

## 优质护理对过敏性鼻炎患者鼻窦症状的改善效果

马 燕

云南省中医医院耳鼻喉科 云南昆明

**【摘要】目的** 探讨优质护理干预对过敏性鼻炎患者鼻窦症状的改善效果，为临床护理方案优化提供参考。**方法** 选择2025年1月-12月我院收治的52例过敏性鼻炎合并鼻窦症状患者，按照入院顺序分为两组，每组各26例。对照组给予过敏性鼻炎常规护理，观察组在常规护理基础上实施优质护理干预，对比两组干预前后鼻窦症状评分、生活质量评分及护理满意度差异。**结果** 干预后，两组各项鼻窦症状视觉模拟评分（VAS）均低于干预前，观察组干预后鼻塞、流脓涕、头痛、嗅觉减退评分均低于对照组，差异有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。观察组生理功能、社会功能、情感状态、总体健康评分均高于对照组（ $P < 0.05$ ）。观察组护理总满意度为96.15%，高于对照组的76.92%（ $P < 0.05$ ）。**结论** 对过敏性鼻炎合并鼻窦症状患者实施优质护理干预，可有效减轻患者鼻窦症状，提升患者生活质量，提高护理满意度，值得临床推广应用。

**【关键词】** 优质护理；过敏性鼻炎；鼻窦症状；生活质量；护理干预

**【收稿日期】** 2026年8月5日

**【出刊日期】** 2026年9月3日

**【DOI】** 10.12208/j.jacn.20260501

### The effect of high-quality nursing on the improvement of sinus symptoms in patients with allergic rhinitis

Yan Ma

Department of Otorhinolaryngology, Yunnan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine, Kunming, Yunnan

**【Abstract】 Objective** To explore the effect of high-quality nursing intervention on the improvement of sinus symptoms in patients with allergic rhinitis, and to provide a reference for the optimization of clinical nursing plans. **Methods** 52 patients with allergic rhinitis and sinus symptoms admitted to our hospital from January to December 2025 were selected and divided into two groups according to the order of admission, with 26 cases in each group. The control group received routine nursing for allergic rhinitis, while the observation group received high-quality nursing intervention in addition to the routine care. The differences in sinus symptom scores, quality of life scores, and nursing satisfaction before and after the intervention were compared between the two groups. **Results** After the intervention, the Visual Analogue Scale (VAS) scores of sinus symptoms in both groups were lower than those before the intervention, and the scores of nasal congestion, purulent nasal discharge, headache, and reduced sense of smell in the observation group after the intervention were lower than those in the control group, with statistically significant differences ( $P < 0.05$ ). The scores of physiological function, social function, emotional state, and overall health in the observation group were higher than those in the control group ( $P < 0.05$ ). The total nursing satisfaction of the observation group was 96.15%, which was higher than 76.92% of the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Implementing high-quality nursing intervention for patients with allergic rhinitis and sinus symptoms can effectively alleviate their sinus symptoms, improve their quality of life, and increase nursing satisfaction. It is worthy of clinical promotion and application.

**【Keywords】** High-quality nursing; Allergic rhinitis; Sinus symptoms; Quality of life; Nursing intervention

过敏性鼻炎是特应性个体接触变应原后，由IgE介导的鼻黏膜非感染性炎性疾病，流行病学调查数据显示，我国过敏性鼻炎的患病率约为10%-20%，受空气污染、生活环境改变等因素影响，发病率逐年上升<sup>[1]</sup>。该病以鼻痒、阵发性喷嚏、清水样鼻涕、鼻塞为典型临

床表现，受炎症刺激影响，多数患者会伴随不同程度的鼻窦不适症状，包括流脓涕、头面部胀痛、嗅觉减退等。目前过敏性鼻炎尚无彻底治愈的方法，临床以控制症状、减少疾病复发为主要治疗目标，在药物治疗基础上配合科学规范的护理干预，能够促进患者规避诱发因

