

个体化护理对鼻炎患者 SAS 评分的影响分析

陈贻芳 周利君 黎懿*

联勤保障部队第923医院

DOI:10.32629/carnc.v3i12.21825

[摘要] 目的：分析个体化护理对鼻炎患者 SAS 评分的影响。方法：此次研究对象为 100 例鼻炎患者，抽取自本院 2025 年 1 月-2026 年 1 月。以随机数字表法分为常规组及实验组，每组 50 例。其中常规组采取常规护理，实验组采取个体化护理，对两组 SAS 评分及护理满意度进行比较。结果：相比较常规组，护理后实验组 SAS 评分显低 ($P < 0.05$)，护理总满意度显高 ($P < 0.05$)。结论：对鼻炎患者采取个体化护理干预，能有效缓解患者的焦虑情绪，减少 SAS 评分，同时提高临床护理满意度，对患者的预后予以改善，值得临床推广应用。

[关键词] 鼻炎；个体化护理；SAS 评分；焦虑情绪；护理满意度

中图分类号：R473.7 文献标识码：A

Analysis of the Effect of Individualized Nursing on SAS Scores of Patients with Rhinitis

Yifang Chen, Lijun Zhou, Yi Li*

923rd Hospital of the Joint Logistics Support Force

Abstract: Objective: To analyze the effect of individualized nursing on SAS scores in patients with rhinitis. Methods: A total of 100 patients with rhinitis admitted to the hospital from January 2025 to January 2026 were selected and randomly divided into the conventional group and the experimental group, with 50 cases in each group. The conventional group received routine nursing, while the experimental group received individualized nursing intervention. SAS scores and nursing satisfaction were compared between the two groups. Results: After nursing intervention, the experimental group showed significantly lower SAS scores and higher overall nursing satisfaction than the conventional group ($P < 0.05$). Conclusion: Individualized nursing can effectively relieve anxiety, reduce SAS scores, improve nursing satisfaction and optimize the prognosis of patients with rhinitis, which is worthy of clinical promotion and application.

Keywords: rhinitis; individualized nursing; SAS score; anxiety emotion; nursing satisfaction

引言

鼻炎为耳鼻喉科多发的慢性炎症性疾病，主要可见过敏性鼻炎、慢性单纯性鼻炎及肥厚性鼻炎等类型，临床症状可见鼻塞、流涕、鼻痒及打喷嚏，病情迁延反复，且较容易复发，病程可持续数月或数年，对患者日常生活、睡眠质量及社交状态产生较大的影响^[1]。长期不适症状的持续困扰，容易造成患者产生烦躁、焦虑及担忧等负面情绪，提高焦虑的发生率，而持续焦虑状态可加剧机体神经内分泌紊乱，降低机体的免疫力，进一步加剧鼻炎病情，对疾病康复产生较大的影响^[2-3]。临床常规护理主要采取基础病情护理及用药指导，护理模式同质化及缺少针对性，很难兼顾患者的个体病情、心理状态及生活习惯的差异性，对患者焦虑情绪的改善效果不佳。个体化护理以患者为重点，综合患者病情特征、心理状态、过敏史及生活环境等个体差异，制定针对性及个性化护理方案，能够弥补常规护理的不足。为此，本研究选取 100 例鼻炎患者为研究对象，分析个体化护理对鼻炎患者 SAS 评分的影响。结果详见下文。

1 资料与方法

1.1 基础资料

此次研究对象为 100 例鼻炎患者，抽取自本院 2025 年 1 月-2026 年 1 月。以随机数字表法分为常规组及实验组，每组 50 例。常规组男 27 例，女 23 例；年龄 18~62 岁，平均 (39.56 ± 8.42) 岁；病程 1~9 年，平均 (4.25 ± 1.36) 年；鼻炎类型：过敏性鼻炎 28 例，慢性单纯性鼻炎 16 例，肥厚性鼻炎 6 例。实验组男 26 例，女 24 例；年龄 19~63 岁，平均 (40.12 ± 8.65) 岁；病程 1~10 年，平均 (4.38 ± 1.42) 年；鼻炎类型：过敏性鼻炎 29 例，慢性单纯性鼻炎 15 例，肥厚性鼻炎 6 例。两组基础资料对比差异小 ($P > 0.05$)，具有可比性。

纳入标准：（1）患者均满足鼻炎相关诊断标准；（2）认知、沟通功能正常，可独立配合完成量表评估与护理干预；（3）临床资料完整，患者及家属知情本研究并签署知情同意书。排除标准：（1）有鼻窦炎、鼻息肉及鼻中隔偏曲等其他鼻部疾病者；（2）合并严重脏器疾病、精神疾病及认

