

耳穴埋籽结合五行音乐疗法对老年冠心病患者焦虑抑郁及睡眠质量的影响

任素娟¹, 顾志菊², 李可欣², 王佳芹², 张静²

1. 连云港市第一人民医院全科医学科, 江苏 连云港, 222000; 2. 连云港市第一人民医院老年医学科, 江苏 连云港, 222000

通信作者: 王佳芹, E-mail: 450271343@qq.com

【摘要】 目的 运用耳穴埋籽结合五行音乐疗法干预老年冠心病患者, 探索对其焦虑、抑郁情绪及睡眠质量的影响。**方法** 研究对象为 2021 年 12 月—2023 年 11 月期间在连云港市第一人民医院住院的 107 位老年冠心病患者, 按入院时间先后分为对照组和观察组, 对照组予以常规护理方法, 观察组在常规护理基础上给予耳穴埋籽结合五行音乐疗法, 用汉密尔顿焦虑量表(HAMA)、汉密尔顿抑郁量表(HAMD)、匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)评价临床效果, 并进行护理满意度调查。**结果** 两组患者干预后 HAMA 评分、HAMD 评分低于干预前, 观察组 HAMA 评分、HAMD 评分低于对照组, 差异有统计学意义(P 均 <0.05)。干预后观察组 PSQI 评分低于干预前, 且观察组 PSQI 评分低于对照组, 差异有统计学意义(P 均 <0.05)。干预后观察组护理满意度(89.3%)高于对照组(62.7%), 差异有统计学意义($P<0.05$)。**结论** 耳穴埋籽结合五行音乐疗法能缓解老年冠心病患者的焦虑、抑郁情绪, 改善睡眠质量, 提高护理满意度。

【关键词】 耳穴埋籽; 五行音乐疗法; 冠心病; 焦虑抑郁; 睡眠质量

【文章编号】 2095-834X (2025)05-57-06

DOI: 10.26939/j.cnki.CN11-9353/R.2025.05.005

本文著录格式: 任素娟, 顾志菊, 李可欣, 等. 耳穴埋籽结合五行音乐疗法对老年冠心病患者焦虑抑郁及睡眠质量的影响[J]. 当代介入医学电子杂志, 2025, 2(5): 57-62.

Impact of auricular point embedding combined with Five-Element music therapy on anxiety, depression and sleep quality in elderly patients with coronary heart disease

Ren Sujuan¹, Gu Zhiju², Li Kexin², Wang Jiaqin², Zhang Jing²

1. Department of General Practitioner; 2. Department of Geriatrics, the First People's Hospital of Lianyungang, Lianyungang, Jiangsu 222000, China

Corresponding author: Wang Jiaqin, E-mail: 450271343@qq.com

【Abstract】 Objective Using ear acupoint seed embedding combined with Five-Element music therapy to intervene in elderly patients with coronary heart disease, to explore the effects on their anxiety, depression and sleep quality. **Methods** 107 elderly patients with coronary heart disease admitted to the First People's Hospital of Lianyungang City from December 2021 to November 2023 were selected as the research subjects. According to the admission time, the patients were divided into a control group and an observation group. The control group received routine nursing care, while the observation group received ear acupoint seed embedding combined with Five-Element music therapy on the basis of routine nursing care. Clinical outcomes were evaluated using the Hamilton Anxiety Scale (HAMA), Hamilton Depression Scale (HAMD) and Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), and a nursing satisfaction survey was conducted. **Results** After intervention, the HAMA and HAMD scores of the two groups of patients were both lower than those before intervention, with statistically

significant differences ($P<0.05$), and the HAMA and HAMD scores of the observation group were lower than those of the control group, with statistically significant differences ($P<0.05$). After intervention, the PSQI score of the observation group was lower than that before intervention, and the difference was statistically significant ($P<0.05$). And the PSQI score of the observation group was lower than that of the control group, and the difference was statistically significant ($P<0.05$). After intervention, the nursing satisfaction of the observation group (89.3%) was higher than that of the control group (62.7%), and the difference was statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion** Ear acupoint seed embedding combined with Five-Element music therapy can alleviate anxiety and depression in elderly patients with coronary heart disease, improve sleep quality, and enhance nursing satisfaction. This method is simple and safe.

