

耳穴压豆联合情志护理对食管癌化疗患者睡眠质量、心理韧性及自我效能的影响

王永艾

北京京顺医院中医堂护理门诊 北京 101300

【摘要】：目的：对食管癌化疗患者实施耳穴压豆联合情志护理，分析对患者睡眠质量、心理韧性及自我效能产生的影响。方法：选择74例接受化疗的食管癌患者，研究时间范围为2025年1月至2026年5月。按照随机的原则将所选患者均等分为两组，每组37例。对照组接受化疗常规护理，观察组则辅以耳穴压豆及情志干预。匹兹堡睡眠质量指数量表（PSQI）、心理韧性量表（CD-RISC）和中文版癌症自我管理效能量表（SUPPH）评估护理效果，对比两组数值。结果：在实施护理干预后，观察组睡眠质量评分更低（均 $P<0.05$ ）、观察组心理韧性评分和自我管理效能评分更高（均 $P<0.05$ ），与对照组结果比较，差异具有统计学意义。结论：通过对食管癌化疗患者采用耳穴压豆联合情志护理，有助于改善患者的睡眠质量，提高患者的心理韧性和自我效能，其临床应用价值显著。

【关键词】：食管癌化疗；耳穴压豆；情志护理；睡眠质量；心理韧性；自我效能

DOI:10.12417/2705-098X.26.18.070

食管癌是一种发生在上皮组织的恶性肿瘤疾病，化疗是该病治疗的重要手段，通过服用化学药物可有效抑制癌细胞生长或消灭癌细胞，从而控制疾病症状、延缓病情进展，对延长患者的生存期具有显著作用^[1]。然而，食管癌患者在接受化疗期间，因自身免疫下降、症状不适、药物副作用等原因，导致各种不良反应发生风险较高。中医适宜技术因具有副作用小、操作简便、安全性高的特点，在近年来恶性肿瘤疾病的临床护理中得到广泛应用。耳穴压豆通过刺激耳廓特定穴位，可调节脏腑功能、缓解疾病症状，而情志护理属于中医特色心理护理，可减轻患者的心理负担，达到提高治疗效果的作用^[2]。基于此，本研究将在食管癌化疗患者临床护理中应用耳穴压豆联合情志护理，分析对患者睡眠质量，心理韧性及自我效能产生的影响，现具体分析情况如下。

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

选择74例接受化疗的食管癌患者，研究时间范围为2025年1月至2026年5月。按照随机的原则将所选患者均等分为两组，每组37例。对照组接受化疗常规护理，观察组则辅以耳穴压豆及情志干预。对照组（男23例，女17例）和观察组（男24例，女16例）患者的年龄均值分别为（ 61.66 ± 5.51 ）岁和（ 62.07 ± 4.47 ）岁。

纳入标准：符合食管癌诊断标准；均接受化疗；患者及家属知晓研究内容，自愿参与；首次接受化疗；病情稳定；意识清醒；资料完整。

排除标准：合并其他恶性肿瘤，或存在转移；合并其他严重功能障碍疾病；妊娠或哺乳期；依从性不高；精神疾病；沟通障碍；中途退出、死亡^[3]。

参与研究的所有患者资料差异不具有统计学意义， $P>0.05$ ，可进行比较。

1.2 方法

1.2.1 对照组

在患者办理入院后，即展开宣教，主要对医院与病区环境进行介绍，并详细讲解疾病、化疗方案。同时，告知预期不良反应，注意避免使用敏感词汇，并告知应对策略。发放健康手册，告知患者治疗期间生活饮食方面的注意事项。化疗期间，监测患者的病情变化和不良反应迹象，并加强用药护理。为患者提供舒适的病房环境，并对患者的感受予以理解和尊重，及时予以安抚和鼓励。

1.2.2 观察组

（1）耳穴压豆。结合患者的核心症状选择相应的穴位，主穴以神门、心、皮质下、交感等为主，配穴以胃、食道、内分泌为主，以调节患者神经功能、内分泌和免疫功能，并疏通经络，缓解不适。在操作时，应将带籽胶布对准患者耳部的敏感点，并使用医用胶布贴牢，再轻压。叮嘱患者每日自行按压，建议每天3~5次，每穴每次按压时长最好为1~2分钟，注意力度不宜过大。两耳交替进行，每3~5天可更换贴敷一次^[4]。此外，治疗期间请患者需留意，耳部避免沾水。若出现皮肤红肿、破损等情况，立即告知护理人员。

