

## 耳穴贴敷促进睡眠在妇科患者腹腔镜术前、术后的临床应用

黄 静

长沙市第一医院 湖南长沙

**【摘要】目的** 分析在妇科患者腹腔镜术前及术后应用耳穴贴敷对于改善睡眠质量的实际价值;**方法** 选取 2025 年 10 月至 12 月这一时期在我院行腹腔镜手术治疗的 60 例妇科患者,以研究对象匹配性原则分组,各 30 例。对照组为常规围术期护理,观察组联合耳穴贴敷,比较两组不同阶段的焦虑状况及睡眠质量等指标;**结果** 干预前两组在焦虑状况及睡眠质量评分上基本一致 ( $P>0.05$ );术前 6h 及术后 1d 观察组的评分均显优 ( $P<0.05$ )。观察组患者的整体护理满意度更高 ( $P<0.05$ );**结论** 在妇科患者腹腔镜术前及术后应用耳穴贴敷进行干预,能够缓解患者的焦虑情绪,改善睡眠质量,应用价值良好。

**【关键词】** 妇科疾病;腹腔镜手术;耳穴贴敷;睡眠质量;焦虑

**【收稿日期】** 2026 年 3 月 9 日

**【出刊日期】** 2026 年 4 月 3 日

**【DOI】** 10.12208/j.cn.20260207

### Clinical application of auricular point application to promote sleep in gynecological patients before and after laparoscopy

Jing Huang

Changsha First People's Hospital, Changsha, Hunan

**【Abstract】 Objective** To analyze the practical value of auricular point application in improving sleep quality before and after laparoscopic surgery in gynecological patients. **Methods** 60 cases of gynecological patients who underwent laparoscopic surgery in our hospital from October to December, 2025 were selected and divided into two groups according to the principle of matching subjects, with 30 cases in each group. The control group was given routine perioperative care, while the observation group was given auricular point application. The anxiety and sleep quality of the two groups at different stages were compared. **Results** Before the intervention, the anxiety and sleep quality scores of the two groups were basically the same ( $P > 0.05$ ). The scores of the observation group were significantly better 6 hours before operation and 1 day after operation ( $P<0.05$ ). The overall nursing satisfaction of patients in the observation group was higher ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** The application of auricular point sticking before and after laparoscopic surgery in gynecological patients can relieve patients' anxiety and improve their sleep quality, which has good application value.

**【Keywords】** Gynecological diseases; Laparoscopic surgery; Ear acupoint application; Sleep quality; Anxious

腹腔镜手术在各类妇科疾病治疗中得到广泛应用,相较于传统的开放式手术,腹腔镜辅助下的手术具有微创、高效、恢复快等优势<sup>[1]</sup>。但手术毕竟作为一种侵入性的治疗方案,不可避免的会对患者身心造成一定负面影响,其中睡眠作为人体正常生理需求的一种表现,充足睡眠有助于维持患者的机体功能及生命活动,对于手术治疗及预后恢复均显示出积极作用。但通过研究发现,在妇科患者行腹腔镜治疗的围术期中,睡眠障碍问题时有发生,这与患者担忧手术疗效、心理压力过大等因素有着较大联系<sup>[2-3]</sup>。常规干预主要围绕手术顺利开展为目的,对于患者睡眠质量的关注度不足。

耳穴贴敷作为中医外治干预方法的一种,基于中医针灸理论进行干预,有望改善妇科患者的围术期睡眠质量。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

根据研究目的及方法,选取 2025 年 10 月至 12 月这一时期在我院行腹腔镜手术治疗的 60 例妇科患者,以研究对象匹配性原则分组,各 30 例。对照组年龄在 24~56 岁,均值(41.24±5.65)岁,疾病类型为异常子宫出血 11 例,子宫肌瘤 8 例,卵巢囊肿 11 例;观察组年龄在 22~55 岁,均值(40.98±5.42)岁,疾病类型

为异常子宫出血者 10 例, 子宫肌瘤 10 例, 卵巢囊肿 10 例。患者基础资料各数据均衡, 具有可比性 ( $P > 0.05$ )。纳入标准: ①患者均由我院妇科收治, 且符合相关腹腔镜手术的実施指征<sup>[4]</sup>; ②手术模式为择期手术; ③患者知晓本研究并签署知情同意书; ④获得医院伦理委员会批准。排除标准: ①伴有严重传染性疾病; ②合并认知障碍或精神类疾病; ③合并恶性肿瘤; ④依从性不佳或中途退出者。

