

# 中医药治疗老年高血压伴轻度认知障碍的研究进展

焦运晓<sup>1</sup>, 孙贺辰<sup>1</sup>, 客蕊<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>黑龙江中医药大学研究生院, 黑龙江 哈尔滨

<sup>2</sup>黑龙江中医药大学第一附属医院老年病科, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2026年1月3日; 录用日期: 2026年1月28日; 发布日期: 2026年2月5日

## 摘要

随着全球人口老龄化的加剧, 老年人群的健康问题日益成为社会关注的焦点。其中, 高血压作为一种常见的慢性病, 严重威胁着老年人的健康。高血压不仅是心脑血管疾病的主要危险因素, 还与认知功能障碍密切相关。临床研究表明, 中医药治疗老年高血压伴轻度认知障碍具有理论体系完备、疗效确切、优势突出等特点。结合文献, 总结近年来中医药治疗老年高血压伴轻度认知障碍的研究现状, 现对老年高血压伴轻度认知障碍的中医病因病机及内外治疗的研究进展进行综述, 以期为进一步提高中医药治疗的理论基础和临床疗效提供参考。

## 关键词

老年高血压, 轻度认知功能障碍, 中医药治疗

# Research Progress on the Treatment of Elderly Hypertension Combined with Mild Cognitive Impairment with Traditional Chinese Medicine

Yunxiao Jiao<sup>1</sup>, Hechen Sun<sup>1</sup>, Rui Qie<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Graduate School of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

<sup>2</sup>Department of Geriatrics, First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

Received: January 3, 2026; accepted: January 28, 2026; published: February 5, 2026

\*通讯作者。

文章引用: 焦运晓, 孙贺辰, 客蕊. 中医药治疗老年高血压伴轻度认知障碍的研究进展[J]. 临床医学进展, 2026, 16(2): 1155-1160. DOI: 10.12677/acm.2026.162498

## Abstract

With the intensification of global population aging, the health issues of the elderly have increasingly become the focus of social attention. Among them, hypertension, as a common chronic disease, seriously threatens the health of the elderly. Hypertension is not only a major risk factor for cardiovascular and cerebrovascular diseases, but also closely related to cognitive dysfunction. Clinical studies have shown that traditional Chinese medicine treatment for elderly hypertension with mild cognitive impairment has the characteristics of a complete theoretical system, definite efficacy, and prominent advantages. Based on the literature, the current research status of traditional Chinese medicine treatment for elderly hypertension with mild cognitive impairment in recent years is summarized. The research progress on the etiology and pathogenesis of traditional Chinese medicine for elderly hypertension with mild cognitive impairment and internal and external treatment is reviewed, with the aim of providing a reference for further improving the theoretical basis and clinical efficacy of traditional Chinese medicine treatment.

## Keywords

Elderly Hypertension, Mild Cognitive Impairment, Traditional Chinese Medicine Treatment

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

高血压是最常见的慢性病之一。半数以上的老年人患有高血压，而在 $\geq 80$ 岁的高龄人群中，高血压的患病率接近 90%，是罹患脑卒中、心肌梗死乃至造成心血管死亡的首要危险因素。根据《中国老年高血压管理指南 2023》[1]，在未使用降压药物的情况下非同日 3 次测量血压，收缩压  $\geq 140$  mmHg 或舒张压  $\geq 90$  mmHg，或者曾明确诊断高血压且正在接受降压药物治疗的老年人，虽然血压  $< 140/90$  mmHg 也应诊断为老年高血压。

轻度认知障碍，是指记忆力或其他认知功能进行性减退，但不影响日常生活能力，且未达到痴呆的诊断标准。据统计，我国 60 岁以上人群的轻度认知障碍患病率为 15.5%，患者人数达 3877 万例[2]。有关 MCI 的随访研究显示，约有 10%~30% 的患者在 1 年内，20%~66% 在 2~4 年内进展为痴呆，年转化率比正常人高 10 倍。认知功能障碍的发展是个长期的过程，可能在临床前数 10 年即已开始。在疾病进展的后期，特别是发生痴呆后再开始治疗，虽仍可能延缓认知功能衰退的进程，但已有的损害多不能逆转[3]。

## 2. 老年高血压伴轻度认知障碍发病机制

认知功能障碍患者在记忆、语言、思维、判断等方面出现的异常或退化，严重者可能发展为痴呆。研究表明，高血压患者由于长期的血压升高，可能导致大脑供血不足，进而引发脑白质病变、小血管病变等，最终影响大脑的认知功能。认知障碍不仅限制了老年人的日常生活能力，还增加了对家庭和社会的依赖性，带来了巨大的社会和经济负担。老年人一旦出现认知功能障碍，往往伴随着独立生活能力的下降、情绪障碍的增多以及生活质量的显著降低。此外，认知功能障碍还与老年人抑郁症、焦虑症等心理疾病的发生密切相关，进一步加剧了老年人群体的健康问题。随着疾病的进展，部分患者可能会发展