【Keywords】 Ear acupoint seed embedding; Five-Element music therapy; Coronary heart disease; Anxiety and depression; Sleep quality

《中国心血管健康与疾病报告 2019 概要》^[1]显示,我国冠心病患者约有 1 100 万人,流行病学相关研究的数据表明,在冠心病患者群体当中,有 32.5% 的患者同时伴有焦虑、抑郁症状^[2],冠心病常迁延不愈,临床症状复杂多变,发病时患者活动受限,主观感觉消极,极易产生病理性焦虑、抑郁等负性情绪,造成失眠或严重睡眠障碍^[3]。国内外研究表明,焦虑是冠心病发病的独立危险因素,合并焦虑、抑郁等不良情绪的冠心病患者,发病率及死亡率偏高^[4-5]。目前,常采用艾司唑仑、氟哌噻吨美利曲辛片等西药治疗冠心病伴焦虑、抑郁患者^[6],虽然这些药物能够缓解其临床症状,然而却存在容易引发药物成瘾的风险。研究表明五行音乐能够切实减轻患者内心的焦虑感以及抑郁情绪^[7],但对睡眠质量改善效果不佳^[8]。研究显示耳穴埋籽可提高组织供血和供氧,抑制神经兴奋起到催眠、助眠作用,从而改善围手术期患者的睡眠质量^[9],且缓解血液透析患者疲劳程度^[10]。因此本研究应用耳穴埋籽结合五行音乐疗法干预老年冠心病焦虑、抑郁伴睡眠障碍患者,探究其临床效果,旨在找到一种有效的非药物干预疗法。

1 资料与方法

1.1 研究对象 本研究使用 G*Power 3.1 软件计算样本量,选用 T 检验统计模型、先验分析双侧检验, $\alpha=0.05$, $1-\beta=0.90$, $d=0.931$ (d 表示效应量),根据参考文献^[11],计算出各组最低样本量为 21 例,总样本量最低为 42 例,考虑到 20% 的失访率,确定各组最低样本量为 26 例,总样本量最低为 52 例。本研究选取 2021 年 12 月—2023 年 11 月在连云港市第一人民医院老年医学科收治的 107 位老年冠心病患者作为研究对象,其中 2021 年 12 月—2022 年 11 月收治的 51 例患者为对照组,2022 年 12 月—2023 年 11 月收治的 56 例患者为观察组。

纳入标准:①冠心病诊断标准符合美国心脏病学会制定的标准;中医诊断具有胸闷、胸痛、心悸、头晕耳鸣等临床表现,经辨证气滞血瘀、心痛胸痹者;②年龄 ≥ 60 岁;③汉密尔顿焦虑量表 (Hamilton Anxiety Scale, HAMA) 评分 ≥ 7 分且汉密尔顿抑郁量表 (Hamilton Depression Scale, HAMD) 评分 ≥ 8 分,诊断焦虑合并抑郁状态者;④认知功能正常,同意参加此研究者;

排除标准:①存在肺、肝、肾以及血液系统严重疾病的患者;②依从性差者;③已经置入心脏支架或做过经皮冠状动脉介入术者。所有研究对象均签署知情同意书,研究已通过医院理论委员会审核。

1.2 研究方法 成立专门的研究组,其中副主任护师 2 名,主管护师 3 名,护师 1 名。学历为研究生 2 名,本科 4 名。成员中 5 名通过西学中操作培训班学习,取得相应资格证书,1 名成员为中医护理专业,具备中医理论知识及操作技能。

两组分别由 2 名成员负责基于互联网医院及微信群与研究对象及家属建立联系,其中对照组在患者入院初期进行干预前各量表评分,住院期间遵医嘱给予研究对象药物治疗、心理护理、健康教育等护理措施,患者出院后及时微信、电话回访,嘱患者或家属继续遵医嘱服药,并提供必要的心理支持。

观察组在对照组干预措施的基础上提供耳穴埋籽结合五行音乐疗法,耳穴埋籽是用药籽、谷籽等贴在胶布上,用探针刺激耳廓上相应疾病的穴位和反应点,贴好胶布,用手指按压刺激,通过经络的传导作用,达到预防和治疗疾病的目的。住院期间由研究组成员操作,并教会患者与家属操作手法,老年冠心病患者在双耳部选取心、皮质下、交感、神门等^[12]穴位敏感点,评估耳廓部位的皮肤情况,用 75% 酒精消毒皮肤,将麦蓝籽胶布贴在相应穴位上,力度以患者疼痛可以耐受为宜。嘱患者每日晨起、午睡、晚睡前按压相应穴位 3 次,每次每穴 3~5 min,以局部出现胀痛、酸麻和发热感,即“得

