

突发性耳聋伴耳鸣的综合护理干预效果分析

何娟

吴忠市人民医院

DOI:10.12238/carnc.v3i2.13328

[摘要]目的：分析对突发性耳聋伴耳鸣患者采用综合护理干预的应用效果。方法：选取我院2024年7月至2024年10月收治的78例突发性耳聋伴耳鸣患者作为观察对象，随机分为观察组（39例）与对照组（39例），对照组采用常规护理，观察组实施综合护理干预，对比两组患者护理总有效率、生活质量评分及心理状态变化。结果：护理后，观察组护理总有效率优于对照组、生活质量评分更高以及焦虑、抑郁评分更低。其差异均具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。结论：综合护理干预对突发性耳聋伴耳鸣患者的护理干预效果显著，能有效改善患者心理状态，还能提升生活质量水平，提高护理总有效率，值得临床应用。

[关键词]突发性耳聋；耳鸣；综合护理干预；效果

中图分类号：R473 文献标识码：A

Analysis of the Comprehensive Nursing Intervention Effect on Sudden Deafness with Tinnitus

Juan He

Wuzhong People's Hospital

[Abstract] The paper aims to analyze the application effect of comprehensive nursing intervention on patients with sudden deafness and tinnitus. The method taken is that 78 patients with sudden deafness and tinnitus admitted to our hospital from July 2024 to October 2024 were selected as the observation subjects. They were randomly divided into an observation group (39 cases) and a control group (39 cases). The control group received routine nursing care, while the observation group received comprehensive nursing intervention. The total effective rate of nursing care, quality of life score, and psychological state changes were compared between the two groups of patients. The result shows that After nursing, the total effective rate of nursing in the observation group was better than that in the control group, with higher quality of life scores and lower anxiety and depression scores. The differences were statistically significant ($P<0.05$). It is concluded that comprehensive nursing intervention has a significant effect on patients with sudden deafness and tinnitus, which can effectively improve their psychological state, enhance their quality of life, and improve the overall nursing efficiency. It is worthy of clinical promotion and application.

[Keywords] sudden deafness, tinnitus, comprehensive nursing intervention, effect

突发性耳聋是一种在短时间内出现的感音神经性听力损失，常伴有耳鸣、眩晕、耳闷等症状。耳鸣作为突发性耳聋的常见伴随症状，严重影响患者的听力功能和生活质量。其发病机制尚未完全明确，可能与病毒感染、内耳血液循环障碍、自身免疫反应等多种因素有关。在临床治疗中以药物为主，但是单纯的药物治疗效果有限。因此，护理干预在突发性耳聋伴耳鸣患者的康复过程中显得尤为重要。综合护理干预作为一种全面、系统的护理模式，强调从患者的整体需求出发，通过多维度的护理措施，为患者提供个性化的护理服务^[1]。本研究旨在探讨综合护理干预对突发性耳聋伴耳鸣患者的护理效果本研究旨在分析其对突发性耳聋伴耳鸣患者的具体效果。具体如下：

一、对象与方法

（一）对象

选取我院在2024.7-10月收治的突发性耳聋伴耳鸣患者78例。纳入标准：符合突发性耳聋伴耳鸣的诊断标准；患者意识清楚，能够配合治疗与护理。无合并有严重心脑血管疾病、精神疾病；既往有耳部器质性病变史。将患者随机分为对照组（男20例，女19例， 41.25 ± 3.17 岁），观察组（男17例，女22例， 40.63 ± 2.98 岁）。两组患者一般资料对比（ $P>0.05$ ）。

（二）方法

对照组采用常规护理（用药护理，环境护理、健康宣教）等。观察组实施综合护理干预，具体如下：

1.心理护理

Clinical Application Research of Nursing Care

主动与患者沟通交流，了解其因听力下降、耳鸣带来的焦虑、恐惧等心理问题。通过讲解疾病知识，告知患者突发性耳聋伴耳鸣虽发病急，但及时治疗与护理有较大康复希望，列举成功治愈案例增强患者信心。定期组织患者交流，让他们互相分享感受，缓解心理压力。

2. 耳部护理

指导患者正确的耳部清洁方法，避免耳内进水、挖耳不当等损伤耳部。根据医嘱指导患者进行耳部按摩及耳部保健操，以促进耳部血液循环，减轻耳鸣。对于伴有耳部闷胀感的患者，可协助其进行耳部热敷，温度控制在适宜范围内。