为痴呆导致记忆力完全丧失、行为异常,甚至出现精神症状,对患者及其家属造成严重的心理压力。因此,早期识别和干预老年高血压患者中的认知功能障碍,对减缓疾病进展、提高患者的生活质量具有重要意义。

老年高血压是轻度认知功能障碍常见的危险因素。我国的流行病学调查数据显示,高血压患者痴呆风险增加 1.86 倍,轻度认知功能障碍风险增加 1.62 倍[4]。血压的异常升高会引起动脉硬化、慢性脑灌注不足、微循环障碍并且会引起脑内  $\beta$  淀粉样蛋白积累增多从而导致大脑皮层结构的损伤[5]。这些脑区神经元的损伤与认知相关从而导致高血压患者认知功能障碍。

高血压引起脑微血管的病理学改变,损害微血管结构、网络架构和功能,并促成脑微出血、腔隙性梗死和脑白质损伤的发生。血脑屏障和神经炎症,高血压通过氧化应激反应,损伤血脑屏障的内皮细胞相关结构、细胞外基质和周细胞等机制破坏血脑屏障[6];神经血管耦合受损,高血压通过血管紧张素 II 增加活性氧产生,导致内皮介导的神经血管功能实质性受损,进一步导致氧气和代谢底物的供需严重不匹配,加剧认知功能下降[7]。降压治疗可延缓增龄相关的认知功能下降以及降低痴呆发生风险,老年人血压过高或过低亦可能增加认知障碍发生风险。

近年来,中医药防治老年高血压伴轻度认知障碍的临床及基础研究日益增多且疗效可观,为本病的临床诊疗提供新的思路。笔者对老年高血压伴轻度认知障碍的中医病因病机以及中医治疗等研究进展归纳总结如下,为其进一步临床应用提供参考。

### 3. 中医的病因病机

古代文献中无高血压西医病名的相关记载,多将其归于中医眩晕、头痛范畴,病位与肝、脾、肾三脏关系密切。同时,情志失调、饮食不节、久病过劳、年迈体虚等因素也为其中医病因。古今均以肝风、肝阳为主要病机立论,然而,由于高血压受诸多因素影响,病机复杂,病程较长,患病日久多伴靶器官损害、需终身服药等特点,其中医病机已不应单纯从“肝”论治。且因现代医学对高血压防治的早诊断、早治疗,降压药物的及早、广泛运用,能够快速控制患者升高的血压,疾病的自然病程也因快速阻断而发生变化,使其病因病机从单纯火证、实证,向虚实夹杂证方向转化,火证发病率呈降低趋势,而饮证及虚证发病率增高。

在中医学中,轻度认知障碍所表现出的临床症状与“健忘”“善忘”等神志病的临床表现相似。《黄帝内经》中提到“人之善忘者……上气不足,下气有余,故善忘也”,首载“善忘”的中医病名;《灵枢·癫狂病第二十二》“心主神明,狂病心神不宁而喜忘”、《素问·至真要大论篇第七十四》云:“太阳之复……甚则入心,善忘善悲”说明心神不宁,会导致善忘、健忘。在《太平圣惠方》中,也提到了“心”是精神的根基,心为君主之官,心主神明,当心神不宁时,人的血脉没有足够的营养支持,导致气血亏虚,精神不能集中,进一步影响记忆力,导致健忘。因此,轻度认知功能障碍与否与心气血的盛衰有着密切的联系,心气血不足,就会产生神志的改变,如心神不宁、健忘、善忘等。

中医认为,年老体衰是老年高血压伴轻度认知障碍的重要病因基础。随着年龄的增长,人体脏腑功能逐渐衰退,阴阳失调,气血亏虚,导致机体的调节能力下降,容易引发各种疾病。肝肾亏虚在该病的发生发展中起着关键作用。肝藏血,肾藏精,精血同源,肝肾相互滋养。老年人肝肾渐亏,肝阴不足,不能制约肝阳,导致肝阳上亢,气血上逆,可引发头晕、头痛等高血压症状;肾阴虚则髓海失养,脑窍空虚,出现记忆力减退、认知功能下降等表现。气血不足也是常见病因。气为血之帅,血为气之母,气血相互依存。老年人体质虚弱,脾胃功能减弱,气血生化无源,或久病耗伤气血,导致气血不足,不能上荣于脑,脑窍失养,出现头晕、健忘等症状。痰浊瘀血内阻也是重要的致病因素。老年人脾胃虚弱,运化失常,水湿内停,聚湿生痰,痰浊阻滞经络,蒙蔽清窍,可导致头晕、头重如裹、思维迟缓等症状。此外,

