

引用:李杏慈,刘桂英,何志群,黄慧萍.耳穴压豆联合中医情志护理在妇科围手术期的应用观察[J].湖南中医杂志,2020,36(10):101-103.

耳穴压豆联合中医情志护理 在妇科围手术期的应用观察

李杏慈,刘桂英,何志群,黄慧萍

(肇庆市中医院,广东 肇庆,526020)

[摘要] 目的:观察围手术期实施耳穴压豆联合中医情志护理促进妇科围手术期患者术后康复的效果。方法:将 70 例妇科围手术期患者分为观察组和对照组,每组各 35 例。所有患者均接受常规治疗,对照组配合实施常规护理,观察组在对照组护理的基础上实施耳穴压豆联合中医情志护理。观察并比较 2 组患者入院和出院时的焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)评分以及术后首次下地活动时间、首次肛门排气时间、首次排便时间以及出院时的护理满意度。结果:2 组 SAS、SDS 评分入院和出院时组内比较,以及出院时组间比较,差异均有统计学意义($P<0.05$);观察组术后首次下地活动时间、首次肛门排气时间、首次排便时间均早于对照组,差异均有统计学意义($P<0.05$);观察组护理满意度中“非常满意”率为 85.71%(30/35),优于对照组的 57.14%(20/35),差异有统计学意义($P<0.01$)。结论:围手术期实施耳穴压豆联合中医情志护理有助于缓解患者焦虑和抑郁的情绪,促进术后康复,提高护理满意度,值得临床推广应用。

[关键词] 围手术期;中医情志护理;耳穴压豆;心理状态

[中图分类号] R248.3, R245.9⁺9

[文献标识码] A

DOI:10.16808/j.cnki.issn1003-7705.2020.10.044

随着社会进步,人们的生活水平逐步提高,患者对于护理服务的需求也在不断提高,情志护理在临床治疗方面起着越来越重要的作用。有关研究证实,适宜的情志活动对机体的各项生命活动与物质代谢有促进作用,愉悦、积极的情绪有助于协调机体的各个器官功能,增强机体的耐受力以及提升机体自身的抗病能力,从而对疾病的治疗和康复起辅助作用^[1]。女性患者在接受妇科手术治疗前后容易出现恐惧、焦虑等诸多不良情绪和负面心理,为了减少和避免不良情绪以及负面心理对术后康复造成的不良影响,采取合理的情志护理措施调节患者情绪,帮助患者产生乐观、积极的心理状态以促进术后康复是很有必要的。本研究对妇科手术患者于围手术期实施耳穴压豆联合中医情志护理干预,探讨分析其对于术后康复的促进作用和对患者心理状态的影响,现报告如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 选取 2016 年 3 月至 2019 年 5 月在我院妇产科住院并接受妇科手术治疗的 70 例患者作为研究对象,将其随机分为观察组与对照组,每组各 35 例。观察组中,年龄 23~64 岁,平均(38.49±6.37)岁;病程 3 个月至 12 年,平均

(16.12±4.51)个月。对照组中,年龄 25~65 岁,平均(39.39±5.23)岁;病程 5 个月至 9 年,平均(14.78±3.97)个月。2 组年龄、病程等资料比较,差异无统计学意义($P>0.05$),具有可比性。