气”为宜。两耳交替 3 d 更换一次,10 d 一个疗程,干预 3 个疗程;选择五行音乐中的“徵”调音乐,将代表乐曲《卡门序曲》、《新音乐》、《狂欢》、《喜相逢》、《喜洋洋》、《步步高》、《紫竹调》按 1~7 序号进行编号,匹配到 7 d,并将音乐拷贝到患者或家属的手机或音乐播放器上,在按压耳部穴位时同时播放,音量控制为 20~40 dB,按压耳部穴位结束时停止播放,播放频率为 3 次/日。治疗过程中详细记录每次患者按压耳部穴位位置、时长、反应、聆听音乐音量、时长、患者表现、身体放松情况等。住院期间患者治疗过程由研究组成员记录,出院后由家属或患者记录,并发在微信群中。患者出院后,研究组成员通过电话、微信与患者或家属保持联系,定时发布通知提醒,并通过互联网医院进行上门更换服务,确保出院后干预措施可以延续开展。

1.3 观察指标 采用 HAMA 量表^[13]、HAMD 量表^[14]对两组患者干预前后的焦虑、抑郁情绪进行评分。HAMA 量表共计 14 个条目,总分 56 分,分值增高则焦虑程度加重,Cronbach's α 为 0.83~1.00。HAMD 量表共计 17 个条目,总分 56 分,Cronbach's α 为 0.88~0.99,分值增高则抑郁程度加重。

匹兹堡睡眠质量指数(Pittsburgh sleep quality index,PSQI)量表^[15]是评估受试者在过去 1 个月的睡眠质量,该量表的 Cronbach's α 系数为 0.82。主要包括 19 个自评条目以及 5 个他评条目,前 18 个自评条目算分,每个题又分为 0~3 个等级进行判断,得出相应的分值,第 19 个自评和 5 个他评的条目不纳入分值,最后相加得总分。总分 0~21 分,PSQI ≥ 7 分者有睡眠障碍,分值越高提示睡眠质量越差,受试者在 5~10 min 完成评估。

在护理满意度调查环节,采用自制问卷收集研究对象针对护理健康宣教、护士服务态度、护理质量、出院随访及个性化精准护理等方面的满意度反馈。满意度评价采用五级分类法,依次为非常满意、满意、一般、不满意、非常不满意。护理满意度的计算公式为:(非常满意例数+满意例数)/总例数 $\times 100\%$ 。

患者干预前后的量表评分及满意度调查由研究组同一成员完成。

1.4 统计学方法 采用 SPSS 26.0 软件分析数据,计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示,符合正态分布组间比较采用 t 检验;患者一般资料中计数资料的组间比较、两组间满意度比较采用 χ^2 检验。以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 研究对象基线资料比较 两组受试者在性别构

成、年龄分布、学历层次以及病程长短方面所呈现出的差异均不具有统计学意义($P > 0.05$),此结果表明两组具备进行对比分析的可比性,见表 1。

2.2 干预前后两组 HAMA 评分、HAMD 评分和 PSQI 评分比较 两组患者干预前 HAMA 评分、HAMD 评分差异无统计学意义($P > 0.05$)。干预后两组 HAMA 评分、HAMD 评分较干预前均下降,与对照组相比,观察组 HAMA 评分、HAMD 评分均下降,差异有统计学意义($P < 0.05$),见表 2,表 3。

两组患者干预前 PSQI 评分无明显差异($P > 0.05$),干预后观察组 PSQI 评分较干预前降低($P < 0.05$)。对照组干预后 PSQI 评分与干预前比较,差异无统计学意义($P > 0.05$),干预后观察组患者 PSQI 评分低于对照组($P < 0.05$),见表 4。

2.3 患者护理满意度比较 干预后观察组的护理满意度(89.30%)明显要高于对照组(62.70%),差异具有统计学意义($P < 0.05$),见表 5。

3 讨论

研究显示,冠心病患者中 32.5% 患者伴焦虑或抑郁,5% 的患者同时伴有焦虑及抑郁,且此类患者存在明显的睡眠障碍^[16]。焦虑情绪与抑郁情绪作为重要的心理因素,会对患者的疾病发展进程以及病情恢复状况产生显著影响^[17]。“双心医学”理论指出,在关注心血管疾病生理变化的同时需要密切关注患者的精神心理问题。耳穴埋籽和五行音乐疗法是中医特色疗法,其干预冠心病介入围手术期患者负性情绪的有效性已被证实^[18]。耳与人体脏腑经络存在着极为紧密的关联,对耳部特定穴位施以刺激,能够引发相应的经络传感反应,调节和改善机体脏器的功能状态,疏通经络、调动气血运行,从而起到防病治病的作用。《医学真经》曰:“十二经脉,上终于耳,其阴阳诸经,适有交并”,《卫生宝鉴》云:“五脏六腑,十二经脉皆有络于耳者”^[19],中医巨著《黄帝内经》出“五音疗疾”,五行音乐疗法以五行学说的相生相克关系,将“宫商角徵羽”与身体五脏和七情相联系治疗疾病,五音对应体内五脏,对应经络与音乐声波产生共振共鸣,调节相应脏腑功能和阴阳平衡等^[20]。“徵”音属火,火代表心脏,《黄帝内经》指出:“火通心经,丝弦音调理神腑,疏导血脉、平稳血压,祛毒疗伤”。“徵调”以“5”音为主,具有向上,热情的特点,其旋律宛如烈火燃烧跳动,音调欢快而高昂,活泼兴奋^[21],代表音乐如《步步高》、《紫竹调》等^[22],在每晚 21:00~23:00 之间听,可温补心阳、调通血脉,养心安神,达到促进血液循环,改善冠心病患者症状,调节焦虑、抑郁情绪的作用。

