

## 舒适护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量及心理压力的影响

杨亚萍

云南省中医医院 云南昆明

**【摘要】目的** 探究舒适护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量及心理压力的影响。**方法** 选择我院 2021 年 3 月-2022 年 2 月期间临床收治的耳鸣耳聋患者作为研究对象, 共计 70 名, 基于随机分组法分为平均两组, 每组 35 名, 即为常规组、实验组。予以常规组对象基本护理, 予以实验组对象舒适护理, 对比两组护理前后睡眠质量评分 (PSQI)、负性心理评分 (SAS、SDS)。**结果** 护理前, 两组对比 PSQI 评分无差异性,  $P > 0.05$ 。护理后, 相较于常规组, 实验组 PSQI 评分更低,  $P < 0.05$ 。相较于常规组, 实验组 SAS、SDS 评分更低,  $P < 0.05$ 。**结论** 耳鸣耳聋患者接受舒适护理后睡眠障碍有所缓解, 心理压力明显减弱, 建议普及应用。

**【关键词】** 耳聋耳鸣; 舒适护理; 心理压力; 睡眠质量

### Effect of comfort nursing on sleep quality and psychological stress in patients with tinnitus and deafness

Yapping Yang

Yunnan Provincial Hospital of traditional Chinese medicine Kunming, Yunnan

**【Abstract】 Objective** To explore the effect of comfort nursing on sleep quality and psychological stress of patients with tinnitus and deafness. **Methods** a total of 70 patients with tinnitus and deafness admitted to our hospital from March 2021 to February 2022 were selected as the research objects. They were divided into two groups based on random grouping, with 35 patients in each group, namely, the routine group and the experimental group. The subjects in the routine group were given basic nursing, and the subjects in the experimental group were given comfortable nursing. Sleep quality score (PSQI), negative psychological score (SAS, SDS) were compared between the two groups before and after nursing. **Results** before nursing, There was no difference in PSQI score between the two groups ( $P > 0.05$ ). After nursing, the PSQI score of the experimental group was lower than that of the routine group ( $P < 0.05$ ). Compared with the routine group, the SAS and SDS scores of the experimental group were lower ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** after receiving comfortable nursing care, the sleep disorder of tinnitus and deafness patients is relieved, and their psychological pressure is significantly reduced. It is recommended to popularize the application.

**【Keywords】** Deafness and tinnitus; Comfort care; Psychological pressure; sleep quality

耳聋为不同情况的听力下降表现总称, 听力下降程度不同故而症状表现不一, 分为器质性耳聋和功能性耳聋两种, 主要诱病因素包括药物中毒、年龄增长导致器官功能衰退、噪声耳聋等等。耳鸣疾病发生于临床较常见, 主要表现为患者在外界声波刺激与电源刺激下, 耳部与头部之间所产生的声源感知, 通常分为客观性耳鸣和主观性耳鸣两种。在所有耳部疾病中耳鸣耳聋发病率高, 人体感官缺失后会造成生理上的不便, 长久患病下同样影响生

活质量、心理状态, 治疗时间久进一步影响睡眠质量, 而相应机体免疫力下降又会导致病情加重, 对此需要介入舒适护理手段控制机体和心理互相影响的恶性循环表现, 适当调整护理内容保证护理形式更具科学性<sup>[1-5]</sup>。基于此, 本研究统计不同护理方法下患者恢复情况, 数据如下。

#### 1 资料和方法

##### 1.1 一般资料

我院就诊于 2021.03—2022.02 期间的耳鸣耳

聋患者为实验对象, 共计 70 名以随机分组法分成常规组与实验组, 每组 35 名应用不同护理干预办法。

常规组男患: 女患 20: 15 名, 年龄均数 (58.02 ± 4.40) 岁; 病程均数 (10.84 ± 2.30) d。实验组男患: 女患 19: 16 名, 年龄均数 (58.15 ± 4.34) 岁; 病程均数 (11.02 ± 2.27) d。比较  $P > 0.05$ 。

### 1.2 方法

常规组: 病人在院期间护理人员按照医嘱为其规范用药, 做基础处理工作, 治疗期间定时完善药物护理。

实验组: 除基础护理外加强舒适护理的落实。耳聋患者耳部常有堵塞感、闷胀感, 长期的沟通障碍会加重患者的心理压力。故而护理人员首先应消除患者的焦虑感, 用热情的态度接待患者并为其提供护理服务。入院第一时间描述院内环境、主治医师与责任护士情况、护理方案的初步制定等, 介绍院内餐食提供场地、院内基本布局, 告知患者和家属正确的探视时间以免影响患者休息。其次护理人员应主动和患者建立沟通, 满足病患的基本康复需求, 耐心倾听患者表述提高对疾病的了解程度, 从而确保治疗依从性、积极配合性。建议并引导患者

放松身心, 以成功治疗病例帮助患者建立康复信心, 休息时营造安静的环境, 提高其睡眠质量。最后使用遮光帘减少光线渗透, 选择棉质、宽松衣物减少身体束缚感, 建议选择平卧休息。护理人员可为患者按摩四肢、放松肌肉, 也能缓解焦虑、紧张的情绪。室内播放轻音乐, 减少噪音制造, 摆放绿植<sup>[6-11]</sup>。

