• 系統編號	RC9008-0154		
• 計畫中文名稱	運動訓練對白袍高血壓患者罹病因子及血壓控制成效之探討		
• 計畫英文名稱	The Effect of Exercise Training on Risk Factor Modification and Blood pressure Control in Patients with White Coat Hypertension		
• 主管機關	行政院國家科學委員會	• 計畫編號	NSC89-2320-B038-022
• 執行機構	台北醫學院護理系		
• 本期期間	8808 ~ 8907		
• 報告頁數	6 頁	• 使用語言	中文
• 研究人員	蔡仁貞 Tsai, Jen-Chen		
• 中文關鍵字	運動訓練；白袍高血壓；危險因子；目標器官傷害		
• 英文關鍵字	Exercise training；White coat hypertension；Risk factor；Target organ damage		

• 中文摘要

本研究之目的在於確立白袍高血壓之個案，了解發生之原因、血壓的易變性及標的器官損傷的情形，並採用前、後測及對照組之準實驗性設計方法，將白袍高血壓者之隨機方式，分配至運動訓練組或控制組。兩組病患於研究期間接受標的器官功能評估、24 小時血壓監測、運動測試、血脂肪檢驗、及情緒狀況的評估。此外，參與運動訓練組之病患依其運動處方，進行為期 12 週，每週 3 次的運動訓練計畫。經由 12 週規則運動訓練後，運動組個案之門診靜態收縮壓，及平均 24 小時血壓監測舒張壓均有顯著改善的情況(p=0.02 及 0.03)。在血脂濃度方面，運動組個案三酸甘油脂有下降情形(p=0.03)，而高密度脂蛋白膽固醇則有顯著上升情況(p=0.04)，有關血脂濃度和血壓變化在控制組則未呈現顯著變化。至於身體質量指數和運動耐力方面，無論運動或控制組均無明顯變化的現象。

• 英文摘要

This study was proposed to establish the knowledge foundation white coat hypertension. The causes, blood pressure variability, mood status, and target organ damage for each patient were determined. A pretest-posttest control group experimental research design was conducted to evaluate the effect of exercise training on blood pressure, exercise capacity, blood lipid, and mood status among patients with white coat hypertension. Subjects were randomly assigned into an exercise or control group. The Exercise group participated in a 12-weeks supervised exercise training program, 3 time per week at the prescribed intensity. The results indicated improvements of clinic blood pressure, 24 hours ambulatory diastolic blood pressure, and blood lipid profile in exercise group.