表 1 两组患者一般资料情况表										
组别	n	性别（例）		年龄（ $\bar{x} \pm s$, 岁）	学历（例）					病程（ $\bar{x} \pm s$, 年）
		男	女		文盲	小学	初中	高中	大专及以上	
观察组	56	30	26	70.16 \pm 7.07	3	22	15	11	5	6.43 \pm 4.11
对照组	51	26	25	72.88 \pm 7.63	2	16	19	5	9	7.64 \pm 4.31
χ^2/t 值		0.143		1.954			4.452			1.523
P 值		0.705		0.053			0.348			0.131

表 2 干预前后 HAMA 评分比较（ $\bar{x} \pm s$, 分）					
组别	n	HAMA		t 值	P 值
		干预前	干预后		
观察组	56	19.07 \pm 3.27	11.36 \pm 3.09	24.338	<0.001
对照组	51	19.02 \pm 2.57	18.66 \pm 2.51	3.180	0.002
t 值		0.096	13.731		
P 值		0.923	<0.001		

注：HAMA 为汉密尔顿焦虑量表。

表 3 干预前后 HAMD 评分比较（ $\bar{x} \pm s$, 分）					
组别	n	HAMD		t 值	P 值
		干预前	干预后		
观察组	56	16.84 \pm 3.11	10.14 \pm 3.18	31.886	<0.001
对照组	51	16.98 \pm 2.48	16.35 \pm 2.55	4.437	<0.001
t 值		0.296	11.409		
P 值		0.788	<0.001		

注：HAMA 为汉密尔顿抑郁量表。

表 4 干预前后 PSQI 评分比较（ $\bar{x} \pm s$, 分）					
组别	n	PSQI		t 值	P 值
		干预前	干预后		
观察组	56	12.34 \pm 2.86	8.77 \pm 2.91	22.779	<0.001
对照组	51	13.20 \pm 3.01	13.21 \pm 2.72	0.064	0.949
t 值		1.544	8.350		
P 值		0.125	<0.001		

注：PSQI 为匹兹堡睡眠质量指数。

表 5 两组患者护理满意度比较[例(%)]							
组别	n	非常满意	满意	一般	不满意	非常不满意	满意度
观察组	56	21 (37.50)	29 (51.80)	6 (10.70)	0 (0.00)	0 (0.00)	50 (89.30)
对照组	51	10 (19.60)	22 (43.10)	18 (35.30)	1 (2.00)	0 (0.00)	32 (62.70)
χ^2 值							11.656
P 值							0.009

本研究的结果表明,干预后两组患者的 HAMA、HAMD 评分均低于干预前 ($P<0.05$),且观察组的评分明显低于对照组,说明运用系统的药物治疗、心理护理干预措施和采用耳穴埋籽结合五行音乐疗法均可以改善老年冠心病患者的焦虑、抑郁情况,但耳穴埋籽结合五行音乐疗法的效果明显优于常规护理干预措施。这与王双娜等^[19,23]的研究一致。于睡眠质量改善层面而言,观察组经干预后,

PSQI 评分相较于干预前显著降低 ($P<0.05$);而对照组干预前后的 PSQI 评分差异未呈现出统计学意义 ($P>0.05$),说明耳穴埋籽结合五行音乐疗法能够有效改善老年冠心病患者的睡眠质量,常规的药疗、心理护理等措施改善睡眠质量效果不够明显。
分析认为,五行音乐微调具有热烈欢快、积极向上的特点,常听“徵音”,可以调节血脉,提心气,

助养心阳。动物研究发现,五行音乐的微调可以通过影响丘脑-垂体-肾上腺轴(HPA轴)的调节过程而发挥抗焦虑的作用^[24]。中医心理学中五行音乐辩证施护可调身心、畅情志,生理上可调节植物神经,影响患者血压、呼吸和心率、促进胃肠蠕动、松弛肌肉,使患者处于连续的放松状态,紧张、焦虑的情绪可以得到缓解;另外舒缓的音乐可使 α 脑波增强,使人更容易进入到睡眠状态^[25]。

