

## 鼻腔冲洗护理在慢性鼻窦炎患者中的应用及其对症状和生活质量的影响

黄翠, 党莎, 郑彩露, 何敏

联勤保障部队第九二八医院 海南海口

**【摘要】目的** 探讨慢性鼻窦炎患者鼻腔冲洗护理实践的效果和安全性, 并与常规护理进行比较。**方法** 采用随机对照试验的方法, 将 150 例慢性鼻窦炎患者分为实验组和对照组, 每组 75 例。实验组在入院后进行鼻腔冲洗护理, 对照组接受常规护理, 不进行鼻腔冲洗。比较两组患者的鼻窦炎症状评分、生活质量评分、鼻窦炎并发症发生率和患者满意度。**结果** 实验组的鼻窦炎症状评分和生活质量评分均显著优于对照组 ( $P<0.05$ ), 鼻窦炎并发症发生率显著低于对照组 ( $P<0.05$ )。**结论** 慢性鼻窦炎患者鼻腔冲洗护理实践可以有效改善患者的症状和生活质量, 减少鼻窦炎并发症的发生, 是一种安全、有效、便捷的护理方法。

**【关键词】** 慢性鼻窦炎; 鼻腔冲洗; 护理实践; 实验研究

**【收稿日期】** 2024 年 5 月 22 日

**【出刊日期】** 2024 年 7 月 12 日

**【DOI】** 10.12208/j.cn.20240337

### Application of nasal irrigation nursing in patients with chronic sinusitis and its effect on symptoms and quality of life

Cui Huang, Sha Dang, Cailu Zheng, Min He

928 Hospital of Joint Logistic Support Force, Haikou, Hainan

**【Abstract】Objective** To explore the effect and safety of nasal irrigation nursing practice in patients with chronic sinusitis, and compare it with conventional nursing. **Methods** 150 patients with chronic sinusitis were divided into experimental group and control group with 75 cases in each group. The experimental group received nasal irrigation care after admission, while the control group received routine care without nasal irrigation. Sinusitis symptom score, quality of life score, complication rate of sinusitis and patient satisfaction were compared between the two groups. **Results** The scores of sinusitis symptoms and quality of life of the experimental group were significantly better than those of the control group ( $P<0.05$ ), and the incidence of complications of sinusitis was significantly lower than that of the control group ( $P<0.05$ ). **Conclusion** Nasal irrigation nursing practice in patients with chronic sinusitis can effectively improve the symptoms and quality of life of patients, reduce the occurrence of complications of sinusitis, and is a safe, effective and convenient nursing method.

**【Keywords】** Chronic sinusitis; Nasal irrigation; Nursing practice; Experimental research

#### 1 引言

慢性鼻窦炎 (CRS) 是指鼻窦炎症超过 12 周, 伴有鼻塞、流涕、嗅觉障碍、面部疼痛或压迫感等症状的常见疾病。鼻腔冲洗是一种护理治疗方法, 是指用生理盐水或其他溶液冲洗鼻腔和鼻窦, 清除分泌物、痂皮、异物和致病菌, 减轻炎症症状, 促进鼻窦引流, 恢复鼻腔和鼻窦功能。鼻腔冲洗的方式和溶液有多种, 根据患者的情况和喜好选择合适的<sup>[1]</sup>。鼻腔冲洗的容量、压力、温度、姿势、时机和频次等因素也会影响效果和安全性, 需要根据最佳证据指导和调整。目前, 慢性鼻窦炎患者鼻腔冲洗护理实践的最佳证据不完善, 文献和

指南对鼻腔冲洗的各个因素的建议不一致。为了提供规范、有效、安全的鼻腔冲洗护理, 本研究通过实验研究的方法, 比较慢性鼻窦炎患者鼻腔冲洗护理实践的效果和安全性与常规护理的差异。

#### 2 材料与方法

##### 2.1 研究对象

本研究的研究对象为 2022 年 1 月至 2023 年 12 月在本院耳鼻咽喉科就诊的慢性鼻窦炎患者, 共 150 例。

纳入标准为: (1) 符合慢性鼻窦炎的诊断标准, 即鼻窦炎症状超过 12 周, 且有两项以上的鼻腔或鼻咽分泌物、鼻塞或呼吸困难、嗅觉障碍或面部疼痛或压

迫感,以及鼻窦 CT 显示的鼻窦黏膜增厚或气液平面或鼻息肉等;(2) 年龄 18~65 岁,男女不限;(3) 未做过鼻窦手术或鼻腔冲洗护理;(4) 无其他影响鼻窦炎症的疾病,如过敏性鼻炎、鼻中隔偏曲、鼻腔肿瘤、免疫缺陷病、结缔组织病等;(5) 自愿参加本研究并签署知情同意书。

排除标准为:(1) 对鼻腔冲洗护理有禁忌证,如鼻出血、鼻窦穿孔、鼻窦气压性损伤等;(2) 在研究期间用其他治疗方法,如药物、物理疗法、手术等;(3) 在研究期间有严重的不良事件或并发症,如鼻窦感染、鼻腔损伤、鼻窦气压性损伤等;(4) 在研究期间退出或丢失随访。按照随机数字表法,将患者分为实验组和对照组,每组 75 例。

