压力与适应理论联合心理护理在鼻窦炎术后患者中的应用价值

乔莎莎，李 谊，温晓梅，叶丽敏

联勤保障部队第九八八医院 河南郑州

【摘要】目的 分析在慢性鼻窦炎患者围术期干预中引入压力与适应理论与心理护理的实际效果；**方法** 回顾性选取 2025 年 1 月至 2025 年 12 月在本院实施手术干预的 68 例鼻窦炎患者，根据护理干预方案不同分组，各 34 例。对照组为常规护理，观察组为压力与适应理论联合心理护理，对组间心理状态变化及并发症情况进行比较；**结果** 干预前两组在心理状态评分上基本一致（$P>0.05$），干预后观察组焦虑自评量表（SAS）及抑郁自评量表（SDS）评分较低（$P<0.05$）。观察组预后并发症发生率较低（$P<0.05$）；**结论** 通过将压力与适应理论融入到围术期心理护理中，能够实现对鼻窦炎手术患者心理状态的有效改善，缓解负性情绪，进而降低预后并发症风险，显示出较为理想的干预价值。

【关键词】慢性鼻窦炎；心理护理；压力与适应理论；心理状态；并发症

【收稿日期】2026 年 9 月 2 日 **【出刊日期】**2026 年 10 月 1 日 **【DOI】**10.12208/j.jacn.20260510

Application value of stress and adaptation theory combined with psychological nursing in patients with sinusitis after operation

Shasha Qiao, Yi Li, Xiaomei Wen, Limin Ye

Joint Logistics Support Force 988 Hospital, Zhengzhou, Henan

【Abstract】Objective To analyze the practical effect of introducing stress and adaptation theory and psychological nursing in perioperative intervention of patients with chronic sinusitis. **Methods** 68 patients with sinusitis who underwent surgical intervention in our hospital from January 2025 to December 2025 were retrospectively selected and divided into different groups according to the nursing intervention scheme, with 34 patients in each group. The control group was given routine care, while the observation group was given psychological care combined with stress and adaptation theory. The changes of psychological state and complications were compared between the two groups. **Results** Before the intervention, the mental state scores of the two groups were basically the same ($P > 0.05$), while the scores of Self-Rating Anxiety Scale (SAS) and Self-Rating Depression Scale (SDS) in the observation group were lower after the intervention ($P<0.05$). The incidence of prognosis complications in the observation group was lower ($P < 0.05$). **Conclusion** By integrating the theory of stress and adaptation into perioperative psychological nursing, it can effectively improve the psychological state of patients undergoing sinusitis surgery, relieve negative emotions, and then reduce the risk of prognosis complications, showing an ideal intervention value.

【Keywords】Chronic sinusitis; Psychological nursing; Stress and adaptation theory; Mental state; Complication

手术在鼻窦炎干预中得到广泛应用，通过手术对病灶部位切除来恢复正常鼻功能，具有创伤小、恢复快、预后佳等优势，治疗价值得到证实[1]。但手术效果与患者机体状态间存在较大联系，当患者因担忧手术效果、恐惧预后恢复而出现较为明显的心理应激反应，会增加手术不良事件发生风险，阻碍预后恢复[2]。且手术在侵入性治疗过程中不可避免的会对患者造成一定损伤，加剧患者身心负担，需要在临床护理中给予重视。心理护理作为常用围术期干预手段，通过评估患者心理状态并采取多种方式疏解负性情绪，引导患者养成良好心态[3]。压力与适应理论基于压力和适应的相互作用，通过评估患者压力源及机体适应能力，据此提供针对性的心理支持，能够促进患者健康适应的形成，改善身心健康[4]。本研究通过将压力与适应理论联合心理护理作用于鼻窦炎患者干预中，分析其实际价值。

1 资料与方法

1.1 一般资料

回顾性选取 2025 年 1 月至 2025 年 12 月在本院实

施手术干预的 68 例慢性鼻窦炎患者，根据护理干预方案不同分组，各 34 例。对照组为常规护理，观察组为压力与适应理论联合心理护理。纳入标准：①患者均符合鼻窦炎诊断标准[5]；②符合鼻内镜手术指征并在本院实施择期手术；③所有患者均为首次发病；④病历资料完整。排除标准：①合并鼻腔疾病者；②合并恶性肿瘤；③伴有精神疾病史；④干预期间依从性不佳者。

