

五行音乐疗法联合耳穴压籽在中风后焦虑抑郁患者中的应用效果分析

熊玉巧, 林思语

云南省中医医院 云南昆明

【摘要】目的 探讨对中风后焦虑抑郁患者实施五行音乐联合耳穴压籽疗法的效用价值。**方法** 研究中实验对比对象共计 90 例, 均为中风病症, 且存在焦虑、抑郁症状, 以摇号方式将其分为对照与观察两个组别, 患者人数均为 45 例, 其中对照组采取常规护理模式, 观察组实施五行音乐疗法联合耳穴压籽, 观察并深入比较两组实际应用效果。**结果** 经实验中数据显示, 经干预后观察组患者 SAS、SDS 评分均较对照组低, 而且 PSQI 评分大幅提升, 与此同时相较对照组, SF-36 评分明显较高 ($P < 0.05$)。**结论** 对于中风后焦虑抑郁患者而言, 给予五行音乐与耳穴压籽联合疗法整体效果较为显著, 可有效缓解患者负性情绪, 改善其睡眠情况, 对患者生活质量水平的提升也有积极促进作用。

【关键词】 五行音乐疗法; 耳穴压籽; 中风; 焦虑抑郁

【收稿日期】2025 年 6 月 20 日

【出刊日期】2025 年 7 月 30 日

【DOI】10.12208/j.ijnr.20250378

Analysis of the application effect of five-element music therapy combined with auricular acupoint pressing in patients with anxiety and depression after stroke

Yuqiao Xiong, Siyu Lin

Yunnan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine, Kunming, Yunnan

【Abstract】Objective To explore the efficacy of five-element music combined with auricular acupoint pressing in patients with anxiety and depression after stroke. **Methods** A total of 90 experimental comparison subjects were included in the study, all of whom had stroke symptoms and had anxiety and depression symptoms. They were divided into two groups, control and observation, by lottery, with 45 patients in each group. The control group adopted conventional nursing mode, and the observation group implemented five-element music therapy combined with auricular acupoint pressing. The actual application effects of the two groups were observed and compared in depth. **Results** The experimental data showed that after intervention, the SAS and SDS scores of the observation group were lower than those of the control group, and the PSQI score was greatly improved. At the same time, the SF-36 score was significantly higher than that of the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** For patients with anxiety and depression after stroke, the overall effect of the combined therapy of five-element music and auricular acupoint pressing is more significant, which can effectively relieve the negative emotions of patients, improve their sleep conditions, and also have a positive effect on improving the quality of life of patients.

【Keywords】 Five elements music therapy; Auricular acupoint pressing; Stroke; Anxiety and depression

引言

中风会对患者大脑造成不同程度损伤, 可能会影响情绪调节功能, 再加上疾病所引发的后遗症干扰患者正常生活, 担心预后情况下会出现各种负性情绪, 对此还应当积极展开系统性干预, 并采取合适的方式方法。本文主要探讨了五行音乐疗法联合耳穴压籽在中风后焦虑抑郁患者中的应用效果, 具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

所纳入的 90 例对象均为院内 2023 年 10 月~2024 年 9 月收治的中风后焦虑抑郁患者, 为确保后续所获数据的精确度及有效性, 还应当做好组别划分工作, 人数需保证均等性。患者年龄在 42~71 岁区间, 病程最短 21d、最长 4 个月, 对照组与观察组男女人数、中位

年龄、平均病程分别为 24、21 例 (53.82 ± 3.79) 岁、(2.15 ± 0.83) 个月与 26、19 例 (54.93 ± 3.44) 岁、(2.27 ± 0.61) 个月。

纳入标准: 经临床各项诊断患者均符合中风病症标准, 且被评定为焦虑、抑郁症状, 患者及家属完全了解实验内容、方式方法及目的且同意配合;

排除标准: 精神异常、合并其他器质性疾病、无法实现有效沟通、依从性较差患者 ($P < 0.05$)。

1.2 方法

对照组予以常规护理干预手段, 遵医嘱指导患者用药, 加强与患者之间的沟通交流, 详细讲述与疾病相关的知识, 并说明各治疗及护理手段的作用及其目的, 以此来提高其整体认知水平。同时还需注重环境管理, 定期消毒清洁, 定期开窗通风, 保持空气时刻处于流通状态, 调整温湿度, 并在不影响治疗情况下将光线调节为柔和状态, 控制人员出入频次, 尽量减少外部不良因素对患者的刺激, 为患者创设舒适的治疗空间^[1]。同时还应当对患者心理状态展开全面评估, 依据其实际情况制定心理疏导方案, 多鼓励患者, 并通过分享成功案例、强调医院设备及技术先进性的方式进行正向暗示, 要求家属多陪伴与关心患者, 给予其家庭支持, 以此来消除患者心理负担, 减轻负性情绪^[2]。

