耳穴压豆联合情志调护对精神分裂症患者睡眠质量及阴性症状的影响

池莹[1]，王洁[2]，丁卓颖[2]

1. 绍兴市第七人民医院精神二科，浙江 绍兴 312000；2. 绍兴市第七人民医院门诊部，浙江 绍兴 312000

［摘要］**目的：**观察耳穴压豆联合情志调护对精神分裂症患者睡眠质量及阴性症状的影响。**方法：**选取300例精神分裂症患者为研究对象，按照信封法随机分为研究组和对照组各150例。对照组给予常规治疗及护理，研究组在对照组基础上加用耳穴压豆及情志调护治疗。比较2组治疗前后匹兹堡睡眠质量指数量表（PSQI）、阴性症状量表（SANS）、精神分裂症患者生活质量量表（SQLS）评分。**结果：**治疗前，2组PSQI评分比较，差异无统计学意义（$P>0.05$）；治疗后，2组PSQI评分均较治疗前降低（$P<0.05$），且研究组PSQI评分低于对照组（$P<0.05$）。治疗前，2组SANS评分比较，差异无统计学意义（$P>0.05$）；治疗后，2组SANS评分均较治疗前降低（$P<0.05$），且研究组SANS评分低于对照组（$P<0.05$）。治疗前，2组SQLS评分比较，差异无统计学意义（$P>0.05$）；治疗后，2组SQLS评分均较治疗前降低（$P<0.05$），且研究组SQLS评分低于对照组（$P<0.05$）。**结论：**耳穴压豆联合情志调护精神分裂症，可有效改善患者的睡眠质量和阴性症状，提高生活质量。

［关键词］精神分裂症；耳穴压豆；情志调护；睡眠质量；阴性症状量表

［中图分类号］R749.3 ［文献标志码］A ［文章编号］0256-7415（2023）20-0162-04

DOI：10.13457/j.cnki.jncm.2023.20.033

Effect of Auricular Point Seed-Pressing and Emotional Care on Sleep Quality and Negative Symptoms in Schizophrenia Patients

CHI Ying[1], *WANG Jie*[2], *DING Zhuoying*[2]

1. The Second Department of Psychiatry, The Seventh People's Hospital of Shaoxing, Shaoxing Zhejiang 312000, China; 2. Outpatient Department, The Seventh People's Hospital of Shaoxing, Shaoxing Zhejiang 312000, China

Abstract: Objective: To observe the effect of auricular point seed-pressing and emotional care on sleep quality and negative symptoms in schizophrenia patients. **Methods:** A total of 300 schizophrenia patients were selected as research objects, and were randomly divided into the study group and the control group according to envelope method, with 150 patients in each group. The control group received routine treatment and nursing, and the study group was additionally treated with auricular point seed-pressing and emotional care based on the treatment of the control group. The scores of Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), Scale for the Assessment of Negative Symptoms (SANS) and Schizophrenia Quality of Life Scale (SQLS) before and after treatment were compared between the two groups. **Results:** Before treatment, there was no significant difference in PSQI scores between two groups ($P>0.05$). After treatment, the PSQI scores in both groups were decreased when compared with those before treatment ($P<0.05$), and the PSQI score in the study group was lower than that in the control group ($P<0.05$). Before treatment, there was no significant difference in SANS score between the two groups ($P>0.05$). After treatment, the

［收稿日期］2022-10-24
［修回日期］2023-07-18
［基金项目］浙江省中医药科技计划项目（2022ZA176）
［作者简介］池莹（1991-），女，护师，E-mail：18358589300@163.com。

SANS scores in both groups were decreased when compared with those before treatment ($P<0.05$), and the SANS scores in the study group was lower than that in the control group ($P<0.05$). Before treatment, there was no significant difference in SQLS scores between the two groups ($P>0.05$). After treatment, the SQLS scores in both groups were decreased when compared with those before treatment ($P<0.05$), and the SQLS scores in the study group was lower than that in the control group ($P<0.05$). **Conclusion:** The combination of auricular point seed-pressing and emotional care can effectively improve the sleep quality and negative symptoms of schizophrenia patients, and enhance the quality of life.