（2）情志护理。评估患者的情志状态，识别患者的主要负性情绪，以此制定情志护理方案，做到因人制宜。根据中医情志相胜理论，对患者负性情绪进行针对性调节。比如，向患者分享成功案例、引导患者参与社交娱乐活动或回忆过往愉快的生活经历，以缓解其忧虑，或者引导患者倾诉内心的想法，宣泄愤怒和恐惧。同时，指导患者及渐进式肌肉放松训练，缓

解躯体紧张状态，或聆听五行音乐，调和情志状态。组建病友互助小组，鼓励患者积极参与，交流心得，减少对自身病痛的过度关注。每周与患者进行一次面对面交流，通过说理开导的方式纠正患者不正确认知，其于认识到负性情绪对脏腑功能的影响以及调节情志对提高疗效的作用，引导患者树立积极的治疗信心。另外，加强与患者家属的沟通，家属掌握情志护理技巧，使其能够参与患者的情志护理。通过家属积极的言语和行动，减少负性情绪传递，有助于进一步提高患者康复希望。

1.3 观察指标

(1) 睡眠质量：通过 PSQI 对患者干预后的睡眠状况进行评估，统计患者睡眠效率、睡眠紊乱、日间功能紊乱等评分情况，其得分越低则睡眠质量情况越好。

(2) 心理韧性：通过 CD-RISC 评估患者干预前后的坚韧、自强和乐观情况，得分越高则心理韧性越优。

(3) 自我效能：通过 SUPPH 评估患者的自我决策、自我减压和正面态度情况，得分越高则自我效能越优。

1.4 统计学方法

采用 SPSS23.0 统计软件对数据进行录入和分析，数据结果使用 t 进行检验，若结果 $P<0.05$ ，则数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组睡眠质量评分情况

观察组接受干预后，睡眠质量各维度评分均更低，与对照组有明显差异 $P<0.05$ ，对比可见表 1。

表 1 两组患者睡眠质量评分情况对比（分）

组别	观察组	对照组	P	t
例数	37	37	>0.05	-
睡眠效率	0.93 ± 0.15	1.15 ± 0.31	<0.05	7.572
睡眠持续性	0.94 ± 0.23	1.02 ± 0.32	<0.05	7.351
睡眠紊乱	0.89 ± 0.20	1.03 ± 0.43	<0.05	9.419
日间功能紊乱	0.89 ± 0.14	1.12 ± 0.33	<0.05	8.371
催眠药物使用	0.81 ± 0.21	0.99 ± 0.32	<0.05	7.489

2.2 对比两组患者心理韧性评分情况

护理后，观察组各项评分结果均比对照组高，对比差异显著 $P<0.05$ ，数据可见表 2。

表 2 对比患者心理韧性评分情况（分）

组别	观察组	对照组	P	t
例数	37	37	>0.05	-

坚韧	护理前	14.32 ± 2.15	13.45 ± 2.38	>0.05	0.501
	护理后	21.11 ± 2.57	18.63 ± 2.13	<0.05	5.724
自强	护理前	18.15 ± 3.62	18.49 ± 3.37	>0.05	0.492
	护理后	25.09 ± 3.79	21.17 ± 3.35	<0.05	5.474
乐观	护理前	23.02 ± 4.23	22.87 ± 4.04	>0.05	0.478
	护理后	32.62 ± 3.26	30.51 ± 3.64	<0.05	6.103

2.3 对比两组患者自我效能评分情况

护理后，观察组各项评分结果均比对照组更高，组间对比差异显著 $P<0.05$ ，对比可见表 3。

表 3 对比两组患者自我效能评分情况（分）

组别		观察组	对照组	P	t
例数		37	37	>0.05	-
自我决策	护理前	7.15±1.41	7.79±3.59	>0.05	0.384
	护理后	11.18±1.36	9.35±1.03	<0.05	10.391
自我减压	护理前	26.29±2.05	27.49±2.78	>0.05	0.592
	护理后	34.28±3.59	30.47±3.52	<0.05	9.474
正面态度	护理前	44.53±3.54	45.03±4.16	>0.05	0.519
	护理后	55.44±4.73	50.71±4.27	<0.05	8.182