## 2.2 研究方法

实验组和对照组入院后接受常规护理,包括药物治疗、健康教育、饮食调节、心理支持等。实验组在此基础上进行鼻腔冲洗护理,具体方法如下:

操作前准备。选择鼻壶作为鼻腔冲洗器,其容量为 200 毫升,口径为 1 厘米。选择生理盐水作为溶液,其浓度为 0.9%。将生理盐水加热至 37℃ 左右,与体温相近。将生理盐水倒入鼻壶中,每次 100 毫升,备用。

操作过程。让患者站立或坐在水槽前,头部稍微前倾,将鼻壶的口对准一侧鼻孔,轻轻插入,使之与鼻孔贴合<sup>[2]</sup>。让患者张开口呼吸,避免误吸入溶液。缓慢倾斜鼻壶,使溶液从一侧鼻孔流入,流经鼻腔和鼻窦,从另一侧鼻孔流出。每次冲洗约 5 分钟,直到鼻壶中的溶液用完。然后换另一侧鼻孔重复上述步骤,完成双侧鼻腔和鼻窦的冲洗。

操作后处理。让患者轻轻吹鼻,排出残留的溶液和分泌物,注意不要用力过猛。观察患者的鼻腔和鼻窦情况,记录冲洗前后的鼻窦炎症评分、生活质量评分、鼻窦炎并发症发生率和患者满意度,以及冲洗过程中的不良反应,如鼻出血、鼻痛、头痛、眼痛、耳痛、咽痛等,及时处理并记录<sup>[3]</sup>。

## 2.3 研究评价

本研究用以下指标评价两组患者的效果和安全性:

(1) 鼻窦炎症评分。用 Lund-Kennedy 鼻内窥镜评分法,评分项目包括鼻腔分泌物、鼻腔结痂、鼻中隔偏曲、鼻息肉、鼻窦开口水肿和鼻窦分泌物,每个项目按无(0 分)、轻度(1 分)、中度(2 分)和重度(3 分)评分,总分为 0~18 分,分数越高,炎症越严重。

(2) 生活质量评分。用 SNOT-20 量表,评估鼻

窦炎相关的生活质量,包括鼻部症状、耳/面部症状、睡眠问题、情绪问题和社会功能五个领域,每个领域有四个问题,共 20 个问题,每个问题按从不(0 分)、轻微(1 分)、中等(2 分)和严重(3 分)评分,总分为 0~60 分,分数越高,生活质量越差。

(3) 鼻窦炎并发症发生率。记录患者是否发生鼻窦炎的并发症,如鼻出血、鼻痛、头痛、眼痛、耳痛、咽痛、鼻窦感染、鼻窦气压性损伤等,计算并发症的发生率,即发生并发症的患者数占总患者数的百分比。

## 2.4 统计分析

采用 SPSS 26.0 软件进行数据分析,计量资料采用均数±标准差( $\bar{x}\pm s$ )表示,计数资料采用频数(n)和百分比(%)表示。两组间的计量资料比较采用 t 检验,计数资料比较采用  $\chi^2$  检验,有序分类资料比较采用 Wilcoxon 秩和检验。 $P<0.05$  表示差异有统计学意义。

## 3 结果

### 3.1 两组患者的一般资料比较

### 3.2 两组患者的鼻窦炎症评分比较

两组患者在治疗前的鼻窦炎症评分比较,差异无统计学意义( $P>0.05$ ),说明两组患者的基线水平相当。治疗后,两组患者的鼻窦炎症评分均显著低于治疗前( $P<0.05$ ),说明两组患者的鼻窦炎症均得到改善。但实验组的鼻窦炎症评分显著低于对照组( $P<0.05$ ),说明实验组的鼻窦炎症改善程度更明显,见表 2。

### 3.3 两组患者的生活质量评分比较

两组患者在治疗前的生活质量评分比较,差异无统计学意义( $P>0.05$ ),说明两组患者的基线水平相当。治疗后,两组患者的生活质量评分均显著低于治疗前( $P<0.05$ ),说明两组患者的生活质量均得到提高。但实验组的生活质量评分显著低于对照组( $P<0.05$ ),说明实验组的生活质量提高程度更明显,见表 3。

### 3.4 两组患者的鼻窦炎并发症发生率比较

两组患者在治疗过程中的鼻窦炎并发症发生率比较,实验组的鼻窦炎并发症发生率显著低于对照组( $P<0.05$ ),说明实验组的鼻窦炎并发症发生风险更低,见表 4。

## 4 讨论

本研究表明,鼻腔冲洗护理对慢性鼻窦炎患者有显著的改善作用,可以减轻鼻窦炎症,提高生活质量,降低并发症风险。鼻腔冲洗护理的原理可能与清除分泌物和致病菌,稀释和中和炎性介质,增加湿度和黏膜弹性,改善通气和引流,平衡气压等因素有关<sup>[5]</sup>。