Keywords: Schizophrenia; Auricular point seed-pressing; Emotional care; Sleep quality; Scale for the assessment of negative symptoms

精神分裂症是精神科常见疾病，临床症状主要分为五大类，分别是阴性症状、阳性症状、抑郁和焦虑症状、激越症状、认知功能障碍等。阴性症状主要表现为言语贫乏、情感淡漠或迟钝、兴趣缺失、社交减少及意志力减退等。随着病情发展，精神分裂症患者可出现日常学习、工作及生活能力下降，严重者可导致精神残疾。有临床观察发现，精神分裂症患者常伴有睡眠障碍[1]，在慢性、早期和首次发作患者中均可出现。中医学认为，精神分裂症病位在心与脑，多由气机失调、阴阳失衡、阳亢于上所致。耳穴压豆是中医特色疗法，通过刺激耳廓穴位及反应点达到调整脏腑经络气血的效果，如柳琳琳等[2]研究发现，应用耳穴压豆可有效改善肝癌患者的睡眠质量。另外，临床研究发现，五行情志调护可明显提高胸腰椎压缩性骨折合并便秘的临床疗效，改善患者负面情绪及生活质量[3]。本研究应用耳穴压豆联合情志调护干预精神分裂症患者，观察综合方案对患者睡眠质量及阴性症状的影响，结果报道如下。

1 临床资料

1.1 纳入标准 符合《精神障碍诊断与统计手册：DSM-V》[4]（第5版）中关于精神分裂症的诊断，且临床表现以阴性症状为主；年龄18～60岁；患者病情平稳，可与研究人员正常沟通、交流，并能配合完成研究；患者监护人知情同意。

1.2 排除标准 伴有其他脑部器质性疾病者；滥用药物者；阳性症状为主，躯体化严重或双相障碍，生活难以自理者；有自杀或伤害他人倾向者；妊娠或哺乳期妇女；对本研究所用药物过敏者；情绪过激者。

1.3 一般资料 选取2019年1月—2022年8月绍兴市第七人民医院收治的300例精神分裂症患者，按照信封法随机分为研究组和对照组各150例。研究组男93例，女57例；平均年龄（39.48±11.25）岁；平均病程（6.27±1.38）年；受教育程度：本科及以上31例，高中至大专72例，初中及以下47例。对照组男81例，女69例；平均年龄（38.76±11.04）岁；平均病程（6.19±1.23）年；受教育程度：本科及以上29例，高中至大专63例，初中及以下58例。2组一般资料比较，差异无统计学意义（$P>0.05$），具有可比性。本研究经绍兴市第七人民医院医学伦理委员会审批通过。

2 治疗方法

2.1 对照组 给予常规治疗及护理。常规治疗：氨磺必利片（厦门力卓药业有限公司，国药准字H20203565）口服，每次200 mg，每天1次；佐匹克隆片（齐鲁制药有限公司，国药准字H20070069）睡前30 min口服，每次7.5 mg。常规护理：①健康宣教。内容主要包括该病的常见症状、可能诱发因素、治疗药物与日常康复训练等，改变患者过去对疾病的错误认知，坚定治疗信心。②药物监管。向患者详细讲述药物的功效及可能会出现的不良反应，强调按时、足量服药的重要性，每天定时发放药物，监督患者服药，不得遗漏。③睡眠护理。为患者提供安静、舒适的病房，服用右佐匹克隆片后不再上网或看电视，有倦意后立即上床准备入睡。

2.2 研究组 在对照组基础上联合耳穴压豆和情志调护治疗。耳穴压豆：嘱患者放松身体，取坐位，

选取双耳心、脾、神门、耳背心、交感穴等穴位，按常规方法消毒取穴处及周围皮肤，取王不留行籽按压于各穴位，力量适中，以患者自觉微微发热、酸、麻或胀感为度，胶布固定，指导患者每天按压3次；保留2 d，每2天更换1次王不留行籽和胶布。治疗期间观察是否有局部过敏现象，如发泡、红肿、瘙痒等；按压力度适当，不宜损伤皮肤；清洁皮肤时注意防水，不可沾湿留豆处。情志调护：①态度。护理人员应以热情诚恳的态度，主动关心、开导患者，同情其遭遇；倾听患者内心的烦闷与诉求，指导其宣泄负面情绪。②语言。使用通俗易懂、幽默风趣的语言与患者交流，尽量多给予患者鼓励与赞美，使其保持心情愉悦，避免悲伤、抑郁等负面情绪的累积。③转移注意力。根据患者的实际情况，注意培养其个人兴趣爱好，转移注意力；鼓励患者积极参与自身感兴趣的集体活动，获取与旁人分工、合作的乐趣，避免过度沉溺于患病的痛苦中。④引导患者自我控制。指导患者以想象法使自己处于最舒适的状态中，逐渐学会自我控制，避免情绪爆发，并以积极态度做自己感兴趣的事情。