1.2 方法

对照组实施常规护理。术前开展常规宣教，为患者介绍鼻窦炎的疾病基础知识，并告知手术治疗的基本流程、预期效果等，形成一定心理预期。术后遵医嘱对症干预，从饮食、用药及生活等方面进行指导，告知患者术后注意事项。

观察组实施压力与适应理论联合心理护理的干预模式。具体如下：（1）组建专门的护理干预小组：在护士长协助下成立护理小组，将科室内 5~6 名护理人员纳入其中。集体通过头脑风暴的形式，挖掘鼻窦炎手术患者的常见压力源及健康适应需求，在明确科室现有医护资源的基础上，制定符合护理实际的护理方案。（2）压力与适应理论指导下的护理方案：①健康教育：明确导致患者围术期压力的主要因素，一是疾病，二是手术，而后围绕压力源展开针对性健康教育。结合患者认知水平、文化程度等引入多样化宣教手段，提升宣教过程中患者的依从性，每次宣教时间控制在 10min，分别于术前及术后开展，每次宣教结束后评估宣教成效，掌握患者对压力源的认知水平并改进宣教策略，直至出院前引导患者树立良好的康复治疗信心。②交流沟通：医护行为属于患者围术期压力源之一，医护人员需第一时间积极主动与患者交流沟通，以面对面交流的形式来评估患者的心理情绪，引导患者自由表达想法或疑惑。过程中保持亲和的态度并多采用鼓励性、肯定性语言，增强患者对护理人员的信任感，提升对医护行为的接受度，从而缓解因医护行为带来的心理压力。③环境护理：陌生医院环境会增加患者身心压力，在入院时医护人员需主动帮助患者接受医院环境，引入医院的医疗资源及成功案例等，熟悉医院环境并增强治疗信心。鼓励患者与病房内其他患者交流沟通，同一角色下能够降低患者的沟通压力，并转移对疾病的注意力，缓解压力。④放松干预：围术期可结合患者兴趣爱好，指导患者通过看电视、听音乐等形式开展娱乐活动，放松身心。⑤心理护理：联合压力与适应理论对患者展开心理疏导，缓解负性情绪。在明确患者围术期主要压力源的基础上，通过一对一心理疏导的形式，为患者讲解不良情绪可能对手术及预后产生的影响，结合患者个体认知来选取合适的疏解路径。如音乐放松法、语言放松法等等，配合腹式呼吸法等来实现对身心状态的同步干预，引导患者掌握自我调节策略，尽可能保持良好心态。术后心理干预中需详细告知患者术后恢复的注意事项，在患者自感舒适的基础上采取半卧位，及时观察鼻腔状况并清除分泌物，提升鼻腔舒适度。观察患者康复心理，针对患者疑惑以耐心态度详细解答，确保患者能够正确认知。

1.3 观察指标

心理状态：以焦虑自评量表（SAS）及抑郁自评量表（SDS）对患者的心理情绪状态进行评价，各量表均为 100 分，均包含 20 个项目，得分与焦虑、抑郁情绪表现为正相关。

并发症比较：术后出现感染、鼻腔出血、鼻腔粘连等并发症发生情况。

1.4 统计学方法

以统计学软件 SPSS（22.0 版本）分析，计量数据以（$\bar{x}\pm s$）表示，t 检验，计数数据以（n，%）表示，χ^2 检验。$P<0.05$ 表示组间数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 基线资料比较

患者基线资料各数据均衡，具有可比性（$P>0.05$），见表 1。

2.2 心理状态比较

干预后观察组 SAS 及 SDS 评分较低（$P<0.05$），见表 2。

2.3 并发症比较

观察组并发症发生率低于对照组（$P<0.05$），见表 3。

表 1　比较两组患者基线资料[n（%）/（$\bar{x}\pm s$）]

组别	n	性别（%）		平均年龄（岁）	平均病程（年）
		男	女		
对照组	34	17（50.00）	17（50.00）	44.18±3.29	2.25±0.46
观察组	34	19（55.88）	15（44.12）	44.34±3.36	2.34±0.50
χ^2/t		0.236		0.198	0.772
P		0.627		0.843	0.442

表 2　比较两组患者的心理状态变化（分，$\bar{x}\pm s$）

组别	n	SDS		SAS	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	34	54.98±9.34	44.29±5.24	55.85±9.51	45.32±5.23
观察组	34	55.23±9.21	41.55±4.91	56.04±9.13	41.18±5.25
t		0.111	2.224	0.084	2.471
P		0.911	0.029	0.933	0.016