素,掌握正确自我护理方法,对改善鼻窦症状、提升预后效果具有重要意义<sup>[2]</sup>。优质护理以患者为核心,围绕患者个体需求开展个性化、全方位干预的现代护理,近年来已广泛应用于各类慢性疾病的临床护理中。为探讨优质护理对过敏性鼻炎患者鼻窦症状的改善效果,本文选取 52 例过敏性鼻炎患者开展对照分析,报道如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选择 2025 年 1 月-12 月间我院耳鼻喉科收治的 52 例过敏性鼻炎患者作为研究对象,按照患者入院顺序分为两组,每组各 26 例。对照组男 14 例,女 12 例,年龄 21-62 岁,平均年龄(40.83±3.99)岁,病程 1-12 年,平均病程(5.36±1.28)年;观察组男 15 例,女 11 例,年龄 20-63 岁,平均年龄(42.05±8.01)岁,病程 1-14 年,平均病程(5.61±1.34)年。纳入标准:符合《过敏性鼻炎诊断和治疗指南》中相关诊断标准,合并不同程度鼻窦症状;临床资料完整,知情同意参与本研究。排除标准:合并鼻息肉、鼻腔肿瘤等其他鼻腔器质性病变;合并严重心肝肾脏器功能障碍;合并精神疾病或认知功能障碍无法配合护理干预。

### 1.2 方法

对照组给予过敏性鼻炎常规护理,包括入院健康宣教、遵医嘱指导用药、日常生活注意事项告知、常规病情观察等。

观察组在常规护理基础上实施优质护理干预,内容如下。

#### (1) 个性化健康认知干预

护理人员在患者入院后通过一对一座谈的方式,评估患者对过敏性鼻炎的认知程度,结合患者文化水平采用通俗化语言,讲解过敏性鼻炎的发病机制、鼻窦症状的发生原因、规避过敏原的重要性等内容,为患者发放图文健康手册,借助短视频科普视频直观展示正确擤鼻、鼻腔冲洗的操作方法,纠正患者“过敏性鼻炎只是小毛病”“症状好转即可停药”等错误认知,提升患者对疾病与护理的重视程度。

#### (2) 症状干预与鼻腔护理指导

结合患者鼻塞、流脓涕、头痛等鼻窦症状,开展针对性护理干预措施。指导患者掌握正确鼻腔冲洗方法,每日早晚使用 0.9%生理盐水冲洗鼻腔,叮嘱患者冲洗时控制水流速度与压力,避免引发呛咳或鼻腔黏膜损伤。对鼻塞症状严重的患者,指导患者通过热敷鼻部、侧卧位时抬高上半身等方式减轻黏膜充血,若夜间鼻塞影响睡眠,可遵医嘱配合使用减充血剂,告知患者用

药剂量与禁忌。对头痛症状明显的患者,指导患者通过局部按摩太阳穴、迎香穴,调整呼吸放松肌肉等方式缓解疼痛,保持病室安静,营造良好的休息环境。

#### (3) 环境与饮食指导

结合过敏性疾病的特点,协助患者排查自身过敏原,叮嘱患者日常规避花粉、尘螨、动物毛发等常见过敏原,对居家环境护理进行指导。告知患者定期更换清洗床上用品,保持室内通风干燥,避免在家中摆放开花植物、饲养宠物,雾霾天气减少外出,必要外出时佩戴防护口罩。饮食方面指导患者保持清淡饮食,避免食用辛辣刺激、生冷易致敏的食物,多摄入新鲜蔬菜水果,补充维生素,戒烟限酒,减少对鼻腔黏膜的刺激。

#### (4) 心理干预与延续性护理

过敏性鼻炎症状反复发作,会导致患者出现焦虑、烦躁等负性情绪,负性情绪又会进一步加重机体应激反应,加重鼻窦症状。护理人员日常主动与患者沟通,评估患者心理状态,缓解患者负性情绪,提升患者治疗信心。在患者出院后建立随访群,每周推送疾病护理知识,每月开展线上随访,了解患者院外症状控制情况,及时解答患者疑问,纠正患者不良生活习惯,叮嘱患者定期复查,根据症状变化调整护理方案。

