

“未病先防”在耳鼻喉病中医护理健康教育中的应用价值

樊丽君

云南省中医医院耳鼻喉科 云南昆明

【摘要】目的 探讨中医护理健康教育中“未病先防”耳鼻喉病的应用价值。**方法** 选取本院耳鼻喉科 2022 年 12 月-2024 年 12 月耳鼻喉病高危患者 80 例，依据护理方法划分两组，常态护理组 40 例，接受常态护理，未病先防组 40 例，接受“未病先防”中医护理健康教育。统计分析两组健康知识掌握情况、自我管理能力和护理依从性、疾病发病率、护理满意度。**结果** 未病先防组疾病知识、作息知识、饮食知识、心理知识掌握评分、疾病管理、日常生活管理、情绪管理评分、护理满意度护理依从性、均高于常态护理组 ($P<0.05$)，疾病发病率低于常态护理组 ($P<0.05$)。**结论** 中医护理健康教育中“未病先防”耳鼻喉病的应用价值较常态护理好，更能将患者的健康知识掌握情况、自我管理能力和护理依从性提升，将患者疾病发病率降低，将患者护理满意度提升。

【关键词】 耳鼻喉病；中医护理；健康教育；未病先防；健康知识掌握；自我管理能力和护理依从性；疾病发病率；护理满意度

【收稿日期】 2025 年 7 月 27 日

【出刊日期】 2025 年 8 月 22 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20250442

The application value of "Prevention before illness" in the health education of traditional Chinese medicine nursing for ear, nose and throat diseases

Lijun Fan

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

【Abstract】Objective To explore the application value of "preventing diseases before they occur" in health education of traditional Chinese medicine nursing for ear, nose and throat diseases. **Methods** Eighty high-risk patients with ear, nose and throat diseases in the Department of Otolaryngology of our hospital from December 2022 to December 2024 were selected and divided into two groups according to the nursing methods. There were 40 cases in the routine care group who received routine care, and 40 cases in the preventive care group who received health education on "preventive care" in traditional Chinese medicine nursing. The mastery of health knowledge, self-management ability, nursing compliance, disease incidence rate and nursing satisfaction of the two groups were statistically analyzed. **Results** The scores of disease knowledge, sleep and rest knowledge, diet knowledge, psychological knowledge mastery, disease management, daily life management, emotion management, nursing satisfaction and nursing compliance in the pre-disease prevention group were all higher than those in the normal nursing group ($P<0.05$), and the incidence of diseases was lower than that in the normal nursing group ($P<0.05$). **Conclusion** The application value of "preventing diseases before they occur" in traditional Chinese medicine nursing health education for ENT diseases is better than that of regular nursing. It can better improve patients' mastery of health knowledge, self-management ability, and nursing compliance, reduce the incidence of diseases among patients, and increase patients' satisfaction with nursing.

【Keywords】 Ear, Nose and throat diseases; Traditional Chinese Medicine nursing; Health education; Prevent diseases before they occur; Mastery of health knowledge; Self-management ability; Nursing compliance; Disease incidence rate; Nursing satisfaction

耳鼻喉病在临床较为常见，包含多种疾病，如咽炎、慢性扁桃体炎等，患者具有复杂的病因、病情、多种多样的临床表现，会长期损害患者机体，需要临床一

方面积极治疗，另一方面给予健康教育以充分重视，使患者有效认知耳鼻喉病，然后在日常生活中积极防范^[1]。现阶段，在耳鼻喉病护理中，中医护理健康教育已

经得到了广泛应用，但效果有限^[2]。近年来，“未病先防”理念受到了临床日益广泛的关注^[3]。本研究统计分析了耳鼻喉病高危患者 80 例的临床资料，探讨了中医护理健康教育中“未病先防”耳鼻喉病的应用价值。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取本院耳鼻喉科 2022 年 12 月-2024 年 12 月耳鼻喉病高危患者 80 例，依据护理方法划分两组，常态护理组 40 例，接受常态护理，未病先防组 40 例，接受“未病先防”中医护理健康教育。常态护理组男女数量：23 例、17 例，年龄值区间：23~61 岁，均龄（42.56±7.56）岁；体重区间：42~80 kg，均值（61.23±9.56）kg；体重指数区间：16~30 kg/m²，均值（23.56±3.47）kg/m²；受教育年限区间：4~14 年，均值（9.35±1.25）年；高危人群：鼻息肉 15 例，鼻窦炎 10 例，咽炎 7 例，慢性扁桃体炎 5 例，睡眠呼吸暂停综合征 3 例。未病先防组男女数量：24 例、16 例，年龄值区间：22~62 岁，均龄（42.85±7.46）岁；体重区间：41~81 kg，均值（61.65±9.38）kg；体重指数区间：17~31 kg/m²，均值（23.78±3.58）kg/m²；受教育年限区间：3~15 年，均值（9.47±1.36）年。两组一般资料比较差异不显著（ $P>0.05$ ）。