气血运行不畅，瘀血阻滞脑络，脑脉痹阻，气血不能正常流通，也会影响大脑的正常功能，出现认知障碍。其病机主要为气血逆乱、脑窍失养、神机失用。各种病因导致气血运行失常，或上逆于脑，或瘀阻脑络，使脑窍得不到充足的气血滋养，脑髓失充，神机失用，从而出现高血压和认知障碍的一系列症状。

## 4. 中医药治疗

### 4.1. 中药汤剂治疗

中药汤剂在治疗老年高血压伴轻度认知障碍方面呈现出全方位、多角度、深层次的态势，相较于西医，其毒副作用小，获益期长，不易耐药。

#### 4.1.1. 肾阴亏虚

六味地黄汤由熟地黄、山茱萸、山药、泽泻、牡丹皮、茯苓组成。适用于肾阴亏虚型高血压伴轻度认知障碍患者，该证型主要表现为头晕目眩、腰膝酸软、手足心热、夜间盗汗、口干咽燥等症状。其作用机制在于，熟地黄、山茱萸滋补肾阴，为君药；山药补脾益胃，与熟地黄、山茱萸相伍，三阴并补；泽泻利湿泄浊，防熟地黄之滋腻；牡丹皮清泄肝火，制山茱萸之温涩；茯苓淡渗脾湿，助山药之健运，六药合用，三补三泻，以补为主，共奏滋阴补肾、平衡阴阳之效，可辅助稳定血压，改善因肾阴不足致阴不制阳、虚火上扰引起的认知功能障碍。李波等的研究表明，运用六味地黄颗粒联合常规治疗可提高老年高血压合并认知障碍患者临床疗效，改善认知功能和日常生活能力，提高血压达标率[8]。

#### 4.1.2. 肝阳上亢，肝风上扰

天麻钩藤饮由天麻、钩藤、生决明、山栀、黄芩、川牛膝、杜仲、益母草、桑寄生、夜交藤、朱茯神组成。适用于肝阳偏亢、肝风上扰证的老年高血压伴轻度认知障碍患者，典型表现为头晕胀痛(遇情绪激动加重)、失眠多梦，伴口苦面红、急躁易怒等。方中天麻、钩藤平肝息风，为君药；生决明清肝潜阳，山栀、黄芩清热泻火，协助君药以加强平肝息风之力；川牛膝引血下行，兼能活血利水；杜仲、桑寄生补益肝肾；益母草活血利水；夜交藤、朱茯神宁心安神，诸药合用，具有平肝息风、清热活血、补益肝肾之功效，可有效缓解肝阳上亢引发的头晕头痛，调节血压，改善因肝阳上亢、风邪扰头导致的认知功能下降。研究表明，天麻钩藤颗粒能在一定程度上抑制 NLRP3 炎症小体合成，保护额叶神经元，改善认知能力，是其治疗高血压认知功能障碍的重要机制[9]。

#### 4.1.3. 瘀血内阻

血府逐瘀汤由赤芍、川芎、桃仁、红花、老葱、鲜姜、红枣、麝香、黄酒组成。适用于瘀血内阻型高血压伴轻度认知障碍患者，主要表现为头痛固定刺痛、面色青紫，伴头晕健忘、肢体麻木等。方中桃仁、红花活血化瘀，为君药；赤芍、川芎助君药活血化瘀、行气止痛；麝香通窍活血，黄酒温通血脉以助药势，诸药合用，共奏活血化瘀、行气止痛之效，可改善脑部循环，缓解瘀血头痛，对因瘀血阻滞头面经络致气血不畅引起的认知障碍有一定的治疗作用。临床研究显示，血府逐瘀汤可改善高血压患者的血液流变学指标，降低血液黏稠度，增加脑血流量，改善患者的认知功能，减轻头晕、健忘等症状。

#### 4.1.4. 心脾气血两虚

归脾汤，由白术、当归、白茯苓、黄芪、远志、龙眼肉、酸枣仁、人参、木香、炙甘草组成。适用于心脾气血两虚证的老年高血压伴轻度认知障碍患者，常见症状为头晕乏力、心悸失眠，伴面色苍白、食欲不振、大便稀溏等。方中黄芪、人参益气健脾，当归、龙眼肉养血补心，白术、茯苓健脾渗湿，酸枣仁、远志宁心安神，木香理气醒脾，炙甘草调和诸药，全方共奏益气补血、健脾养心之功，可补养气血、改善体虚，辅助稳定血压，改善因气血不足致脑失所养引起的认知障碍。临床实践表明，归脾汤能提高