观察组实施五行音乐疗法联合耳穴压籽手段, 主要内容如下: ①五行音乐疗法, 因每位患者病情有着较大差异, 对此还应当遵循辨证论型原则, 根据患者证型选择合适的音乐类型, 其中肝郁气滞者可选择角调式乐曲, 如《草木青青》《绿叶迎风》等, 其具有调和肝胆疏泄作用, 能够提振情绪; 心脾两虚患者可选取宫音《春江花月夜》《月儿高》等乐曲, 其悠扬沉静、醇厚庄重, 可调节脾脏升降功能; 痰热内扰、抑郁悲伤患者可应用商音《黄河大合唱》《第三交响曲》等乐曲, 其音乐风格较为高亢、铿锵有力, 对患者肺的宣降功能有一定调节作用; 心火上扰以徵调《狂欢》《步步高》等乐曲为主, 该音乐类型较为活泼轻松, 有助于养心气; 脾肾阳虚患者可选择羽调音乐《二泉映月》《梁祝》等

乐曲, 可助长肾气。在播放时需做好音量控制工作, 建议不超过 30 分贝, 每日播放 30 分钟, 每周持续播放 5d, 连续 4 周^[3-5]。②耳穴压籽, 首先应做好穴位明确工作, 通常为神门、直肠下端、内分泌、皮质下、心、肝、肾、交感等穴位, 并对耳廓进行全面消毒清洁, 可应用酒精棉球, 浓度为 75%, 选取圆润、质地较硬的王不留行籽, 将无菌胶布裁剪至 $0.5\text{cm} \times 0.5\text{cm}$ 大小, 随后将王不留行籽放置中心后贴敷至对应穴位, 并进行逐一按压, 时间在 1 分钟左右, 力度以局部酸麻胀痛感为宜, 单日 4 次左右, 双耳交替完成按压, 为保证效果, 需持续按压 21d, 期间应定期更换^[6-7]。

1.3 观察指标

①SAS、SDS 量表可作为评估患者心理状态的主要工具, 前者中线分值为 50 分, 后者为 53 分, 受检者评分越低说明焦虑、抑郁水平越轻, 相反则为重。②患者睡眠质量采用 PSQI 量表评估, 分值在 0~21 分之间, 得分越低说明患者睡眠质量越优, 相反则为差。③为掌握患者生活质量水平, 可应用 SF-36 量表进行评估, 涵盖社会功能、物质生活、心理健康与躯体健康等维度, 均为满分制, 患者生活质量优劣可通过分值高低表现^[8]。

1.4 统计学处理

n (%)、 $(\bar{x} \pm s)$ 即计数资料、计量资料是研究中的主要数据, 统计处理工作可采用 SPSS22.0 软件完成, 对相关数据完成分类, 检验期间计量与计数资料检验分别应用“ t ”与“ χ^2 ”表示, 随后做好各数据结果的统计与分析工作, 对比结果之间差异性, $P < 0.05$ 与 $P > 0.05$ 分别表示数据相比差异较大有统计学意义与经比较较为均衡。

2 结果

2.1 两组患者心理状态与睡眠情况分析

通过评估所得, 两组患者干预前 SAS、SDS 与 PSQI 评分经对比呈现出均衡性 ($P > 0.05$), 但干预后观察组患者 SAS、SDS 评分均低于对照组, PSQI 评分大幅提升, 差异显著 ($P < 0.05$), 如表 1 所示。

表 1 两组患者心理状态与睡眠质量评分比较 (n /%), ($\bar{x} \pm s$)

组别	n	SAS (分)		SDS (分)		PSQI (分)	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	45	57.01 ± 4.87	48.22 ± 3.99	59.04 ± 4.83	50.13 ± 4.91	15.06 ± 2.34	10.36 ± 1.78
观察组	45	56.72 ± 4.63	40.51 ± 4.28	60.55 ± 4.92	41.07 ± 4.78	15.18 ± 2.65	6.12 ± 1.14
t		0.029	12.937	0.015	9.566	0.337	6.502
P 值		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

2.2 两组患者生活质量评分比较

整体来看,干预前后两组患者生活质量评分分别呈现出 ($P>0.05$) 与 ($P<0.05$), 前者表示无统计

学意义,而干预后相较对照组,观察组患者生活质量各维度评分均较对照组高,数据之间有一定差异表现,具体数值见表 2。

表 2 两组患者生活质量评分对比 (n=45), ($\bar{x}\pm s$)