### 1.3 观察指标

观察两组护理前后睡眠质量评分 (PSQI)、负性心理评分 (SAS、SDS)。

### 1.4 统计

采用 SPSS23.0 统计软件对数据进行分析, 计量资料以 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示, 采用 T 检验, 计数资料用率表示, 采用  $\chi^2$  检验,  $P < 0.05$  为差异具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 护理前后睡眠质量评分

表 1 中, 护理前 PSQI 评分对比  $P > 0.05$ 。护理后实验组 PSQI 评分更低,  $P < 0.05$ 。

### 2.2 负性心理评分

表 2 中, 实验组 SAS、SDS 评分更低,  $P < 0.05$ 。

表 1 护理前后睡眠质量评分统计 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	护理前	护理后
常规组	35	12.30 ± 2.39	10.30 ± 1.33
实验组	35	12.31 ± 2.44	7.09 ± 1.24
T		0.017	10.444
P		>0.05	<0.05

表 2 护理前后负性心理评分统计 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	SAS	SDS
常规组	35	54.77 ± 4.21	53.30 ± 5.19
实验组	35	45.30 ± 3.22	44.12 ± 3.72
T		10.570	8.505
P		<0.05	

## 3 讨论

耳鸣耳聋患者人数随着我国人口老龄化的改变在逐渐增多, 大部分耳鸣耳聋患者均会存在恐惧、焦虑、紧张等心理压力问题, 随着负性情绪的逐渐加重, 会直接影响患者的睡眠质量。因此临床为积极改善耳鸣耳聋患者的预后生理、生活健康, 需积

极从护理角度入手优化护理服务理念, 选择更合适耳鸣耳聋患者的护理内容。其中舒适护理是通过对护理活动的舒适干预, 让耳鸣耳聋患者的生理状态、心理状态、社会交往等方面实现自由, 处于愉悦状态, 尽可能降低多因素致使患者愉悦程度降低的服务。舒适护理以减弱患者沟通障碍感知入手, 可以

通过与患者积极建立沟通,消除患者的疾病疑问,减少康复心理压力<sup>[12,13]</sup>。从环境改进入手提高环境质量增加居住舒适性,进一步加强患者的睡眠质量。引导患者积极控制和调节自身情绪变化,评估患者个人理解能力、认知能力、心理活动表现后适当介入干预,调节心理不适、机体不适,建立意识引导增强患者的康复信心。

结果可见,护理前,两组 PSQI 评分对比  $P > 0.05$ 。护理后实验组 PSQI、SAS、SDS 评分低于常规组,  $P < 0.05$ 。

综上所述,舒适护理能提高耳鸣耳聋患者睡眠质量,减轻心理压力,值得推广。

### 参考文献

- [1] 刘银凤,童琳,王艳芸. 舒适护理联合半夏白术天麻汤加味治疗对梅尼埃病患者眩晕、精神状况和生活质量的影响[J]. 当代护士(下旬刊),2020,27(12):114-116.
- [2] 张乐乐. 综合护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量及心理压力的影响效果观察[J]. 中国社区医师,2019,35(08):169+171.
- [3] 刘晓莹. 舒适护理在声频共振配合药物治疗神经性耳聋耳鸣患者中的应用效果[J]. 中国冶金工业医学杂志,2022,39(01):60-61.
- [4] 陈婕. 综合护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量及心理压力的影响研究[J]. 家庭医药, 2019, 000(005):336-337.
- [5] 李一鹤, 刘蕾, 盘雪娇,等. 舒适护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量及心理压力的影响效果观察[J]. 养生保健指南 2021 年 19 期, 242 页, 2021.
- [6] 陆赛男, 盛菊萍. 综合护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量及心理压力的影响分析[J]. 实用临床护理学电子杂志, 20

17(31):2.

- [7] 季瑾, 卢俊. 综合护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量及心理压力的影响[J]. 智慧健康, 2020(12):2.
- [8] 张逸. 综合护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量及心理压力的作用分析[J]. 保健文汇, 2020(12):2.
- [9] 张乐乐. 综合护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量及心理压力的影响效果观察[J]. 中国社区医师, 2019, 35(8):2.
- [10] 邵健菲, 谭雪怡, 彭丽尹,等. 综合护理模式对耳鸣耳聋患者睡眠质量和心理压力的影响观察[J]. 中国医学文摘:耳鼻咽喉科学, 2021, 36(2):2.
- [11] 丁文贤. 舒适护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量的效果观察及有效率影响分析[J]. 健康养生, 2020.
- [12] 李红伟. 舒适护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量的影响探讨[J]. 世界最新医学信息文摘, 2016.
- [13] 安广彩. 护理干预对突发性聋合并耳鸣患者睡眠质量及心理状态的影响[J]. 中国卫生标准管理, 2016,7(15):2.

**收稿日期:** 2022 年 7 月 16 日

**出刊日期:** 2022 年 8 月 25 日

**引用本文:** 杨亚萍, 舒适护理对耳鸣耳聋患者睡眠质量及心理压力的影响[J]. 国际中医药研究, 2022, 2(2):88-90.

DOI: 10.12208/j.ircm.20220039

**检索信息:** RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

**版权声明:** ©2022 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



**OPEN ACCESS**