

耳穴压丸联合中医情志护理对心血管介入术后患者心理状态及睡眠质量的影响

韩雁

北京市大兴区中西医结合医院

DOI:10.12238/ffcr.v3i6.17295

[摘要] 目的：探讨耳穴压丸联合中医情志护理对心血管介入术后患者心理状态及睡眠质量的影响。方法：选取本院2024年1月-2025年8月期间收治80例心血管介入术后患者作为研究对象，按照抽签模式，随机分为对照组和观察组，每组40例。根据护理模式不同，对照组给予常规护理，观察组给予耳穴压丸联合中医情志护理。对比两组患者护理后的睡眠质量（PSQI）评分、心理状态（焦虑SAS、抑郁SDS）以及不良反应情况。结果：护理后，观察组患者在睡眠质量指数（PSQI）评分以及心理状态（焦虑SAS、抑郁SDS）评分均有所改善，改善程度显著优于对照组，差异均具有统计学意义（ $p<0.05$ ）；两组在不良反应事件方面比较，差异无统计学意义（ $p>0.05$ ）。结论：采用耳穴压丸联合中医情志护理对心血管介入术后患者效果显著，可以改善患者心理状态及睡眠质量，且安全性良好，值得推广和应用。

[关键词] 心血管介入术；耳穴压丸；中医情志护理；心理状态

中图分类号：R47 文献标识码：A

The Influence of Auricular Point Pressing Pills Combined with Traditional Chinese Medicine Emotional Care on the Psychological State and Sleep Quality of Patients after Cardiovascular Interventional Surgery

Yan Han

Beijing Daxing District Hospital of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine

Abstract: Objective: To explore the effect of ear acupoint pressure pills combined with traditional Chinese medicine emotional nursing on cardiovascular function

The impact of postoperative patients' psychological state and sleep quality. Method: 80 patients who underwent cardiovascular intervention in our hospital from January 2024 to August 2025 were selected as the research subjects. According to the drawing mode, they were randomly divided into a control group and an observation group, with 40 patients in each group. According to different nursing modes, the control group received routine care, while the observation group received ear acupressure pills combined with traditional Chinese medicine emotional care. Compare the sleep quality (PSQI) scores, psychological states (anxiety SAS, depression SDS), and adverse reactions between two groups of patients after nursing care. Result: After nursing, the observation group showed significant improvement in both the Sleep Quality Index (PSQI) score and psychological state (Anxiety SAS, Depression SDS) score compared to the control group, with statistical significance ($p<0.05$); There was no statistically significant difference in adverse reaction events between the two groups ($p>0.05$). Conclusion: The use of ear acupressure pills combined with traditional Chinese medicine emotional nursing has a significant effect on patients after cardiovascular intervention, which can improve their psychological state and sleep quality, and has good safety. It is worth promoting and applying.

Keywords: Cardiovascular intervention surgery; Ear acupressure pills; Traditional Chinese Medicine Emotional Nursing; mentality

引言

心血管介入术（percutaneous coronary intervention, PCI）作为治疗心血管疾病的重要手段，虽然可以显著提升治疗效

果，但术后患者常面临心理压力与睡眠问题^[1]。这些问题若未妥善处理，可能影响康复进程与长期预后。所以，针对此现象，护理措施就显得尤为重要。常规护理通过遵医嘱对症

护理, 忽视患者在心理上和睡眠上的要求, 存在一定局限性。而随着中医不断发展为该患者带来一定效果作用。何燕^[2]团队参考文献指出: 中医认为情绪波动会直接干扰人体气机的顺畅运行, 导致气血阻滞, 进而引发疾病。而气血的通畅则是身体康复的关键, 一旦气血流通无阻, 身体的自愈能力便会增强, 疾病恢复也会随之加速。耳穴压豆疗法作为传统中医疗法之一, 通过刺激耳部特定穴位, 可有效调节气血循环, 同时舒缓心灵, 达到身心平衡的状态。近年来的研究进一步证实, 基于中医情绪调护理念的护理干预, 不仅能改善身体状况, 还能显著提升个体在特定领域实现目标的信心与信念, 为身心健康提供了双重保障^[3]。但是该护理方法联合用于 PCI 术后患者的护理研究中较少。因此, 本文研究旨在验证二者联合应用对心血管介入术后患者心理状态及睡眠质量的改善作用。

1 对象和方法

1.1 对象

研究对象和时间与摘要中方法一致。其中对照组男女比例为 21:19, 年龄范围在 35 至 73 岁, 平均年龄(54.78±4.67)岁; 观察组男女比例为 20 例: 20 例, 年龄范围在 35 至 75 岁, 平均年龄(55.01±4.49)岁。经统计学分析, 两组一般资料比较, 无显著差异。