组别		对照组	观察组	t 值	P 值
物质生活	干预前	62.82±4.11	62.34±4.09	0.322	$P>0.05$
	干预后	70.38±3.63	82.44±3.95	8.153	$P<0.05$
躯体健康	干预前	60.34±3.93	61.71±4.28	0.076	$P>0.05$
	干预后	72.42±4.95	84.65±4.91	11.514	$P<0.05$
心理健康	干预前	58.72±4.99	59.65±4.87	0.224	$P>0.05$
	干预后	74.56±4.17	85.26±3.85	7.538	$P<0.05$
社会功能	干预前	57.95±3.55	56.24±3.86	0.014	$P>0.05$
	干预后	71.59±4.25	81.04±4.02	10.994	$P<0.05$

3 讨论

中风在西医中又称之为卒中,是临床常见脑血管疾病,有着致残率、致死率极高的特点,而且患者多会伴有不同程度并发症,严重影响患者日常生活,这也导致患者情绪常处于不稳定状态,焦躁不安、抑郁是其主要症状表现,对此还应当积极展开干预。临床多采取常规护理模式,主要是对患者进行心理疏导来起到缓解压力作用,但因缺乏针对性效果并不显著^[9]。而中医认为中风是人体内部气血失调导致脑部供血不足或出血,从而引起的一系列症状,而中风后焦虑抑郁则是因早期肝肾阴虚、气血衰少以及中后期气滞血瘀、痰瘀互结所引起的一系列病理反应,肝气郁结情况下患者会有气滞、痰湿、淤血等症状,致使患者病情加重。五行音乐疗法遵循五行生克制化规律来影响患者的人体气机与脏腑功能,从而达到调节情绪、镇静安神的作用;耳穴压豆可刺激身体穴位,通过疏通脉络、扶阳调整心肾,来缓解患者焦虑、抑郁等症状^[10]。本次实验结果显示,相较对照组,观察组患者 SAS、SDS 评分均明显降低,而且 PSQI 与 SF-36 评分均大幅提升 ($P<0.05$),这也说明五行音乐疗法联合耳穴压籽方式整体效果较为显著,结合患者证型播放针对性音乐类型可有效舒缓患者情绪,而且在对患者进行耳穴压豆治疗能够发挥调节神经活性作用,使得患者可获得良好的睡眠体验,整体生活质量水平随之大幅提升。

综上所述,对中风后焦虑抑郁患者实施五行音乐疗法配合耳穴压籽不仅能够有效改善患者负性情绪,更可切实提升其睡眠及生活质量水平。具有一定推广价值。

参考文献

[1] 罗莉君. 中药熏洗联合耳穴压豆对中风一中经络患者

恢复期焦虑抑郁状态及睡眠质量的影响 [J]. 现代养生, 2025, 25 (03): 186-190.

[2] 庞枫,刘娟. 穴位贴敷联合耳穴压豆治疗脑梗死伴抑郁焦虑患者临床观察 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2024, 22 (01): 111-113.

[3] 邵欣,向沫,唐兴,等. 耳穴疗法对中风后抑郁患者临床结局和生活质量的影响: 系统评价和 meta 分析 [J]. 四川中医, 2023, 41 (10): 218-223.

[4] 郭菲. 五行音乐联合头部经络梳理在中风后不寐患者中的应用效果 [J]. 中国当代医药, 2023, 30 (27): 192-196.

[5] 朱从梅,唐晶晶,姜阳. 五音疗法配合耳穴压豆对中风偏瘫患者的影响 [J]. 心理月刊, 2023, 18 (08): 202-204.

[6] 尚磊. 针刺疗法联合耳穴贴压治疗中风后抑郁的临床观察 [J]. 中国民间疗法, 2023, 31 (03): 51-54.

[7] 张佳乐,周霞,刘建宪,等. 五音具象催眠技术治疗中风后阈下抑郁疗效 [J]. 康复学报, 2022, 32 (06): 482-488.

[8] 段君,蔡绍杰,王梅,等. 耳穴压豆治疗中风后抑郁的疗效观察 [J]. 中国中医药科技, 2022, 29 (01): 152-153.

[9] 杨丽妃. 中医情志护理联合耳穴压豆对中风后抑郁的干预效果分析 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5 (26): 134.

[10] 董人齐,周霞,李丽. 五行音乐疗法治疗卒中后抑郁的研究进展 [J]. 实用心脑血管病杂志, 2019, 27 (10): 109-111.

版权声明: ©2025 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