### 1.3 观察指标

对比两组干预前后鼻窦症状改善情况,采用视觉模拟评分法(VAS)对鼻塞、流脓涕、头痛、嗅觉减退 4 项症状进行评分,评分范围 0-10 分,评分越高表示症状越严重。

采用 SF-36 生活质量量表评估两组干预前后生活质量,选取生理功能、社会功能、情感状态、总体健康,每个维度满分 100 分。

对比护理满意度。

### 1.4 统计学分析

运用 SPSS25.0 统计软件,计量资料以( $\bar{x}\pm s$ )表示,t 检验。计数资料(%)以  $\chi^2$  检验,  $P<0.05$  即存在统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 鼻窦症状评分情况

两组各项鼻窦症状评分均低于本组干预前。观察组干预后鼻塞、流脓涕、头痛、嗅觉减退评分分别为(2.31±0.64)分、(2.14±0.58)分、(1.96±0.53)分、(1.82±0.47)分,均低于对照组的(4.15±0.82)分、(3.76±0.75)分、(3.42±0.68)分、(3.21±0.64)分,差异均有统计学意义( $t=9.024$ 、 $8.671$ 、 $8.592$ 、 $8.917$ ,  $P$  均

$<0.05$ )。

## 2.2 生活质量评分情况

干预后, 观察组干预后生理功能( $79.85 \pm 6.74$ )分、社会功能( $76.28 \pm 5.96$ )分、情感状态( $75.14 \pm 6.25$ )

分、总体健康( $78.42 \pm 5.87$ )分均高于对照组干预后的( $68.42 \pm 7.25$ )分、( $65.31 \pm 6.42$ )分、( $64.28 \pm 6.73$ )分、( $65.81 \pm 6.34$ )分, 组间差异具有统计学意义( $t=5.968$ 、 $6.412$ 、 $6.083$ 、 $7.425$ , 均  $P<0.05$ )。

表 1 鼻窦症状评分的对比 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

| 组别           | n  | 时间  | 鼻塞        | 流脓涕       | 头痛        | 嗅觉减退      |
|--------------|----|-----|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 对照组          | 26 | 干预前 | 6.24±1.12 | 5.87±1.03 | 5.12±0.96 | 4.89±0.87 |
|              |    | 干预后 | 4.15±0.82 | 3.76±0.75 | 3.42±0.68 | 3.21±0.64 |
| 观察组          | 26 | 干预前 | 6.18±1.09 | 5.79±1.11 | 5.08±1.01 | 4.78±0.92 |
|              |    | 干预后 | 2.31±0.64 | 2.14±0.58 | 1.96±0.53 | 1.82±0.47 |
| 干预后 <i>t</i> |    |     | 9.024     | 8.671     | 8.592     | 8.917     |
| 干预后 <i>P</i> |    |     | <0.05     | <0.05     | <0.05     | <0.05     |

表 2 生活质量评分的对比 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

| 组别           | n  | 时间  | 生理功能       | 社会功能       | 情感状态       | 总体健康       |
|--------------|----|-----|------------|------------|------------|------------|
| 对照组          | 26 | 干预前 | 56.24±6.13 | 52.17±5.84 | 50.36±6.21 | 53.47±5.92 |
|              |    | 干预后 | 68.42±7.25 | 65.31±6.42 | 64.28±6.73 | 65.81±6.34 |
| 观察组          | 26 | 干预前 | 57.13±5.89 | 51.86±6.12 | 51.02±5.98 | 52.98±6.13 |
|              |    | 干预后 | 79.85±6.74 | 76.28±5.96 | 75.14±6.25 | 78.42±5.87 |
| 干预后 <i>t</i> |    |     | 5.968      | 6.412      | 6.083      | 7.425      |
| 干预后 <i>P</i> |    |     | <0.05      | <0.05      | <0.05      | <0.05      |