2组均连续治疗4周。

3 观察指标与统计学方法

3.1 观察指标 ①睡眠质量。治疗前后采用匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)对睡眠质量进行评估[5]。PSQI量表主要分为7个维度，共有18个条目，每个条目均按0~3分进行计分，最后累计总分，总分范围0~21分，总分越低则睡眠质量越好。②阴性症状。治疗前后采用阴性症状量表(SANS)对阴性症状进行评估[6]。SANS量表由5个分量表构成，共24条项目，每条项目根据症状的轻重程度按0~5分进行计分，最后累计总分，总分范围0~120分，分数越高则阴性症状越严重。③生活质量。治疗前后采用中文版精神分裂症患者生活质量量表(SQLS)对生活质量进行评估[7]。SQLS量表共30个条目，由3个维度构成，分别是心理社会、动力/精力量表、症状/副作用，每条项目按0~4分进行计分，最后经换算得到SQLS总分，总分范围0~100分，分数越低则生活质量越好。

3.2 统计学方法 将所有数据输入SPSS21.0统计学软件进行分析。计量资料符合正态分布者以均数±标准差($\bar{x}\pm s$)表示，比较采用两独立样本t检验或配对样本t检验；计数资料以百分比(%)表示，比较采用连续校正χ^2检验。$P<0.05$为差异有统计学意义。

4 治疗结果

4.1 2组治疗前后PSQI评分比较 见表1。治疗前，2组PSQI评分比较，差异无统计学意义($P>0.05$)；治疗后，2组PSQI评分均较治疗前降低($P<0.05$)，且研究组PSQI评分低于对照组($P<0.05$)。

表1 2组治疗前后PSQI评分比较($\bar{x}\pm s$) 分

组 别	例数	治疗前	治疗后	t值	P
研究组	150	12.78±2.95	9.76±1.43	11.282	<0.001
对照组	150	12.64±2.38	10.73±1.56	8.220	<0.001
t值		0.452	5.614		
P值		0.651	<0.001		

4.2 2组治疗前后SANS评分比较 见表2。治疗前，2组SANS评分比较，差异无统计学意义($P>0.05$)；治疗后，2组SANS评分均较治疗前降低($P<0.05$)，且研究组SANS评分低于对照组($P<0.05$)。

表2 2组治疗前后SANS评分比较($\bar{x}\pm s$) 分

组 别	例数	治疗前	治疗后	t值	P值
研究组	150	57.12±8.34	51.36±6.82	6.548	<0.001
对照组	150	56.49±8.16	54.29±7.34	2.455	0.015
t值		0.661	3.582		
P值		0.509	<0.001		

4.3 2组治疗前后SQLS评分比较 见表3。治疗前，2组SQLS评分比较，差异无统计学意义($P>0.05$)；治疗后，2组SQLS评分均较治疗前降低($P<0.05$)，且研究组SQLS评分低于对照组($P<0.05$)。

表3 2组治疗前后SQLS评分比较($\bar{x}\pm s$) 分

组 别	例数	治疗前	治疗后	t值	P
研究组	150	48.36±7.25	41.68±5.43	9.032	<0.001
对照组	150	47.95±7.13	45.23±6.18	8.568	<0.001
t值		0.494	5.285		
P值		0.622	<0.001		

5 讨论

精神分裂症通常表现为思维方式、认知功能及行为举止等方面的异常，且病情重、病程长、易复发、易致残，一旦患病很难治愈，且复发率较高，

对患者的生活质量造成严重影响。当精神分裂症患者伴有睡眠障碍时，若睡眠障碍未得到及时治疗，可损伤大脑功能，从而加重精神分裂症患者的认知障碍[8]。以往有研究提出，精神分裂症发病基于5-羟色胺(5-HT)功能异常，而5-HT可影响睡眠质量，导致睡眠障碍[9-10]。现阶段，西医对于精神分裂症的治疗已取得一定的进展，以抗精神病药物为主，如氯氮平、奥氮平、利培酮及氨磺必利等。氨磺必利片可有效缓解精神分裂症的阳性症状和阴性症状，但长期服用可造成肾脏损害。佐匹克隆片可用于治疗失眠，但由于药物半衰期较短，长时间服药后突然停药可出现戒断症状，如恶心、呕吐、焦虑、震颤及反跳性失眠等。因此，亟需寻找安全有效的治疗与康复方式。