3 讨论

食管癌是消化道系统常见的恶性肿瘤疾病，化疗虽然能够控制疾病进展，但也会带来诸多不良反应，使患者的生理和心理负担加重，进而影响其睡眠质量和生活质量。随着患者睡眠质量和生活质量的下降，又会进一步加重其心理负担，影响患者的治疗依从性和效果，形成恶性循环。针对接受化疗的食管癌患者，为其探寻有效的干预方案，对改善患者身心状况、提高临床治疗效果具有重要作用。

本研究结果显示，在化疗常规护理的基础上，对观察组患者应用耳穴压豆联合情志护理，可以有效促使患者的睡眠质量评分降低，并提高患者的心理韧性评分和自我效能评分，各项评分与对照组比较均存在明显差异（均 $P<0.05$ ）。具体分析其原因：耳廓汇集全身经络，与机体脏腑相通，通过辨证选穴实施耳穴压豆，对相应穴位进行持续刺激，能够起到疏通经络、调节气血的作用，进而发挥安神宁心的效果，对改善患者的睡眠质量具有积极作用^[5]。同时，通过刺激耳廓穴位调节下丘脑-垂体-肾上腺轴功能，促进与睡眠相关的神经递质释放，直接改善患者神经内分泌紊乱的作用，起到镇静催眠的效果。情志护理则借助放松训练、注意力转移等方式，与耳穴压豆形成联合

效应,能进一步降低交感神经张力,改善患者的睡眠质量。在心理韧性方面,耳穴压豆可改善患者的睡眠情况、缓解疾病不适,让患者能够释放更多的心理资源应对疾病带来的挑战。同时,耳穴压豆需要患者自行按压穴位,让患者参与疾病治疗和管理,可提高患者对自身疾病的掌控力。情志护理则采用情志相胜法、说理开导法等方式,纠正患者的认知偏差,使其从负性情绪的循环中脱离,为其心理韧性恢复奠定基础,并且还能够让患者学会自我情绪调节的技巧,强化患者的主动参与感,促使其心理韧性得到提升。针对患者自我效能的影响,患者每天自行按压耳穴,直观的感受睡眠、不适症状的变化,为其提供及时的正向反馈信号,可直接增强患者的自我管理能力和

信心。情志护理综合运用情志相胜法、说理开导法、病友交流会以及家属鼓励等,既能帮助患者处于更加稳定且积极的情绪状态中,才能够让患者获得来自各个维度的正向鼓励,并对自身情况作出正向判断,从而使其自我效能感得到提高^[6]。在常规护理的基础上,联合应用耳穴压豆和情志护理能够对患者的内在和外在进行综合调节,进而形成良性循环,为患者机体康复打下基础。

综上所述,通过对食管癌化疗患者采用耳穴压豆联合情志护理,有助于改善患者的睡眠质量,提高患者的心理韧性和自我效能,其临床应用价值显著,因此可在食管癌化疗患者中进行推广应用。

参考文献:

- [1] 王小偷,申智慧,张阳.中医情志护理联合心理干预对食管癌患者心理状态及生活质量的影响[J].医学临床研究,2025,42(10):1830-1832.
- [2] 吴慧雪,阮璐璐,吴珊珊,等.中医情志干预联合揞针疗法对食管癌化疗患者癌因性疲乏及化疗相关恶心呕吐的影响[J].新中医,2025,57(11):175-180.
- [3] 蒋露,蒋雪平,陈建霞,等.中医特色护理策略结合协同护理对结直肠癌术后化学治疗患者近期预后质量的影响[J].中西医结合护理(中英文),2025,11(3):49-52.
- [4] 王丽君,代丽,宋娇.耳穴压丸联合艾灸中医护理在减轻食管癌患者化疗后胃肠道反应的临床价值[J].黑龙江中医药,2024,53(2):152-154.
- [5] 毕改芳.消化道肿瘤术后应用耳穴压豆配合穴位贴敷对胃肠功能的影响[J].实用中医药杂志,2023,39(10):2058-2060.
- [6] 沈芳娇,任丽萍,林颖超,等.耳穴压豆协同营养支持改善晚期食管癌患者营养状况及肠黏膜屏障功能的作用[J].医疗装备,2023,36(2):68-70.