表 3　比较患者并发症发生率（n，%）

组别	n	感染	鼻腔粘连	鼻腔出血	总发生率（%）
对照组	34	1（2.94）	2（5.88）	1（2.94）	11.76
观察组	34	0（0.00）	1（2.94）	0（0.00）	2.94
χ^2					6.275
P					0.012

3 讨论

慢性鼻窦炎在临床上具有较高发病风险，患者表现为鼻塞、头痛、嗅觉减退等一系列表现，病情迁延不愈，如果不及时干预会对患者正常生活质量造成不良影响。鼻内镜手术能够帮助患者恢复鼻腔及鼻窦功能，但过程中会形成手术创伤，加之患者对疾病及手术认知有限，进而诱发身心不良反应，不利于预后恢复[6-7]。

压力与适应理论强调挖掘压力源来进行针对性干预，提升患者适应性。将其与心理护理相联合，能够提升护理干预的精准性及有效性，实现对患者负性情绪的快速纠正。研究结果显示，观察组在干预后的心理状态评分上显优，表明该模式的运用能够有效疏解不良情绪。分析其原因在于，压力与适应理论作为现代护理理念的一种，其认为患者在治疗过程中会面临着来自疾病、人员及环境等多维度的压力，使得机体处于紧张状态，不利于治疗开展[8]。立足于该理论基础上对患者展开的护理方案，主张对患者实际情况进行综合评估，明确导致患者压力产生的原因并配合健康教育、护理评估等多种形式，持续性增强患者对疾病及手术的认知，从而明确手术对于疾病控制及预后恢复的积极作用，认可手术疗法以正确看待治疗方法，缓解因认知不足而形成的压力[9]。同时以压力与适应理论来指导心理护理的开展，引入多种心理疏导路径，在明确压力源及负性情绪表现的前提下，进一步强化健康宣教并配合一对一疏导，参与到多种活动中来保持愉快心情，转移对疾病及手术的注意力。联合干预下，患者身心压力均得到改善，从而降低负性情绪评分[10]。观察组预后并发症发生率较低，分析可能与负性情绪缓解后，患者能够主动配合医护行为开展，促进护理方案落实以规避风险。

综上所述，在鼻窦炎术后患者干预中引入压力与适应理论并配合心理护理的干预方案，能够切实改善患者的心理情绪状态，遏制并发症风险。

参考文献

[1] 朱莉. 心理及认知护理结合精细化护理对慢性鼻窦炎手术患者术后恢复的影响[J].临床医学研究与实践,2025,10(22):163-166.

[2] 聂纤,罗君. 慢性鼻窦炎患者鼻内镜术后应用舒适护理对其心理状态与睡眠质量及疼痛感的影响[J].中国药物经济学,2025,20(04):125-128.

[3] 季培沛,阎妍,裴艳琪. 强化心理护理联合舒适化护理在鼻内镜慢性鼻窦炎术患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2023,29(12):151-153.

[4] 沈喜云. 快速康复外科护理结合压力-适应理论对输卵管妊娠术后的影响[J].实用中西医结合临床,2023,23(23):118-120+128.

[5] 中华耳鼻咽喉头颈外科杂志编辑委员会鼻科组,中华医学会耳鼻咽喉头颈外科学分会鼻科学组. 慢性鼻窦炎诊断和治疗指南（2024）[J].中华耳鼻咽喉头颈外科杂志,2025,60(3):221-249.

[6] 杨阳,候青青. 基于压力与适应理论的护理干预结合时效性激励干预对鼻窦炎术后患者病情控制及自护能力

的影响[J].临床医学研究与实践,2023,8(15):138-140.

[7] 王秀芳. 鼻科护理改进方式对鼻窦炎术后患者的干预效果[J].中国城乡企业卫生,2022,37(08):183-185.

[8] 李佳. 心理护理干预对鼻内镜术后病人疼痛和焦虑的影响研究[J].贵州医药,2022,46(05):816-817.

[9] 钱海琴,朱丽娜,江爱萍. 心理护理对慢性鼻窦炎鼻内镜手术患者术后康复的作用探讨[J].心理月刊,2022,17(07):187-189.

[10] 石胜君. 临床路径联合心理护理干预对慢性鼻窦炎鼻内窥镜术后患者的心理和预后的影响[J].山西医药杂志,2021,50(07):1188-1190.

版权声明：©2026 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