础上配伍补气药材；若伴有阴虚症状，则侧重滋阴调理。这种个体化方案能精准适配老年疾病的复杂病情，避免“一刀切”的治疗模式，更好地应对老年人个体差异带来的治疗难题，提升干预的针对性与有效性。

2 中药适用的常见老年疾病类型

2.1 中药在老年慢性代谢性疾病中的应用

老年慢性代谢性疾病以糖尿病、高血脂、高尿酸血症等为代表，病程长、易反复，需长期干预。中药在这类疾病干预中，可通过调节机体代谢功能发挥作用。例如，针对老年糖尿病，中药可通过健脾益气、滋阴润燥等思路，改善胰岛素敏感性，调节血糖水平，同时缓解口渴、乏力等症状；针对老年高血脂，中药可通过活血化瘀、祛痰除湿等方法，降低血脂指标，减少血管壁脂质沉积。此外，中药还能兼顾调理代谢紊乱引发的并发症，如糖尿病肾病、高血脂相关的心血管不适，为慢性代谢性疾病的长期管理提供支持。

2.2 中药在老年心脑血管疾病中的应用

老年人心脑血管功能减弱，冠心病、脑梗塞、高血压等疾病高发，且易引发严重并发症。中药在这类疾病干预中，可从改善血液循环、保护血管功能入手。例如，针对老年冠心病，中药可通过益气活血、通络止痛等方式，缓解胸闷、胸痛症状，改善心肌供血；针对老年高血压，中药可通过平肝潜阳、滋阴补肾等思路，调节血压水平，减少血压波动对血管的损伤。同时，中药在疾病恢复期的干预中也有优势，能帮助改善心脑血管疾病后遗症，如肢体活动不便、语言障碍等，促进老年人功能恢复，提升生活自理能力。

2.3 中药在老年退行性疾病中的应用

老年退行性疾病主要包括骨关节炎、骨质疏松、阿尔茨海默病等，与老年人器官、组织退行性改变密切相关，以疼痛、

功能衰退为主要表现。中药在这类疾病干预中，可通过延缓退行性改变、改善组织营养发挥作用。例如，针对老年骨关节炎，中药可通过祛风除湿、活血通络、补益肝肾等方法，缓解关节疼痛、肿胀，改善关节活动度；针对老年骨质疏松，中药可通过补肾益精、强筋健骨等思路，增加骨密度，减少骨折风险；针对阿尔茨海默病，中药可通过益气养血、安神益智等方式，改善记忆力减退、认知障碍等症状，延缓病情进展。

3 中药干预老年疾病存在的问题

3.1 中药应用缺乏统一规范，临床用药随意性较强

当前中药干预老年疾病的临床应用中，缺乏统一的诊疗规范与用药标准。不同医疗机构、不同医师对同一老年疾病的辨证思路、用药方案差异较大，部分医师仅凭个人经验用药，未遵循标准化的辨证流程。例如，针对老年高血压，有的医师侧重平肝潜阳用药，有的侧重滋阴补肾用药，用药剂量与疗程也无统一参考。这种缺乏规范的应用现状，导致临床用药随意性较强，不仅可能影响干预效果，还可能因辨证不准确、用药不当，增加老年人身体负担，甚至引发不良反应，制约中药在老年疾病干预中的推广应用。

3.2 中药效果评价体系不完善，缺乏系统论证

中药干预老年疾病的效果评价体系尚未完善，现有评价多侧重症状改善或单一指标变化，缺乏全面、系统的论证。例如，评价中药对老年糖尿病的干预效果，常仅关注血糖指标变化，忽视对患者生活质量、并发症发生率、长期预后的评估；评价中药对老年骨关节炎的效果，多关注疼痛缓解程度，缺乏对关节功能恢复、疾病复发率的长期跟踪。此外，效果评价多依赖主观感受与经验总结，缺乏客观、量化的评价指标与科学的研究设计，导致中药干预效果的说服力不足，难以获得广泛认可，也不利于中药干预方案的优化与推广。

3.3 中药与西药联用机制不明，存在配伍风险

老年疾病治疗中，中西医联用较为常见，但中药与西药联用的作用机制尚未明确，存在潜在配伍风险。部分老年人同时服用多种中药与西药，却缺乏对二者相互作用的了解，医师也难以准确判断联用的安全性。例如，某些中药成分可能影响西药的代谢过程，导致西药血药浓度升高或降低，影响药效或增加副作用风险；部分中药与西药在作用机制上可能存在冲突，加重身体负担。由于联用机制研究不足，缺乏明确的联用禁忌与指导原则，临床中易出现不合理联用情况，威胁老年人用药安全，限制中西医结合在老年疾病干预中的应用。

4 优化中药干预老年疾病应用的方向

4.1 制定中药干预老年疾病的临床应用指南

结合老年人群生理特点、老年疾病发病规律及中药干预实践经验，组织中医药专家、老年医学专家共同制定中药干预老年疾病的临床应用指南。指南需明确常见老年疾病的辨证分型

标准、对应的中药治疗方案、用药剂量与疗程、注意事项等内容，例如针对老年糖尿病，明确不同证型（如气阴两虚型、阴阳两虚型）的辨证要点与推荐方药。同时，指南需结合临床实际不断更新完善，定期纳入新的研究成果与实践经验，为医师提供统一、规范的用药参考，减少临床用药随意性，确保中药干预的安全性与有效性。