知障碍者；（3）中途退出研究、随访失联者。

1.2 方法

1.2.1 常规组

此组采取常规护理，每天监测患者鼻部症状、体温及呼吸等体征，观察其相关症状改善情况。为患者讲解药物的使用方法、剂量、用药时间及常见不良反应，嘱咐其遵医嘱规律用药。采取口头讲解及科室宣传手册等方式，讲解鼻炎相关防护知识等。患者在出院后每周进行1次电话随访，对其病情恢复情况予以掌握，且解答患者的基础疑问。

1.2.2 实验组

此组在常规护理基础上采取个体化护理干预，综合患者的个体病情、心理状态、过敏史、生活环境及文化水平制定专属的护理方案，方法如下：

（1）个体化评估建档：患者入院后，护理人员采集患者临床资料，建立专属护理档案。对患者年龄、病程、鼻炎类型、病情严重程度、过敏原、既往病史、生活习惯、居住环境、心理状态及认知水平予以详细记录，采取SAS量表对患者初始焦虑程度予以分级评估，区分轻度、中度及重度焦虑患者，综合评估结果梳理患者护理难点和需求，以制定个性化、分层化护理计划。

（2）个体化心理护理：对于不同焦虑程度患者采取差异化心理干预。对轻度焦虑患者以健康疏导为主，耐心说明鼻炎可控可治，列举临床康复案例，以缓解其过度担忧情绪。中度焦虑患者进行主动沟通交流，倾听其诉求，疏导负面情绪，说明焦虑情绪对病情康复的不良影响，引导患者主动调节心态。重度焦虑患者增加沟通频次，施行针对性心理安抚，联合心理医师进行简短干预，指导其经深呼吸、冥想及听舒缓音乐等方式放松身心，缓解焦虑情绪。

（3）个体化病情和环境护理：综合患者鼻炎类型和过敏原进行针对性干预。过敏性鼻炎患者准确筛查过敏原，花粉过敏者嘱咐其春秋季减少外出，外出应佩戴口罩、护目镜。尘螨及霉菌过敏者，指导其每天清洁居住环境，勤换被褥及衣物，维持室内通风干燥，定期除螨，防止接触宠物及毛绒物品。慢性鼻炎患者按照其鼻塞程度，指导其采取温生理盐水个体化洗鼻，轻度鼻塞每天1次，中重度鼻塞每天2次，规范洗鼻操作，缓解鼻腔黏膜充血水肿。同时按照患者的居住环境，针对性调整防护指导，潮湿地区患者着重做好防潮防霉，干燥地区患者指导室内加湿，防止鼻腔黏膜干燥受损。

（4）个体化健康和饮食运动指导：综合患者年龄、体质及生活习惯制定专属方案。青年患者指导其每天进行30min有氧运动，如慢跑、瑜伽等，增强机体抵抗力。中老年体质较弱患者推荐其散步、太极等温和运动，不要过度劳累。饮食中，按照患者饮食偏好和过敏情况，避免过敏食物，

嘱咐其清淡饮食，忌辛辣、生冷及刺激性食物，长期熬夜及作息不规律患者，着重督促规律作息，对不良生活习惯予以纠正。且按照患者文化水平进行差异化宣教，低文化水平患者采取通俗语言及视频讲解，高文化水平患者发放专业的科普资料，提高患者的疾病认知水平。

（5）个体化随访护理：构建分层随访机制，轻度病情、无焦虑患者每2周随访1次；中重度病情、伴随焦虑情绪患者每周随访1次，经电话、微信、上门随访相结合的方式，掌握患者用药、饮食、作息及症状恢复情况，对患者疑问予以及时解答，按照病情变化动态调整护理方案，不断改善患者心理状态和生活质量。

1.3 疗效标准

1.3.1 焦虑情绪评估

采取焦虑自评量表（SAS）对患者护理前后焦虑状态予以评价，满分100分，<50分为无焦虑，50~59分为轻度焦虑，60~69分为中度焦虑，≥70分为重度焦虑，评分越高提示患者焦虑情绪越严重。

1.3.2 护理满意度评估

采取本院自制护理满意度调查问卷对患者的护理满意度进行了解，该问卷满分100分，90~100分为非常满意，70~89分为满意，<70分为不满意。护理总满意度=（非常满意+满意）/总例数×100%。

1.4 统计学方法

使用SPSS 23.0软件处理研究数据。（ $\bar{x} \pm s$ ）表示计量资料，以t检验；（%）表示计数资料，以（ χ^2 ）检验。若 $P < 0.05$ 时，表明对比的对象之间存在显著差异。

2 结果

2.1 两组护理前后SAS评分对比

表1显示，护理前，两组SAS评分对比差异小（ $P > 0.05$ ）；护理后，相比常规组，实验组SAS评分显低（ $P < 0.05$ ）。

表1 两组患者护理前后SAS评分对比（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	例数	护理前	护理后
常规组	50	58.62±6.35	51.24±5.87
实验组	50	58.49±6.28	45.36±5.21
t	-	0.103	5.326
P	-	0.918	0.001