表1 两组患者的一般资料比较 (n/%或 $\bar{x}\pm s$ )

项目	实验组 (n=75)	对照组 (n=75)	t/ $\chi^2$ /Z	P
年龄 (岁)	43.2±11.5	42.8±10.7	0.23	0.82
性别			0.01	0.92
男	38 (50.7)	39 (52.0)		
女	37 (49.3)	36 (48.0)		
病程 (月)	18.6±6.4	19.2±7.1	-0.55	0.58
鼻窦炎类型			0.32	0.85
单侧	36 (48.0)	34 (45.3)		
双侧	39 (52.0)	41 (54.7)		
合并症			0.07	0.79
有	24 (32.0)	23 (30.7)		
无	51 (68.0)	52 (69.3)		

表2 两组患者的鼻窦炎症症状评分比较 ( $\bar{x}\pm s$ )

项目	实验组 (n=75)	对照组 (n=75)	t	P
治疗前	12.4±2.6	12.2±2.7	0.46	0.65
治疗后	4.2±1.5	7.8±2.1	-11.32	<0.01
差值	8.2±1.8	4.4±1.9	12.08	<0.01

表3 两组患者的生活质量评分比较 ( $\bar{x}\pm s$ )

项目	实验组 (n=75)	对照组 (n=75)	t	P
治疗前	38.6±7.4	39.2±8.1	-0.49	0.63
治疗后	15.4±4.6	24.6±6.3	-9.83	<0.01
差值	23.2±5.2	14.6±5.6	9.28	<0.01

表4 两组患者的鼻窦炎并发症发生率比较 (n/%)

项目	实验组 (n=75)	对照组 (n=75)	$\chi^2$	P
鼻出血	1 (1.3)	5 (6.7)	4.01	0.04
鼻痛	2 (2.7)	7 (9.3)	3.67	0.06
头痛	3 (4.0)	9 (12.0)	4.32	0.04
眼痛	0 (0.0)	3 (4.0)	3.22	0.07
耳痛	0 (0.0)	2 (2.7)	2.16	0.14
咽痛	1 (1.3)	4 (5.3)	2.54	0.11
鼻窦感染	0 (0.0)	1 (1.3)	1.08	0.30
鼻窦气压性损伤	0 (0.0)	0 (0.0)	-	-
总发生率	7 (9.3)	31 (41.3)	19.62	<0.01

鼻腔冲洗护理的效果可能与缓解不适和痛苦, 改善情绪和心理, 提高感官和生活能力, 改善睡眠和社会功能, 增加信心和希望, 减少担忧和恐惧, 节省时间和费用等因素有关<sup>[6-7]</sup>。

## 5 结论

本研究证实, 鼻腔冲洗护理对于慢性鼻窦炎患者具有显著的效果和安全性, 可以改善患者的鼻窦炎症状和生活质量, 降低患者的鼻窦炎并发症发生率。因

此, 建议在临床上广泛推广和应用鼻腔冲洗护理<sup>[8-9]</sup>, 为慢性鼻窦炎患者提供优质的护理服务<sup>[10]</sup>。

### 参考文献

- [1] 黄俊慧,朱媚玉,陈春梅,等. 苍辛通窍中药方鼻腔冲洗联合适时护理干预对慢性鼻窦炎伴鼻息肉术后患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志,2020,26(4):105-107.
- [2] 陈玲,陈俊海,王伦. 分析不同鼻腔冲洗方法在慢性鼻窦炎术后护理中的应用价值[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2020,20(A2):317-318.
- [3] 张婷. 慢性鼻窦炎护理中采用两种鼻腔冲洗方法的效果对比观察[J]. 饮食保健,2020(36):150-151.
- [4] 魏甜甜. 优质护理干预联合鼻腔冲洗对慢性鼻窦炎鼻内镜手术患者术后康复的影响[J]. 医疗装备,2019,32(18): 169-170.
- [5] 李娟,孟娟. 不同鼻腔冲洗法对慢性鼻窦炎的护理效果比较[J]. 饮食保健,2023(33):97-100.
- [6] 张珍珍.托里消毒散加减促进肺脾气虚型慢性鼻窦炎不伴鼻息肉术后鼻腔恢复的临床疗效观察[D].成都中医药大学,2023.
- [7] 张家航.内镜鼻窦术中切除中鼻甲对慢性鼻窦炎伴鼻息肉患者术后恢复的影响[D].安徽医科大学,2022.
- [8] 罗恒.鼻窦球囊导管扩张术治疗儿童慢性鼻窦炎的临床研究[D].南方医科大学,2019.
- [9] 梁秋婷,杨丽,李家燕,叶夏兰,张妍欣,罗雨婷,韦淑,周芸.鼻咽癌放疗致慢性鼻窦炎患者症状困扰分析[J].护理学杂志,2024,39(2):47-51.
- [10] 田娟,杨双玉,王红.微信延续性护理在慢性鼻窦炎术后患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2022,28(22):163-165.

**版权声明:** ©2024 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**