### 1.2 方法

对照组采用常规围术期护理。术前以口头宣教的模式, 为患者讲解妇科疾病的病因、临床表现及腹腔镜手术的术式、基本流程、注意事项等等。护理操作尽可能集中在白天, 并保持护理过程中动作轻柔, 减少噪音、灯光等对患者的不良刺激, 维护病房环境安静整洁。夜间保持病房安静, 给予患者适当睡眠指导, 借助音乐等辅助患者放松身心。术后实施常规镇痛、伤口护理等, 观察患者情绪状态并进行心理疏导, 督促患者保持良好心态与充足睡眠, 维持术后睡眠质量。

观察组在对照组方案基础上, 联合耳穴贴敷进行干预。围术期护理操作同对照组一致, 耳穴贴敷操作前, 对患者进行集中健康宣教, 以宣教手册配合模拟操作视频的形式, 为患者深入讲解耳穴贴敷的操作目的、流程及预期效果等, 增强患者认知以配合耳穴贴敷操作的开展。选用神门、皮质下、心作为主穴, 并以交感、肝作为配穴。选用王不留行籽贴, 以  $0.7 \times 0.7 \text{cm}$  的胶布将王不留行籽贴黏附于中央, 对止血钳或镊子进行消毒处理后, 夹住胶布贴并贴敷在对应选穴上, 利用指腹轻柔按压使得胶布贴能够紧密贴敷在穴位处。而后根据患者

自感酸麻涨感为度进行按压。睡前以患者耐受为度适当按压敷贴。每日按压频率控制在 3 次/d, 每个穴位持续按压 1~2min。术后及时对敷贴进行更换, 选择另一耳重复上述操作, 观察患者创口恢复情况, 按压过程中控制力度。根据患者术后疼痛程度进行干预, 遵医嘱使用镇痛药物或通过转移注意力等形式来缓解术后疼痛。睡前适当增强对耳穴贴敷的按压力度, 强化刺激。

### 1.3 观察指标

焦虑状况: 采用状态特质焦虑量表 (STAI) 对患者围术期不同阶段的焦虑状况进行比较, 涉及到干预前、术前 6h、术后 1d, 得分越高表明患者的焦虑程度越严重。

睡眠质量: 以匹兹堡睡眠指数量表 (PSQI) 评估患者围术期不同阶段的睡眠质量, 涉及到干预前、术前 6h 及术后 1d, 得分与患者的睡眠障碍程度正相关。

护理满意度: 以自制护理满意度评价量表对患者的护理满意度进行调查, 总分为 100 分, 根据得分不同分为满意 ( $\geq 85$  分)、一般满意 (60~84 分) 及不满意 ( $< 60$  分) 三个维度。总满意度 =  $100\% - \text{不满意率}$ 。

### 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 [例 (%)] 表示  $\chi^2$  检验。  $P < 0.05$  表示组间数据差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 焦虑及睡眠质量比较

干预前两组在焦虑状况及睡眠质量评分上基本一致 ( $P > 0.05$ ); 术前 6h 及术后 1d 观察组的评分均显优 ( $P < 0.05$ ), 见表 1。

表 1 比较两组患者的焦虑状况及睡眠质量评分 (分,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	STAI 评分			PSQI 评分		
		干预前	术前 6h	术后 1d	干预前	术前 6h	术后 1d
对照组	30	39.14 ± 5.72	30.29 ± 5.15	28.65 ± 5.85	12.43 ± 2.54	10.24 ± 1.83	9.94 ± 1.37
观察组	30	38.99 ± 5.80	23.09 ± 4.72	20.37 ± 4.68	12.56 ± 2.71	7.74 ± 1.17	6.89 ± 1.03
<i>t</i>		0.274	7.754	9.547	0.478	5.678	7.864
<i>P</i>		0.753	<0.001	<0.001	0.516	<0.001	<0.001

### 2.2 护理满意度比较

观察组中表示满意例数者为 12 例, 一般满意为 17 例, 不满意者为 1 例, 总满意度为 96.67% (29/30); 对照组中满意例数者为 10 例, 一般满意为 15 例, 不满意为 5 例, 总满意度为 83.33% (25/30)。两组相比较, 结果显示差异显著 ( $\chi^2 = 9.886$ ,  $P = 0.002$ )。

## 3 讨论

腹腔镜手术在妇科疾病治疗中得到广泛应用, 但在多种因素作用下导致患者术前及术后容易出现不同程度的睡眠障碍, 影响到手术疗效及预后恢复质量。在中医理论中认为, 引发睡眠障碍的基本病机在于人体思虑劳倦过度, 损伤心脾而加速心血亏损, 招致气血不

足、心失所养，心神不安而诱发失眠症状<sup>[5-6]</sup>。考虑到常规护理中存在的缺陷，研究将耳穴贴敷引入到妇科患者腹腔镜干预中，以期改善患者的睡眠状况。