患者的血红蛋白水平,改善贫血症状,缓解头晕、乏力等不适,同时对患者的认知功能和睡眠质量有明显的改善作用。

## 4.2. 单味中药治疗

单味中药在治疗老年高血压伴轻度认知障碍时,具有多种药理作用。在抗氧化应激方面,许多单味中药如人参、何首乌、葛根等,含有丰富的抗氧化成分,能够清除体内过多的氧自由基,抑制脂质过氧化反应,减轻氧化应激对血管内皮细胞和神经细胞的损伤,保护血管和神经的正常功能。在调节神经递质方面,人参、远志等中药能够调节神经递质的合成、释放和代谢,增加乙酰胆碱、5-羟色胺、多巴胺等神经递质的含量,改善神经信号的传递,提高大脑的认知功能。在促进神经再生方面,何首乌等中药可以促进神经干细胞的增殖和分化,增加神经细胞的数量,促进神经纤维的生长和修复,有助于改善老年高血压伴轻度认知障碍患者的神经功能,延缓病情进展。这些药理作用相互协同,共同发挥治疗老年高血压伴轻度认知障碍的作用。

## 4.3. 中医外治法

大量研究证实,针刺轻度认知障碍患者可有效改善患者的认知功能。刘润利[10]将64例卒中后轻度认知障碍患者作为研究对象,研究中,研究组患者取神庭、百会穴进行电针治疗,其治疗总有效率、MMSE评分、ADL评分均显著优于采用常规治疗的对照组。百会穴是三阳五会的穴位,其与大脑有着密切的联系,电针百会穴可调节大脑功能,达到生髓养脑、益气安神的效果;神庭穴是人类神志所在,针刺该穴位可直达病所,有效调整大脑顶叶、额叶功能,具有镇静开窍、调节情志的作用。

## 5. 总结

近年来,中医受到越来越多的关注和认可,中医药治疗老年高血压伴轻度认知障碍也被广泛应用于临床研究中。笔者将近年来该病的中医病因病机,内治法、针灸等手段治疗的相关文献加以归纳总结,发现不同中医医家有着不同见解。中医药在治疗老年高血压伴轻度认知障碍方面凭借其深厚的历史底蕴和独特疗效,展现出显著的临床价值。未来需继续围绕中医药治疗进行研究,以更加深入地了解老年高血压伴轻度认知障碍的病因病机,对其中医药治疗方案进行完善,从而取得更好的治疗效果。

## 参考文献

- [1] 中国老年医学学会高血压分会,北京高血压防治协会,国家老年疾病临床医学研究中心(中国人民解放军总医院,首都医科大学宣武医院). 中国老年高血压管理指南 2023 [J]. 中华高血压杂志, 2023, 31(6): 508-538.
- [2] Jia, L., Du, Y., Chu, L., Zhang, Z., Li, F., Lyu, D., *et al.* (2020) Prevalence, Risk Factors, and Management of Dementia and Mild Cognitive Impairment in Adults Aged 60 Years or Older in China: A Cross-Sectional Study. *The Lancet Public Health*, 5, e661-e671. [https://doi.org/10.1016/s2468-2667\(20\)30185-7](https://doi.org/10.1016/s2468-2667(20)30185-7)
- [3] 中国防治认知功能障碍专家共识专家组,中国防治认知功能障碍专家共识专家组. 中国防治认知功能障碍专家共识[J]. 中华内科杂志, 2006(2): 171-173.
- [4] 中国高血压防治指南修订委员会,高血压联盟(中国),中国医疗保健国际交流促进会高血压病学分会,等. 中国高血压防治指南(2024年修订版) [J]. 中华高血压杂志(中英文), 2024, 32(7): 603-700.
- [5] 王昀暄,李汶玲,王序方,等. 高血压与认知障碍相关脑结构及功能改变关系的研究进展[J]. 现代医学, 2023, 51(2): 246-250.
- [6] 《中国心血管健康与疾病报告》编写组. 《中国心血管健康与疾病报告 2021》概述[J]. 中国心血管病研究, 2022, 20(7): 577-596.
- [7] 尹闰阁. 中老年高血压合并轻度认知障碍患者的运动联合认知干预方案的构建及应用[D]: [硕士学位论文]. 衡阳: 南华大学, 2024.

- [8] 李波, 王建发, 刘景委, 等. 加味六味地黄颗粒联合常规治疗对老年高血压合并认知障碍患者的临床疗效[J]. 中成药, 2022, 44(12): 3842-3847.
- [9] 刘晨笑, 孟玥, 孙治琪, 等. 基于 NLRP3 炎症小体探讨天麻钩藤颗粒对自发性高血压肝阳上亢证认知障碍的影响[J]. 中医学报, 2021, 36(9): 1968-1973.
- [10] 刘润利. 电针神庭、百会对脑卒中后轻度认知障碍的临床研究[J]. 临床医学研究与实践, 2017, 2(29): 101-102.