1.2 诊断标准 参照《妇产科学》^[2]中有关内容拟定,符合“子宫颈肿瘤、子宫肿瘤、输卵管肿瘤、卵巢肿瘤、异位妊娠”其中之一。

1.3 纳入标准 1)符合上述诊断标准;2)手术指征明确,且无明确手术禁忌证;3)年龄 20~65 岁;4)自愿加入且签署知情同意书。

1.4 排除标准 1)合并有心脑血管、肝、肾、胃肠、血液等其他内科疾病;2)患有精神病或有精神病史;3)治疗依从性差或无法配合治疗。

2 干预方法

2.1 基础治疗 所有患者术后均接受常规的基础治疗。包括调控血糖和血压、抗感染、输血、能量支持、伤口换药等对症支持治疗。

2.2 对照组 在基础治疗上配合常规护理。包括手术知识健康宣教、监测生命体征、会阴护理、输液护理、口腔护理、保持环境卫生安静、指导休息和饮食调节等。

2.3 观察组 在对照组治疗与护理的基础上接受

中医情志护理干预联合耳穴压豆治疗。1) 中医情志护理。①语言开导法:由专人于术前与患者单独进行亲切交谈,详细了解患者的需求和顾虑,详细讲解手术治疗的优势和术后注意事项,鼓励患者积极配合治疗。②静心养神法:指导患者每天早晚静坐或者静卧 30 min,深呼吸以放松心情。③移情易胜法:指导患者与亲近或者信任的人倾诉自己的不安或者痛苦,哼唱小曲,回忆开心的往事,看搞笑的视频和幽默的相声等以分散注意力,转移不良情绪。④五行音乐疗法:根据五脏对应五志与五音,以及五行生克理论,指导患者倾听不同的音乐来调节情绪,如对于脾虚型患者,指导倾听宫调音乐,如《花好月圆》《北国之春》;对于心脾两虚、心神失养者,指导倾听徵调音乐,如《喜相逢》《百鸟朝凤》;对于性格忧郁、悲观消极的患者,指导倾听节奏明快、格调欢乐的音乐,如《喜洋洋》《步步高》等;对于肝郁化火、肝阳上亢型患者,指导倾听角调式音乐,如《江南好》等。2) 耳穴压豆。嘱患者取坐位或者卧位,予 75% 的乙醇常规消毒双耳,参照耳穴分布图选取外生殖器、交感、神门、内分泌、子宫、皮质下等穴位并做好标志,将准备好的耳穴磁珠贴贴压于所选穴位上并将其固定。指导患者或者陪人用拇指和食指按压所选穴位,每次每穴按压时间>1 min,每天至少 3 次,以患者有酸麻胀痛的感觉且能够耐受为度。

3 效果观察

3.1 观察指标 1) 患者入院和出院时参照焦虑自评量表(SAS)和抑郁知评量表(SDS)对患者的心理状态进行评估^[3-4];2) 观察比较 2 组术后首次下床活动时间、首次肛门排气时间和首次排便时间;3) 根据自制的满意度评估调查表,评估并比较 2 组出院时的护理满意度。

3.2 统计学方法 采用 SPSS 17.0 统计学软件对相关数据进行统计学分析,计量资料以均数±标准差($\bar{x}\pm s$)表示,采用 *t* 检验;计数资料以率(%)表示,采用 χ^2 检验,以 *P*<0.05 为差异有统计学意义。

3.3 干预结果

3.3.1 2 组入院和出院时 SAS、SDS 评分比较 2 组 SAS、SDS 评分入院和出院时组内比较及出院时组间比较,差异均有统计学意义。(见表 1)

3.3.2 2 组术后功能恢复时间比较 观察组术后首次下地活动时间、首次肛门排气时间和首次排便时间均短于对照组,差异均具有统计学意义。(见表 2)

表 1 2 组入院和出院时 SAS、SDS 评分比较($\bar{x}\pm s$,分)

组别	例数	时间节点	SAS 评分	SDS 评分
观察组	35	入院时	54.37±4.56	50.56±4.63
		出院时	40.78±3.96 ^{ab}	39.19±3.44 ^{ab}
对照组	35	入院时	55.52±5.23	51.67±2.97
		出院时	48.35±3.84 ^a	46.55±3.59 ^a

注:与本组入院时比较,^a*P*<0.05;与对照组出院时比较,^b*P*<0.05。

表 2 2 组术后功能恢复时间比较($\bar{x}\pm s$,h)