耳穴贴敷主张对耳穴进行有效刺激，从而刺激或阻碍对应的神经冲动传递，促进睡眠改善。耳者，在中医中认为属于宗脉之所聚，人体十二经络与耳有着不同程度的联系。根据患者的实际病症表现来选择相应耳穴进行贴敷，实现对症干预<sup>[7]</sup>。结果显示，术前 6h 及术后 1d 观察组患者的焦虑状况及睡眠质量评分均低于对照组，这表明联合耳穴贴敷能够有效缓解妇科患者腹腔镜术前及术后的焦虑及睡眠状况。分析其原因在于，在综合考虑妇科患者腹腔镜围术期的睡眠障碍发生原因及严重程度基础上，选取皮质下、交感、神门、心等多种穴位进行贴敷，其中皮质下具有升清利窍、益心安神之效，帮助患者稳定心绪，同时还能够发挥出健脾益肾的作用，帮助调节患者的脾肾功能，进一步对大脑皮质进行抑制，防止其过度兴奋而影响到睡眠质量。神门、心、肾等穴位刺激能够实现于心肾功能的同步调节，发挥出镇静安神的效用，交感穴则能够在安神作用的基础上，进一步协助患者实现对自主神经功能的调节。肝能够起到疏肝平肝之效，缓解肝火旺盛而平息内火，安神镇静之效显著<sup>[8]</sup>。其次，焦虑作为妇科患者腹腔镜围术期的常见问题，因为患者对于腹腔镜手术认知不足或担忧预后等相关因素的影响下，患者易出现不同程度的焦虑，不仅会影响到治疗依从性，还可能对手术预后质量产生不利影响。耳穴贴敷通过利用王不留行籽贴来对特定穴位进行贴压刺激，能够发挥出调节脏腑、疏肝理气等多种效用，尤其是对神门穴和交感穴的刺激，能够强化镇静安神之效，缓解腹腔镜手术带给患者的心理或生理应激反应，使得患者能够以相对平和的心态应对腹腔镜手术。耳穴贴敷联合多穴位的有效刺激，共同发挥出疏通经络、活血舒肝之效，能够协助患者调节体内阴阳之气，从而缓解围术期焦虑，同步改善睡眠质量<sup>[9-10]</sup>。而观察组的护理满意度更高，这主要是因为耳穴贴敷的操作简单、方便快捷、经济实惠，在耳穴贴敷过程中不会对患者造成疼痛等不良刺激，加之对焦虑及睡眠的改善，使得患者满意度明显提升。

综上所述，在妇科患者腹腔镜术前及术后中应用耳穴贴敷进行干预，能够有效改善患者的焦虑状况及睡眠质量，且患者满意度较为理想，可推广应用。

### 参考文献

- [1] 曾婷婷,肖宇鹰,冯媛. 揸针联合耳穴压豆对妇科恶性肿瘤患者腹腔镜手术后胃肠功能的影响[J].中国医学创新,2025,22(29):84-88.
- [2] 刘玲. 穴位敷贴联合耳穴埋豆按压对预防妇科患者术后恶心呕吐的效果[J].中国临床护理,2020,12(04):352-353.
- [3] 钱双红. 雷火灸联合耳穴压豆在妇科腹腔镜术后患者中的应用效果[J].中外医学研究,2025,23(12):153-157.
- [4] 侯梦倩,王芳,张云霞,等. 耳穴贴压对妇科手术患者术前睡眠质量的影响[J].世界睡眠医学杂志,2025,12(03):565-568.
- [5] 白召蕾,李梦洁. 耳穴按压与穴位按摩联合护理对妇科腹腔镜术后患者胃肠功能的影响[J].反射疗法与康复医学,2024,5(04):22-25.
- [6] 蒋林君,段吉霏,陈素钦. 个性化心理指导联合耳穴压豆对妇科腹腔镜手术患者术后恢复及心理状况的影响[J].中国医药导报,2024,21(04):196-200.
- [7] 王丽君. 耳穴贴敷对肺癌患者术后睡眠质量与生活质量的影响与评价[J].中医外治杂志,2022,31(05):24-25.
- [8] 区丽雯. 中药穴位贴敷与耳穴压豆对妇科腹腔镜术后患者的影响[J].医疗装备,2021,34(22):185-186.
- [9] 鲁淑梅,章国芬. 脾胃经穴位贴敷联合耳穴压豆对妇科腹腔镜术后胃肠功能恢复的影响[J].中国中医药科技,2021,28(05):855-856.
- [10] 周佳,薛晓静,王芯芯,等. 耳穴埋豆联合穴位贴敷对择期妇科腹腔镜手术患者术前焦虑的影响[J].新中医,2021,53(14):169-172.

**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**