## 2.3 护理满意度

两组护理总满意度差异具有统计学意义( $P<0.05$ ), 见表 1。

表 3 两组护理满意度对比 (n/%)

| 组别       | n  | 非常满意 | 满意 | 不满意 | 总满意度       |
|----------|----|------|----|-----|------------|
| 对照组      | 26 | 10   | 10 | 6   | 20 (76.92) |
| 观察组      | 26 | 16   | 9  | 1   | 25 (96.15) |
| $\chi^2$ | -  |      |    |     | 4.127      |
| $P$ 值    | -  |      |    |     | $<0.05$    |

## 3 讨论

过敏性鼻炎属于临床常见慢性鼻科疾病, 多数患者对疾病存在认知误区, 未重视疾病管控与鼻腔护理, 可导致鼻窦症状反复发作, 长期迁延不愈, 因此应纠正患者错误认知, 规范患者日常护理行为, 改善患者临床症状<sup>[3]</sup>。常规护理多围绕疾病治疗开展基础宣教与基础照护, 缺乏个性化与延续性, 对患者院外行为的管控能力不足, 难以满足过敏性鼻炎患者长期健康管理的需求<sup>[4]</sup>。优质护理干预以患者实际需求为中心,

从健康认知、症状管控、环境饮食、心理、延续照护多个层面切入, 为患者提供全面的护理支持<sup>[5]</sup>。本文研究中, 观察组开展个性化健康认知干预, 开展多种形式健康宣教, 纠正患者的错误认知, 有助于患者建立正确的疾病认知, 提升患者依从性, 为症状改善打下基础。结合鼻窦症状开展针对性干预, 结合不同患者鼻塞、头痛等症状给予鼻腔冲洗指导、物理缓解方法与用药指导, 可直接减轻症状不适感<sup>[6]</sup>。环境饮食干预通过协助患者排查过敏原, 指导患者规避过敏原, 减少过敏原对鼻黏膜刺激, 可降低炎症反应程度, 从源头减少鼻窦症状的发作<sup>[7]</sup>。心理干预可缓解患者因病情反复发作产生的负性情绪, 避免负性情绪加重机体应激反应, 延续性护理可将护理干预延伸至院外, 监督指导患者的健康行为, 及时纠正不良习惯, 保障长期护理效果<sup>[6]</sup>。优质护理可有效减轻过敏性鼻炎患者的鼻窦症状, 提升患者生活质量<sup>[8]</sup>。对照组护理总满意度为 76.92%, 低于观察组 96.15% ( $P<0.05$ )。

综上, 优质护理干预可有效改善过敏性鼻炎患者的鼻窦症状, 提高患者生活质量, 应用价值较高, 可推广应用。

## 参考文献

- [1] 朱赛男,陆双艳,陈美华,等. 正念护理对过敏性鼻炎患者穴位贴敷疗效的影响[J].齐鲁护理杂志,2026,31(7):129-132.
- [2] 周莉莉,怀德,戴俊. 延续性护理对过敏性鼻炎患者健康认知水平及症状改善的影响[J].河北医药,2025,47(12):2105-2108+2112.
- [3] 董妞妞,韩世范,王倩,等. 家庭护士食疗理论在变应性鼻炎病人中的实证研究[J].护理研究,2025,39(16):2678-2686.
- [4] 黄春明. 家庭合作照顾护理模式在过敏性鼻炎患儿中的应用效果及对遵医行为的影响[J].临床医学研究与实践,2025,10(22):171-174.
- [5] 李娟,张茜,刘春东,等. 护理干预在支气管哮喘合并过敏性鼻炎患者中的应用效果及满意度分析[J].中国医学文摘(耳鼻喉科学),2025,40(4):69-72.
- [6] 韩甜甜. 过敏性鼻炎应用布地奈德喷雾剂治疗并实施护理干预的临床疗效及满意度观察[J].中国医学文摘(耳鼻喉科学),2025,40(2):232-234.
- [7] 黄满九,宫久灵.在过敏性鼻炎合并咳嗽变异性哮喘患儿的护理中应用现代护理模式的效果[J].当代医药论丛,2025,23(14):147-150.
- [8] 刘盈.过敏性鼻炎患儿的护理中加入健康教育干预的效果[J].中国医学文摘(耳鼻喉科学),2025,40(2):228-231.

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