组别	例数	首次下地活动时间	首次肛门排气时间	首次排便时间
观察组	35	33.53±6.16 ^a	27.57±7.43 ^a	51.32±8.16 ^a
对照组	35	45.46±8.15	32.92±7.96	66.39±9.45

注:与对照组比较,^a*P*<0.05。

3.3.3 2 组出院时护理满意度比较 观察组非常满意率为 85.71%,优于对照组的 57.14%,差异具有统计学意义。(见表 3)

表 3 2 组出院时护理满意度比较[例(%)]

组别	例数	非常满意	一般满意	不满意	总满意
观察组	35	30(85.71) ^a	5(14.29)	0	35(100.00)
对照组	35	20(57.14)	11(31.43)	4(11.43)	31(88.57)

注:与对照组比较,^a*P*<0.01。

4 讨论

在临床治疗中,不少妇科肿瘤或者腹腔内出血等需接受手术的患者,由于对手术可能带来的痛苦、创伤、风险和其他不良预后等心生担忧,从而易产生焦虑、恐惧、悲观、抑郁等不良情绪,最终影响术后的治疗和康复。因此,在围手术期对这些手术患者实施针对性的情绪调控很有必要。此外,不同的患者由于年龄、性别、工作性质、家庭背景、经济状况、人生经历的不同,对于疾病的认知和看法也不同,在面对疾病的时候亦会有不同的心理状态,因此医护人员要通过认真观察和分析把握患者的精神和心理状态,合理选用适当的护理方法,因人施护。

情志护理主要是指通过护理人员的语言、表情、姿势、态度、行为及气质等来影响和缓解患者的情绪,解除其顾虑和烦恼,从而增强其战胜疾病的意志和信心,减轻、消除会引起患者痛苦的各种不良情绪和行为,以及由此产生的种种躯体症状,使患者能在最佳心理状态下接受治疗和护理,达到早期康复的目的^[5]。中医情志护理的历史悠久,最早在《黄帝内经》中就将怒、喜、忧、思、悲、恐、惊七种情志活动统称为七情,并提出“志意者,所以御精神,收魂魄,适寒温,和喜怒者也”,指出精神意识思

维活动可调控人体的情绪和脏腑功能活动。现中医情志护理在临床的应用已经越来越广泛,主要包括情志制约、情志疏导、情志导引、情志陶冶等^[6],具体实施方法有语言开导法、五音疗法、移情易性法、以情胜情法、顺情解郁法等,其中语言开导法最为常用,五音疗法最具中医特色。语言是医护人员与患者及患者家属之间最好和最直接的沟通方式,语言开导法就是护理人员根据患者的病情、性格特点、心理状态,采用不同的语言对患者进行具体分析和讲解病情,帮助患者减轻顾虑,缓解心理压力,从而提高患者对于治疗的信心,积极面对疾病并且配合治疗。语言开导时要做到态度亲切、耐心细致、仪表大方得体,注意保护患者的个人隐私,逐步取得患者的充分信任,耐心倾听患者的痛苦和烦恼。五音“角、徵、宫、商、羽”分属于五行“木、火、土、金、水”,通应“肝、心、脾、肺、肾”五脏,五音疗法根据五行生克制化理论,选择倾听合适的音乐来调控情绪,操作简便,过程舒适,患者易于接受。本观察结果显示,观察组术后的焦虑和抑郁评分显著低于对照组,证实中医情志护理在改善患者心理状态方面效果显著,有助于缓解焦虑和抑郁情绪。