3. 饮食护理

根据患者营养状况制定个性化饮食方案。鼓励患者多摄入富含维生素、蛋白质及微量元素的食物，以增强机体抵抗力，促进耳部神经细胞修复。同时，告知患者减少辛辣、油腻、刺激性食物的摄入，以免加重耳鸣症状。

4. 健康教育

向患者及家属详细讲解突发性耳聋伴耳鸣的病因、症状、治疗方法、注意事项等知识，提高患者及家属对疾病的认知水平。指导患者正确用药，告知药物的作用、用法、用量及可能出现的不良反应。同时，指导患者养成良好的生活习惯，如合理饮食、规律作息、避免噪声刺激等，指导患者养成良好的生活习惯。

5. 睡眠护理

为患者营造安静、舒适、光线适宜的睡眠环境，病房温度、湿度适宜。指导患者养成规律的作息习惯，睡前避免剧烈运动、观看刺激性影视剧等，可通过听舒缓音乐、温水泡脚等方式促进睡眠，保证每日充足的睡眠时间，以利于身体恢复。

6. 康复训练

在患者病情允许的情况下，指导其进行听力康复训练。如利用听力康复仪器进行简单的声音识别训练，从低频到高频逐渐过渡。同时鼓励患者多参与日常交流活动，即使听力不佳也要尝试倾听他人说话，锻炼听力理解能力。同时，定期对患者的康复训练效果进行评估，根据评估结果及时调整训练方案。

(三) 观察指标

心理状态：采用 SDS、SAS 对患者心理状态进行评估，得分越低，心理状态情况越好。

护理总有效率：通过 0.25~4kHz 各频率听阈下患者听力提高情况，分为显效、有效、无效。

生活质量评分：采用生活质量评分表对患者进行评估，得分越高，生活质量水平越好。

(四) 统计学分析

使用 SPSS24.0 软件对数据进行统计学分析， $P < 0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

二、结果

(一) 两组患者心理状态及生活质量评分对比

观察数据分析，观察组心理状态及生活质量都优于对照组 ($P < 0.05$)，见表 1

表 1 两组患者心理状态及生活质量评分 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	SDS 评分	SAS 评分	生活质量评分
观察组	39	46.27±2.14	42.87±4.31	96.12±12.35
对照组	39	52.34±4.62	50.25±5.18	84.57±10.63
t	-	7.445	6.858	5.819
P	-	0.001	0.001	0.001

(二) 两组患者护理总有效率对比

观察数据分析，观察组护理总有效率高于对照组 ($P < 0.05$)，见表 2

表 2 两组患者护理总有效率对比[例,(%)]

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
观察组	39	29(74.36)	9(23.08)	1(2.56)	38(97.44)
对照组	39	20(51.28)	15(38.46)	4(10.26)	35(89.74)
x ²	-	11.403	5.552	4.942	4.942
P	-	0.001	0.018	0.026	0.026

三、讨论

突发性耳聋伴耳鸣是耳鼻喉科常见的急症之一，起病突然，患者在短时间内听力急剧下降，同时常伴有耳鸣症状，目前，突发性耳聋伴耳鸣的病因尚未完全明确，普遍认为与内耳微循环障碍、病毒感染、自身免疫反应、精神压力等多种因素相关。不仅给患者的生理功能带来严重影响，还易引发焦虑、抑郁等不良心理情绪，降低患者生活质量。在临床治疗中，虽然药物治疗是主要手段，但单纯依赖药物治疗的效果并不理想，部分患者的听力恢复有限，耳鸣症状也难以完全缓解。因此，临床上在积极治疗的同时，配合科学有效的护理干预对于改善患者预后至关重要。而综合护理干预从多个维度出发，旨在全方位促进患者康复^[2]。

综合护理干预涵盖了多方面措施。在发病初期，通过密切观察患者听力变化，及时调整护理方案，如为患者创造安静、利于耳部恢复的病房环境，减少外界噪音干扰，能避免进一步损伤内耳细胞，为受损听力的自我修复提供良好条件。专业的耳部护理操作对于缓解耳鸣也至关重要。护理人员会

Clinical Application Research of Nursing Care

指导患者保持耳部清洁，避免耳部进水和用力挖耳，防止耳部感染加重耳鸣症状。同时，根据患者的具体情况，给予耳部按摩等护理措施，依据中医经络理论刺激耳部穴位，可促进耳部血液循环，改善内耳的供血供氧，有助于受损的听觉神经功能恢复，从而提高听力恢复的可能性^[3]。还可以通过对患者进行疾病知识讲解，让患者了解突发性耳聋伴耳鸣的病因、治疗方法及注意事项等，使患者对自身疾病有更科学的认识，避免因知识缺乏而产生不必要的担忧和恐惧。当患者明白疾病的发展过程和治疗的阶段性时，能够更好地调整心态，积极面对疾病。此外，健康教育还可以帮助患者掌握一些自我心理调节的方法，如认知行为疗法中的合理情绪疗法，让患者学会识别和纠正自己的负面思维模式，保持积极的心态，能使患者更好地配合治疗。从而提高治疗效果。