1.2 纳入与排除标准

纳入标准：（1）均具有齐全的病历资料；（2）均具有正常的言语沟通能力。

排除标准：（1）合并恶性肿瘤；（2）有凝血功能障碍。

1.3 方法

1.3.1 常态护理组

将耳鼻喉病预防保健知识讲解给患者，使其对耳鼻喉病有一个基本了解，督促患者定期来院检查，从而对疾病的发生进行有效预防。

1.3.2 未病先防组

（1）对情志进行调和，使脏腑气机顺畅。督促患者对乐观的心态进行积极保持，用平常心对待问题，在

遇到困难时将形态放宽，坚信只要积极探索定能将问题解决。同时，督促患者对与灰引发情志过激事物接触的现象进行避免，并对其不良情绪进行疏解，让其将不良情绪及时宣泄出来，积极自我安慰等，从而对心态乐观、健康进行长期保持；（2）注意安全。督促患者在外劳作时对耳鼻喉进行切实有效的保护，对外界暴力将鼻部伤害、锐器等将鼓膜伤害、昆虫等细小异物向耳部进入等现象进行有效规避；（3）将良好的生活和卫生习惯培养起来。尽可能居住在向阳、避风的住所，尽可能不居住在阴湿、多风的住所，并将良好的睡眠习惯培养起来，保持早睡早起的习惯；（4）饮食有节，劳倦适度。督促患者对过饥、过饱现象进行严格避免，对进食生冷、辛辣食物的现象进行严格避免，并充分休息，对劳累过度的现象进行有效规避；（5）保健措施。为患者推拿，将患者异常的解剖位置纠正过来，进而对体内生物信息进行有效调节，从而将系统功能改变，最终对耳鼻喉病的发生进行有效预防。

1.4 观察指标

（1）健康知识掌握情况。自制健康知识调查问卷，内容包括 4 项，每项 0~100 分，表示未掌握~完全掌握；（2）自我管理能力。采用自我管理行为量表（CSMS），内容包括 3 项，总分 0~135 分，表示低~高^[4]；（3）护理依从性。遵医嘱、简单说明与指导后遵医嘱、不遵医嘱或抗拒分别评定为完全依从、部分依从、不依从；（4）疾病发病率；（5）护理满意度。分为 4 项。

1.5 统计学方法

采用 SPSS28.0，采用成组 t 、 χ^2 检验计量、计数资料。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 两组健康知识掌握情况、自我管理能力比较

护理前，两组各指标比较差异均不显著（ $P>0.05$ ）；护理后，未病先防组疾病知识、作息知识、饮食知识、心理知识掌握评分、疾病管理、日常生活管理、情绪管理评分均高于常态护理组（ $P<0.05$ ），见表 1。

表 1 两组健康知识掌握情况、自我管理能力比较（分， $\bar{x} \pm s$ ）

组别	n	时间	疾病知识	作息知识	饮食知识	心理知识	疾病管理	日常生活管理	情绪管理
未病先防组	40	护理前	79.86±5.26	74.25±5.14	68.63±5.36	63.56±5.14	27.56±4.12	9.56±1.23	9.58±1.32
		护理后	98.62±0.23	97.25±0.14	99.23±0.25	98.62±0.32	44.90±3.71	33.21±4.95	16.23±2.41
常态护理组	40	护理前	80.02±5.36	74.45±5.26	69.23±5.41	64.12±5.20	27.69±4.26	9.60±1.33	9.61±1.48
		护理后	90.40±1.32	84.92±1.52	84.92±1.36	82.18±1.56	36.50±4.22	21.71±3.63	13.50±1.63