精神分裂症可归属于中医学癫证、狂证等范畴。癫狂初病属实证，久病则多虚实夹杂。癫为气郁痰阻，久延则脾气心血亏耗；狂为火郁、痰壅、热瘀，久病可使心肾阴伤，水不济火，出现阴虚火旺证。中医学认为，精神分裂症可引起心脾两虚，导致心神失养，最终引发睡眠障碍。治疗癫证，实则理气化痰，虚则补益心脾；治疗狂证，实则清火涤痰，虚则滋阴降火；治疗不寐则宜静心安神。耳穴压豆是中医特色保健方式，现已广泛应用于临床治疗中。耳穴压豆治疗取材简单、操作方便，具有减轻疼痛、改善睡眠、缓解压力及增强免疫力等作用。本次治疗所选双耳心、脾、神门等耳穴，是改善睡眠常用穴位，可清心安神、交通心肾；耳背心穴主要用于治疗癔病、失眠、多梦等；耳交感穴具有滋阴清热、益心安神的功效。

近年来，不少证据显示情志调护可作为改善患者预后的有效手段，情志调护通过使用移情、借情、静心宁神安志等手段调节患者情志，具有明显针对性，有利于调整患者心理状态、改善睡眠质量。如李玉华[11]应用优质护理干预精神分裂症，不仅可有效降低患者出现伤害性行为的风险，还可改善其社会功能和生活质量，促进病情康复。本研究结果显示，治疗后研究组PSQI、SANS、SQLS评分均明显低于对照组，说明耳穴压豆联合情志调护干预精神分裂症患者，可有效改善患者的睡眠质量和阴性症状，提高生活质量，值得临床推广应用。

[参考文献]

[1] 王晓东，王海斌，杨岳. 右佐匹克隆辅助治疗精神分裂症伴睡眠障碍的临床疗效观察[J]. 贵州医药，2022，46(4)：568-569.
[2] 柳琳琳，夏猛，雷雨迟，等. 耳穴压豆治疗肝癌患者睡眠障碍的研究[J]. 广西大学学报(自然科学版)，2020，45(3)：717-722.
[3] 崔霞，田斌武，张慧森，等. 五行情志调护胸腰椎压缩性骨折便秘患者在增液承气汤联合砭石脐灸治疗中的应用[J]. 沈阳药科大学学报，2021，38(S1)：108-109.
[4] 美国精神医学学会. 精神障碍诊断与统计手册：DSM-V[M]. 5版. 张道龙，译. 北京：北京大学出版社，2015：14-17.
[5] 杨丽娟，李占江，曾妍妍，等. 精神分裂症共病失眠患者睡眠认知特征及相关因素研究[J]. 中华行为医学与脑科学杂志，2018，27(5)：400-404.
[6] 刘丽华，薛晓斌，陆晓姿，等. 高频重复经颅磁刺激对精神分裂症阴性症状的疗效研究[J]. 精神医学杂志，2017，30(2)：122-124.
[7] 潘令仪，曹新妹. 康复训练对于精神分裂症患者生活质量的疗效[J]. 国际精神病学杂志，2017，44(5)：779-782.
[8] 李荣华，王秀艳，汪腾龙，等. 伴与不伴睡眠障碍的精神分裂症高危人群的认知功能差异[J]. 国际精神病学杂志，2021，48(1)：26-28.
[9] 王旭东，武勇法，蔡梦燕，等. 血清皮质醇、5-羟色胺、炎症因子、蛋白因子水平与精神分裂症病情的相关性研究[J]. 浙江医学，2020，42(24)：2641-2644.
[10] 陈敏，宋清扬，郑毅. 催眠疗法对老年失眠合并焦虑患者的睡眠质量及神经递质的影响[J]. 国际精神病学杂志，2021，48(4)：660-663.
[11] 李玉华. 优质护理干预对精神分裂症患者危险性行为、生活质量和社会功能的影响[J]. 现代中西医结合杂志，2019，28(36)：4074-4077.

(责任编辑：冯天保，邓乔丹)