4.2 构建科学的中药干预效果评价体系

从多维度构建中药干预老年疾病的效果评价体系，突破单一指标评价的局限。评价内容需涵盖疾病症状改善、生理指标变化、生活质量提升、并发症控制、长期预后等方面，例如评价中药对老年冠心病的效果，需同时关注胸痛缓解情况、心电图指标、运动耐力、心血管事件发生率等。引入客观、量化的评价工具，如生活质量量表、功能评分量表等，结合现代医学检测手段，增强评价的科学性与客观性。同时，开展长期跟踪研究，关注中药干预的远期效果，为中药干预方案的优化提供充分依据，提升中药干预效果的说服力。

4.3 研究中药与西药合理联用的安全机制

加强中药与西药联用的机制研究，明确二者相互作用的原理与规律。组织药理学、医学专家开展专项研究，分析常见中药与老年疾病治疗常用西药的相互作用，例如研究中药成分对西药代谢酶活性的影响、中药与西药在作用靶点上的相互关系等。基于研究成果，制定中药与西药联用的安全指导原则，明确推荐联用方案、禁忌联用组合及注意事项，例如指出哪些中药与降压药联用可能导致血压过低、哪些中药与降糖药联用需注意低血糖风险。同时，加强医师培训，提升医师对中西药联用风险的认知与把控能力，确保老年患者用药安全。

5 中药干预老年疾病的发展前景

5.1 中药现代化技术助力老年疾病干预研究

随着中药现代化技术的发展，如中药成分提取分离技术、质量控制技术、药理作用研究技术等，为中药干预老年疾病的深入研究提供支撑。通过现代化提取技术，可从中药中分离出有效成分，明确其作用机制，为精准干预老年疾病提供依据；借助先进的质量控制技术，可提升中药制剂的稳定性与安全性，确保临床用药质量；利用现代药理研究方法，能更清晰地阐释中药干预老年疾病的分子机制，增强中药干预的科学性。这些技术的应用，将推动中药干预老年疾病研究向更深层次发展，为研发更高效、更安全的中药干预方案奠定基础。

5.2 中药养生理念融入老年健康管理体系

中药养生理念强调“未病先防、既病防变”，与老年健康管理的预防为主、长期维护理念高度契合，未来可进一步融入老年健康管理体系。例如，在老年健康体检后，可根据老年人的体质特点，推荐中药养生方案，如气虚体质老年人推荐补气类中药茶饮，阴虚体质老年人推荐滋阴养生食疗方；在老年疾

病预防中,可通过中药调理改善老年人亚健康状态,降低疾病发生风险。同时,结合社区老年健康服务,开展中药养生知识普及活动,指导老年人通过中药养生方法维护健康,推动老年健康管理从疾病治疗向健康维护延伸,提升老年人整体健康水平。

5.3 中西医结合推动老年疾病干预模式创新

中西医结合能充分发挥中药整体调理与西药快速对症治疗的优势,推动老年疾病干预模式创新。例如,在老年急性心脑血管疾病治疗中,可先通过西药快速控制病情,再结合中药调理身体机能、预防复发;在老年慢性疾病长期管理中,可采用西药控制核心指标,配合中药改善症状、减少西药用量与副作用。未来,可构建“中西医协同”的老年疾病干预团队,由中医师与西医师共同制定治疗方案,开展联合诊疗,实现中西医优势互补。这种创新的干预模式,能更全面地应对老年疾病

的复杂性,提升干预效果与安全性,为老年医疗提供新的发展方向。

6 结论

中药在老年疾病干预中具有独特价值,其整体调理、副作用相对较小、支持个体化方案的特点,与老年人身体机能及疾病复杂性高度适配,在慢性代谢性疾病、心脑血管疾病、退行性疾病等常见老年疾病干预中均有应用空间。然而,当前中药干预存在应用不规范、效果评价体系不完善、中西医联用风险不明等问题,制约了其临床价值的发挥。通过制定临床应用指南、构建科学评价体系、研究中西药联用安全机制等优化方向,可推动中药在老年疾病干预中的合理应用。未来,借助中药现代化技术、融入养生理念、创新中西医结合模式,中药将在老年医疗领域发挥更大作用,为提升老年健康服务质量、应对人口老龄化挑战提供有力支撑。

参考文献:

- [1] 石玉莹,王燕辉,张虹,等.中药穴位贴敷联合中药热奄包预防老年肿瘤化疗后不良反应临床研究[J].新中医,2025,57(13):139-143.
- [2] 周文,彭翔,伍雅兰,等.中药熏洗治疗老年肛肠疾病术后创面水肿和疼痛的疗效分析[J].中国临床医生杂志,2025,53(06):798-800.
- [3] 赵菊女,杜秀琴.合理运用中药性味理论完善老年慢性疾病康复管理流程[J].中医药管理杂志,2024,32(20):101-103.
- [4] 左一鸣,杨智涵,史国花,等.基于文献计量学的中医药治疗老年疾病潜在优势病种研究[J].中国比较医学杂志,2024,34(08):37-49.
- [5] 李超,丁霖,孙星,等.穴位贴敷联合中药雾化吸入护理在老年慢性阻塞性肺疾病急性加重期患者中的应用效果[J].四川中医,2024,42(01):209-213.