2.2 两组护理满意度比较

表2显示，相比较常规组，实验组护理总满意度显高（ $P < 0.05$ ）。

表2 两组患者护理满意度对比[n（%）]

组别	例数	非常满意	满意	不满意	总满意度
常规组	50	21（42.00）	20（40.00）	9（18.00）	41（82.00）
实验组	50	32（64.00）	16（32.00）	2（4.00）	48（96.00）
χ^2	-	-	-	-	5.005
P	-	-	-	-	0.025

3 讨论

鼻炎是临床多见的慢性耳鼻喉疾病，该病具有反复发作及病程漫长的特点，长期症状对患者正常生活及睡眠产生较大的影响，较容易产生焦虑、烦躁等负面心理问题^[4]。相关研究指出，大部分的鼻炎患者具有不同程度的焦虑情绪，可导致机体交感神经兴奋，产生鼻腔黏膜血管收缩及通透性增加，加剧鼻塞及流涕等症状，对疾病康复效果及患者生活质量产生不利^[5]。为此，在鼻炎患者临床干预中，除常规对症治疗外，需采取科学有效的护理干预改善患者焦虑心理状态，对促进病情康复具有积极的意义。

常规护理模式的护理内容只注重病情监测、用药指导及基础宣教，没有充分考虑患者个体差异，不能针对性解决患者的心理问题和个性化护理需求，对患者焦虑情绪的缓解效果不佳。个体化护理为现代优质护理模式的重点，以患者为中心，基于患者的病情、心理、生活习惯及过敏史等个体差异，制定分层化及专属化的护理方案，达成护理干预的精准化及个性化^[6-7]。此次研究结果可见，护理后相比常规组，实验组 SAS 评分显低（ $P<0.05$ ），提示个体化护理能有效缓解鼻炎患者的焦虑情绪。分析认为，个体化护理经入院全面评估，准确把握患者焦虑程度和焦虑诱因，针对轻、中及重度焦虑患者采取分层心理干预，且综合患者性格特点进行个性化心理疏导，较好的缓解患者负面情绪^[8-9]。同时，针对性的病情护理、过敏原防护及生活指导能较好的改善患者的临床症状，降低病情反复发作产生的心理困扰，于根源上降低焦虑情绪的发生^[10]。此次研究中，实验组护理总满意度高于常规组（ $P<0.05$ ），相比常规护理，个体化护理较贴合患者的实际需求，经个性化健康宣教、饮食运动指导及动态随访

干预，对患者不良生活习惯予以纠正，提高患者疾病认知和自我防护能力，较好的降低病情复发。同时全程精细化及人性化护理服务，能拉近护患的距离，提高患者就医体验及护理认可度，进而提高护理满意度。

综上所述，对鼻炎患者采取个体化护理干预，能有效缓解患者的焦虑情绪，减少 SAS 评分，同时提高临床护理满意度，对患者的预后予以改善，值得临床推广应用。

[参考文献]

[1]翟艳艳,胡水花,王琨,等.个体化护理干预对变应性鼻炎冲击免疫治疗效果的影响[J].中国当代医药,2020,27(28):175-177,181.

[2]李良青,袁轲,彭露.个体化护理对变应性鼻炎患儿免疫治疗依从性的影响[J].健康管理,2021,13(32):16-17.

[3]吕巍,张媛,张罗.强化护理干预在过敏性鼻炎病人尘螨皮下免疫治疗延迟注射后重新治疗中的应用[J].护理研究,2023,37(9):1659-1663.

[4]吴贞红,晔佳怡,阙颖,等.儿童过敏性鼻炎行变应原皮内试验时应用心理护理干预的效果[J].养生保健指南,2021,11(3):229.

[5]邓玲,陈芳芳,杨淑颜,等.心理干预联合症状评估护理对鼻窦炎诱发的哮喘急性发作患者住院结局的影响[J].中华灾害救援医学,2025,12(10):1244-1248.

[6]杨春燕.个体化延续护理在儿童变应性鼻炎治疗中的应用分析[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2022,23(4):4.

[7]胡桂霞,王媛媛.个体化护理在胆结石患者围术期中的应用效果及对 SAS、SDS 评分的影响分析[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2023,23(011):125-126.

[8]邓娴,李娟,冷改彦.时效性激励为主的护理干预对鼻窦炎术后患者心理弹性及预后的影响[J].现代中西医结合杂志,2025,34(22):3209-3212.

[9]周佳榕,徐辉.舒适护理干预在鼻窦炎护理中的护理效果及心理状态分析[J].现代医学研究,2025,23(12):165-166.

[10]王莹,田晓雪,龚俐丹,等.机器学习解释指导的个体化护理干预对慢性鼻窦炎患者生活质量影响的研究[J].中华护理杂志,2026,61(12):1651-1659.

作者简介：

陈贻芳（1991.10-），女，汉族，广西钦州人，本科，主管护师，研究方向为护理学。