中医学认为,耳为宗脉之所聚,五脏六腑、十二经脉皆络于耳,耳不仅是听觉器官,还是人体微缩的再现;耳廓上布满的丰富血管、神经和淋巴,与人体的各个部位密切联系。人体各脏腑器官在耳上有相应的穴位点,某一器官发生病变,可反映于耳上对应部位出现的压痛点,刺激对应压痛点或者部位可对相应的脏腑和器官产生治疗作用^[7]。不仅如此,认真观察耳穴分布图就会发现,耳廓的外形如同一个倒置的婴儿,耳廓上不同区域分布着的穴位和位点正好对应着人体的脏腑和部位。据现代医学理论,耳廓是迷走神经的耳支分布区,刺激耳部对应的穴位,可通过耳-迷走神经-内脏反射轴调节脏腑功能^[8]。临床研究已经证实,耳穴治疗具有调和气血、疏通经脉、理气止痛的综合疗效^[9]。目前,耳穴压豆已广泛用于临床治疗,尤其对于促进手术患者术后肠道功能恢复具有显著疗效^[10]。

患者由于受术前与术后禁食、卧床、手术创伤的影响,术后需要一定时间才能恢复胃肠功能,胃肠功能异常可导致腹胀、腹痛等症状,直接影响进食、活动、伤口愈合,影响术后康复,严重者还需进一步手术治疗,肠道功能恢复时间直接决定术后康

复时间。本观察组的术后下地活动时间和肠道功能恢复时间显著短于对照组,一方面是缘于耳穴压豆法对脏腑功能的整体调节作用;另一方面是与中医情志护理对患者情绪的调控促进了患者对治疗的配合,树立其战胜疾病的信心,从而增强机体的抗病能力有关。

参考文献

- [1] 范侠晖. 妇科手术患者实施中医情志护理的临床研究[J]. 光明中医, 2019, 34(2): 321-323.
- [2] 谢幸, 苟文丽. 妇产科学[M]. 8版. 北京: 人民卫生出版社, 2014: 51-57, 301-321.
- [3] 张里义. 临床心理学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2004: 347-355.
- [4] 常立阳, 冯志仙, 邵荣雅, 等. 住院患者护理满意度测评量表的构建[J]. 中华护理杂志, 2012, 47(5): 454-456.
- [5] 郭献密, 徐皓芝. 中医情志护理的临床应用研究进展[J]. 中外医学研究, 2018, 16(16): 181-183.
- [6] 李银华. 从《黄帝内经》看中医情志护理[J]. 全科护理, 2018, 16(16): 1987-1988.
- [7] 何志群, 刘桂英, 李杏慈, 等. 耳穴压豆联合围手术期心理护理干预剖宫产术后疼痛临床观察[J]. 山西中医, 2017, 33(4): 60-62.
- [8] 谢娴, 叶增杰, 庞秀菲, 等. 耳穴压豆联合电针在腹部术后疼痛护理中的应用研究[J]. 护理研究, 2015, 29(6): 1938-1941.
- [9] 魏春慧. 中医耳穴压豆对胃癌术后患者胃肠功能恢复的护理效果观察[J]. 健康必读, 2018, 8(23): 29-30.
- [10] 张志芳, 陈曼珍. 耳穴压豆护理促进二次剖宫产术后肠道功能恢复的效果观察[J]. 基层医学论坛, 2016, 20(31): 4453-4454.

(收稿日期: 2019-12-12)

秋咳用药, 切忌“五滥”(二)

滥用润喉片

对于咽喉不适, 不少人会用润喉片来缓解咽部症状, 其实这是一种错误的做法。润喉片主要有清热解毒、消炎杀菌、润喉止痛的作用, 能收缩血管、减轻水肿和疼痛, 常被用来治疗咽喉炎、扁桃体炎等咽喉疾病。

将润喉片当作糖果吃很不可取。在秋季干燥的天气里经常含服, 可能会使血管收缩、口腔黏膜干燥破损, 反而加重病情。

滥用抗生素

很多人一咳嗽就用抗生素, 如阿莫西林、头孢菌素等, 其实是不必要的。秋季燥咳治疗过程中, 只有合并呼吸道感染者, 才考虑用抗生素。且必须按时按量服药, 不能随心所欲, 否则非但不能杀灭细菌, 反而会使细菌产生耐药性。

(http://www.cntcm.com.cn/2020-10/16/content_81625.htm)