心理护理是综合护理的关键一环。突发性耳聋伴耳鸣患者常因耳鸣产生焦虑、抑郁等不良情绪，而这些负面情绪又会反过来加重耳鸣。护士通过耐心倾听患者对耳鸣的感受，给予心理疏导，帮助患者正确认识耳鸣，减轻心理负担，能打破这种恶性循环^[4]。同时，采用放松训练，可调节患者自主神经系统功能，降低身体紧张度，使内耳血管痉挛得到缓解，进而减轻耳鸣响度和发作频率^[5]。而且通过与患者进行耐心地沟通和交流，倾听他们的内心感受，给予心理支持和安慰，帮助患者树立战胜疾病的信心，缓解负面情绪。同时，护理人员还会教授患者一些心理调适的方法，让患者学会正确面对疾病，调整自己的心态，增强心理承受能力和应对能力，以更加积极乐观的态度面对生活^[6]。

耳鸣常常在夜间安静环境下愈发明显，严重干扰患者睡眠。综合护理中的睡眠护理措施针对性强，如指导患者营造安静、舒适的睡眠环境，睡前避免刺激性食物、饮品摄入，进行放松训练等。通过这些干预，患者入睡时间缩短，夜间觉醒次数减少，睡眠深度增加，睡眠质量得到显著提升。长期来看，良好的睡眠有助于患者身体机能恢复，增强免疫力，为听力康复创造有利条件^[7]。随着听力的逐渐恢复和耳鸣症状的减轻，患者在日常交流、接听电话、看电视等方面的困难得到缓解，能够更加自如地参与社交活动和日常生活，其生活质量也会得到相应的提高^[8]。

综合护理干预会根据患者的病情和身体状况，为其制定合理的生活方式指导方案。指导患者规律作息，保证充足的

睡眠，避免熬夜和过度劳累，因为良好的睡眠和休息有助于身体的恢复和内耳功能的改善。同时，合理调整饮食结构，建议患者多摄入富含维生素、矿物质和蛋白质的食物，避免食用辛辣、油腻、刺激性食物以及咖啡、浓茶等可能加重耳鸣的饮品。通过这些生活方式的调整，提高患者的身体素质，促进疾病的康复。并且综合护理干预在突发性耳聋伴耳鸣患者的治疗和康复过程中具有重要作用。它通过促进听力恢复、缓解耳鸣症状、改善心理状态和提高生活质量等多方面的措施，为患者提供了全面、系统的护理服务，有助于患者更好地应对疾病，促进身体和心理的全面康复，提高患者的整体健康水平和生活质量。

综上所述，综合护理干预对突发性耳聋伴耳鸣患者的护理干预效果显著，能有效改善患者心理状态，还能提升生活质量水平，提高护理总有效率，值得临床推广应用。

[参考文献]

- [1]黄普艳,司江勇.综合护理干预对突发性耳聋伴耳鸣的护理效果观察[J].黑龙江中医药,2021,50(5):232-233.
- [2]付平.综合性护理干预在突发性耳聋伴耳鸣患者中的临床应用效果[J].世界最新医学信息文摘,2021,21(56):164-165.
- [3]汪秀玲.综合护理干预对突发性耳聋伴耳鸣的护理效果分析[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(24):91.
- [4]曹爱玲.综合护理对突发性耳聋伴耳鸣患者负性心理的影响效果分析[J].心理月刊,2020,15(10):76.
- [5]马丽娜,何红梅.综合护理对突发性耳聋伴耳鸣患者负性心理的影响效果研究[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2020,20(23):241,249.
- [6]杜娟.综合护理干预缓解突发性耳聋伴耳鸣患者焦虑的效果[J].临床医药文献电子杂志,2024,11(11):64-67.
- [7]倪慧英.综合护理干预对突发性耳聋伴耳鸣的护理效果观察[J].自我保健,2023,27(2):92-93.
- [8]王丽云.综合护理干预对突发性耳聋伴耳鸣患者的影响分析[J].中国卫生标准管理,2021,12(10):159-162.

作者简介:

何娟(1984.12-),女,汉,宁夏、本科、职称:主管护师、单位:吴忠市人民医院