2.2 两组护理依从性比较

未病先防组护理依从性高于常态护理组
($P<0.05$)，见表2。

2.3 两组疾病发病率比较

未病先防组疾病发病率低于常态护理组

($P<0.05$)，见表3。

2.4 两组护理满意度比较

未病先防组护理满意度高于常态护理组
($P<0.05$)，见表4。

表2 两组护理依从性比较[n(%)]

组别	n	完全依从	部分依从	不依从	依从性
未病先防组	40	27 (67.50)	12 (30.00)	1 (2.50)	39 (97.50)
常态护理组	40	20 (50.00)	10 (25.00)	10 (25.00)	30 (75.00)
χ^2 值					8.538
P 值					0.004

表3 两组疾病发病率比较[n(%)]

组别	n	鼻息肉	鼻窦炎	咽炎	慢性扁桃体炎	睡眠呼吸暂停综合征	总发生
未病先防组	40	0 (0.00)	1 (2.50)	1 (2.50)	0 (0.00)	1 (2.50)	3 (7.50)
常态护理组	40	2 (5.00)	2 (5.00)	3 (7.50)	1 (2.50)	3 (7.50)	11 (27.50)
χ^2 值							5.541
P 值							0.019

表4 两组护理满意度比较[n(%)]

组别	n	非常满意	基本满意	一般	不满意	满意度
未病先防组	40	20 (50.00)	19 (47.50)	1 (2.50)	0 (0.00)	39 (97.50)
常态护理组	40	16 (40.00)	15 (37.50)	6 (15.00)	3 (7.50)	31 (77.50)
χ^2 值						7.314
P 值						0.007

3 讨论

“未病先防”来源于《黄帝内经》，是一种医学思想、健康理念，将中医治疗疾病的本质完全体现了出来，目的主要为防患于未然，彻底去除即将发生的疾病，一方面需要临床医师充分理解与掌握，另一方面还需要现代医学不断探索与应用^[5-6]。本研究结果表明，未病先防组疾病知识、作息知识、饮食知识、心理知识掌握评分、疾病管理、日常生活管理、情绪管理评分、护理满意度护理依从性、均高于常态护理组，疾病发病率低于常态护理组，分析原因，“未病先防”中医护理健康教育将患者对疾病的认知程度增强，使其给予机体正气以充分重视，保持完整的组织与器官，和谐地进行各项功能活动，从而对疾病的发生进行有效预防^[7-8]。综上所述，中医护理健康教育中“未病先防”耳鼻喉病的应用价值较常态护理好，更能将患者的健康知识掌握情况、自我管理能力和护理依从性提升，将患者

疾病发病率降低，将患者护理满意度提升，值得推广。

参考文献

[1] 于宏海,江晓虹,叶圣荣. 中医疾病管理理念在基层医院耳鼻喉科患者管理中的应用[J]. 中医药管理杂志,2021,29(22):249-250.

[2] 梁蔚,聂玲娟. 眼耳鼻喉科门诊患者使用康复助手应用程序进行健康教育的效果[J]. 中医药管理杂志,2021,29(11):204-205.

[3] 王洪田,杨钦泰,叶菁,等. 变应性鼻炎防治中环境控制和健康教育的中国专家共识(2024,北京)[J]. 中国耳鼻咽喉颅底外科杂志,2024,30(4):1-11.

[4] 俞香玲,陈雅芳,葛燕萍,等. 隔姜灸联合穴位埋针治疗气滞血瘀型暴聋的临床疗效观察[J]. 上海护理,2022,22(2):6-10.

[5] 王燕,张会敏,陈晨. 个性化健康教育对中青年变应性鼻

- 炎患者自我管理水平的影晌[J]. 中华现代护理杂志, 2022, 28(29):4102-4106.
- [6] 隗婷. "未病先防"理念用于耳鼻喉疾病中医护理健康教育的实践[J]. 中医药管理杂志,2020,28(23):190-191.
- [7] 张亚容,李珂娜,陈婉开. 耳穴压豆等中医护理技术辅助梅尼埃病治疗的临床分析[J]. 国际医药卫生导报,2020, 26(23):3712-3714.
- [8] 祝蓉. 基于保护动机理论的中医护理模式对眼耳鼻喉

科患者自我管理的影响[J]. 中医药管理杂志,2021, 29(23): 281-282.

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