纳入标准: (1) 患者均为首次心血管介入术。(2) 患者签署知情同意书, 愿意参与本研究并遵守相关规定。排除标准: (1) 耳部皮肤有炎症、破损或不适宜进行耳穴压丸治疗的患者。(2) 对耳穴压丸或中医情志护理存在过敏反应或不适反应的患者。(3) 严重认知障碍或精神疾病。(4) 患有严重疾病者。

1.2 方法

1.2.1 对照组(常规护理):

包括病情监测、用药指导、健康宣教等。针对于病情监测方面, 术后每小时记录心率, 密切观察患者有没有心律失常、胸闷等情况, 及时做到处理; 针对于用药方面, 遵医嘱给予患者用药时间和注意事项, 确保患者依从性; 针对于健康宣教方面, 向患者和家属介绍术后注意事项, 并耐心解答疑难问题。

1.2.2 观察组(耳穴压丸联合中医情志护理):

(1) 中医情志护理: 分别采用情志相胜法、移情变气法以及说理开导法三个步骤来进行护理。首先针对于情志相胜法, 需要耐心倾听患者心神, 鼓励其说明内心的感受, 帮助其明确不良情绪来源, 引导保持乐观情绪, 进行自我情绪调节, 避免其他因素影响情绪刺激; 针对于移情变气法, 指导患者转移对手术的注意力, 比如可以采取多听舒缓音乐、五行音乐, 或者保持静卧、静坐、闭目养神、睡前泡脚, 以

保障患者充足的睡眠; 针对于说理开导法, 与患者进行一对一语言交流模式, 采用诱导启发模式, 改变不良情绪以及错误认知, 并进行针对性的心理教育, 采用图文并茂方式向其介绍疾病的知识, 并指导放松训练, 调整呼吸, 改善因为失眠导致的不良情绪。

(2) 耳穴压丸护理: 在情志护理基础上进行耳穴压丸操作。由专业医生为患者选择相对应的穴位, 选取心、肾、皮质下、神门、交感以及肝等穴位。并采用 75% 的酒精棉签由内向外、由上到下、由前到后背进行消毒, 等待酒精干后再进行操作。其次进行贴压, 采用左手固定耳部, 右手采用止血钳夹取王不留行籽耳穴贴, 贴在选取的穴位上, 再用拇指、食指指腹按压耳穴贴, 以患者感到酸、麻、胀、痛感但能忍受为度。其次, 每天按压 2 次, 每次 3~5 分钟, 分别于午时(11:00-13:00, 手少阴心经)和戌时(19:00-21:00, 手厥阴心包经)进行按压, 2 天更换 1 次耳穴贴, 2 周为 1 疗程。要注意的是, 患者如果皮肤出现红肿、破溃感染及对胶布过敏者禁用。若贴压后患者出现不适, 立即停止治疗。

1.3 观察指标

1.3.1 心理状态: 采用 SAS(焦虑自评量表)和 SDS(抑郁自评量表)来评估两组护理前后心理状况, 两项总分范围为 20~80 分, 70 以上表明存在重度焦虑和抑郁, 60~69 分表明重度焦虑和抑郁, 50~59 分表明存在轻度焦虑和抑郁, 50 分以下表明无焦虑和抑郁。

1.3.2 睡眠质量: 采用匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)评分来评估患者近 1 个月睡眠质量, 包含 9 个内容, 得分在 0-5 分范围表明睡眠质量良好。

1.3.3 不良率: 观察并统计两组患者在护理期间是否出现不良情况, 包括心率失常、恶心呕吐等。

1.4 统计学分析

使用 SPSS 22.0 软件分析, 使用 t 和 “x±s” 表示计量资料, 使用卡方和%表示计数资料, p<0.05 为有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组患者护理前后心理状态(SAS、SDS)和睡眠质量(PSQI)改善情况比较

表 1 两组心理状况和睡眠质量改善比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	护理前		护理后		护理前	护理后
		SAS	SDS	SAS	SDS	PSQI	PSQI
观察组	40	62.23 ±7.12	63.13 ±7.49	42.13 ±5.14	41.01 ±4.42	9.56± 3.49	3.34± 0.99
对照组	40	62.21 ±7.10	63.04 ±7.31	57.45 ±6.76	56.57 ±5.65	9.42± 3.31	7.78± 1.76
t	-	0.013	0.054	11.410	13.719	0.184	13.906
P	-	0.990	0.088	0.001	0.001	0.854	0.001

2.2 对比两组患者不良发生情况比较

表2 两组不良发生情况比较[n,(%)]

组别	例数	心率失常	恶心呕吐	总不良
观察组	40例	0	1	1 (2.5%)
对照组	40例	1	1	2 (5%)
χ^2	-			0.346
P	-			0.556

3 讨论

心血管疾病发病率高，其会造成社会负担重，从而严重影响患者生活质量。PCI手术虽能快速改善心肌缺血，但术后因护理不当或认知不足，疾病易复发，心血管不良事件频发。常规护理虽然可以帮助患者病情恢复，但却难以满足患者身心需求，从而影响康复效果。调查显示，PCI术后患者焦虑抑郁程度高于非介入术后患者^[4]。因此，本文研究针对于此现象进行深入研究，采取耳穴压丸联合中医情志护理应用在心血管介入术后患者中，带来显著效果。

本次研究结果所示：通过采用不同方法护理后，患者在心理状态和睡眠质量均得到有效改善，但观察组采取耳穴压丸联合中医情志护理后改善程度要显著优于对照组，且两组在不良发生情况方面比较，未出现较为严重不良事件，结果具有研究意义。侧重表明了该护理具备较好的安全性，其能更显著改善患者心理状态和睡眠质量。

其原因在于：耳穴是人体脏腑及系统俞穴所在，是神经、体液、内分泌的主要调节枢纽。通过按压特定的耳穴部位，可以做到调节气机、平衡阴阳，发挥镇静安神的功效，从而改善睡眠质量和焦虑状态^[5-6]。其次中医情志护理以辨证施护及整体观念为理论，通过情志相胜法、移情变气法、说理开导法等，帮助患者调节情绪，像转移对手术的注意力，或通过音乐、静卧等方式缓解紧张焦虑，从而改善心理状态^[7]。因此耳穴压丸联合中医情志护理相结合，形成多维度干预。耳穴压丸从生理层面调节身体机能，中医情志护理从心理层面疏导情绪，两者协同作用，既能缓解身体不适，又能改善心理状态，从而更有效地提升睡眠质量和心理状态^[8-9]。同时针对于本次研究不良事件方面比较，无统计学意义。侧重表明耳穴压丸联合中医情志护理其具备安全性较高，这和廖秀娥^[10]研究结果一致，表明穴位按压在合理操作下，不会对患者产生不良影响。

综上所述：耳穴压丸联合中医情志护理通过生理调节与

心理疏导的协同作用，为心血管介入术后患者提供了更全面、有效的护理支持，显著改善了患者预后心理状态及睡眠质量，促进了生活质量提高，值得临床推广和应用。

[参考文献]

[1]梅举,姜兆磊,王超.我国微创心血管外科进展[J].中国心血管病研究,2025,23(4):289-292.

[2]何燕,刘琼林,周萍,等.耳穴压豆联合中医情志护理对心血管介入术后患者心理状态及睡眠质量的影响[J].深圳中西医结合杂志,2024,34(13):119-122.

[3]罗雪彬,李玉华.中医情志护理联合八段锦对冠心病PCI术后康复护理的疗效[J].心血管康复医学杂志,2025,34(4):553-558.

[4]薛凤丽.冠心病患者经皮冠状动脉介入术后发生焦虑、抑郁的影响因素[J].中国民康医学,2023,35(18):5-7,11.

[5]罗星,李建荣,王新生,等.耳穴压豆联合认知行为干预对急性冠脉综合征患者焦虑抑郁状态及睡眠障碍的应用效果[J].中国医学创新,2024,21(12):152-156.

[6]邢雪梅,赵兰,刘宏,等.揶针疗法联合耳穴压豆对肺结节患者术后疼痛、睡眠质量的影响[J].中国防痨杂志,2025,47(S1):330-332.

[7]丁岚,江云飞,刘佳文,等.中医情志护理与“双心护理”模式对缓解心房颤动患者负性情绪的效果对比[J].护理实践与研究,2023,20(2):303-306.

[8]袁卫君,彭娟,李佩云,等.中医情志护理联合耳穴压丸对细菌性肺炎患者负性情绪的影响[J].牡丹江医科大学学报,2025,46(2):76-79,99.

[9]刘鑫.中医情志护理联合常规护理对中老年糖尿病肾病患者负性情绪及治疗依从性的影响[C]//中国老年保健协会.长者“护航计划”——第三届中西医融合助力现代医学发展会议论文集.开封市中医院糖尿病肾病科,2025:57-59.

[10]廖秀娥,卢宏磊,黄沐晗,等.耳穴贴压对癌因性失眠患者干预效果及安全性的meta分析[J].中国医药科学,2024,14(15):118-121,155.

作者简介：

韩雁（1989.01-），汉族，女，山东人，主管护师，本科，研究方向为心血管中西医结合护理。