耳穴埋籽可对耳部穴位产生各种良性刺激,疏通气血、交通心肾,使冲动传入相应神经元,调节大脑皮层的兴奋和抑制功能。通过刺激神门穴位可调节机体自律神经,起到助眠作用,同时根据优势原则可抑制邻近病理兴奋灶,将其取代或调节正常,起到延长睡眠时间、调节睡眠节律的作用^[26]。任秀亚等^[27]的研究结果也显示耳穴埋豆加循经拍打操可明显改善围绝经期患者失眠情况,与本研究结果一致。研究显示,耳穴埋籽通过调节大脑皮质功能,不但可以有效减轻失眠的症状表现,还能在一定程度上缓解负面情绪,患者治疗后睡眠时间明显延长,情绪改善显著^[28]。本研究中,研究组成员通过信息与通信技术与患者及家属保持联系,及时回复咨询问题,定时提醒干预措施实施并适时指导,根据需要上门进行耳穴埋籽胶布更换,切实实施延续性护理服务,改善患者及家属的护理服务满意度。

综上,耳穴埋籽结合五行音乐疗法能够显著减轻老年冠心病患者所存在的焦虑、抑郁等不良情绪,有效改善其睡眠状况,提高患者对护理工作的满意程度。此干预方法属于非药物中医传统疗法,操作简单安全。本研究仍存在一些局限性。首先,由于本研究采用非随机分组设计,对照组与观察组患者在基线特征上可能存在不可测量的差异,尽管我们对基线数据进行了统计学分析,结果显示无差异,但仍可能影响结果的准确性;其次,本研究采用的设计是历史对照,对照组和观察组两组患者处于不同的时间背景之下,在此期间医疗环境及医护人员经验的潜在变化可能作为混杂因素干扰对干预方法真实效果的判断,这些因素共同限制了本研究结论的因果推断强度,未来研究有必要通过设计严谨的前瞻性随机对照试验来进一步验证本研究的结果;第三,本研究属于小规模样本试验范畴,鉴于当前样本量有限,后续研究有必要进一步扩充样本数量,通过开展多中心随机对照试验的方式,更为严谨地验证其临床疗效,从而为其更广泛的应用提供坚实的科学依据。

利益冲突 所有作者均声明不存在利益冲突

参考文献

- [1] 中国心血管健康与疾病报告 2019 概要[J]. 中国循环杂志, 2020, 35(9): 833-854.
- [2] 孟雅丽, 陈士芳, 张真真, 等. 冠心病住院患者共病焦虑抑郁的影响因素分析[J]. 国际精神病学杂志, 2020, 47(6): 1201-1203.
- [3] 王凤, 邹红霞, 潘洪. 中医五行音乐疗法对冠心病患者心电监护仪使用负性情绪的护理干预[J]. 基层医学论坛, 2020, 24(24): 3513-3514.
- [4] Tsai CC, Chuang SY, Hsieh IC, et al. The association between psychological distress and angina pectoris: A population-based study[J]. PLoS One, 2019, 14(11): e0224451.
- [5] Roest AM, Martens EJ, de Jonge P, et al. Anxiety and risk of incident coronary heart disease: a meta-analysis[J]. J Am Coll Cardiol, 2010, 56(1): 38-46.
- [6] 武秀丽, 张录平, 丁玉琴, 等. 枣仁安神胶囊结合常规西药治疗冠心病伴焦虑抑郁的临床研究[J]. 中国医院用药评价与分析, 2020, 20(6): 648-651.
- [7] 李静竹. 五行音乐疗法对治疗冠心病患者焦虑及抑郁效果的影响[J]. 当代护士(中旬刊), 2015(11): 34-35.
- [8] 毕菲菲, 姚岚, 张冬冬, 等. 疏肝健脾方配合中医五行情志干预对糖尿病伴抑郁患者心境状态及血糖控制的影响[J]. 世界中西医结合杂志, 2020, 15(10): 1850-1854.
- [9] 陈智慧. 耳穴埋籽对围手术期患者睡眠障碍的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2020, 7(1): 45-46.
- [10] 周丽娟, 赵玉桃, 卞月秋, 等. 耳穴埋籽配合五行音乐疗法在血液透析疲劳患者中的应用效果观察[J]. 天津护理, 2019, 27(2): 157-161.
- [11] 黄婕. 老年冠心病患者应用慢性疾病轨迹模式护理对其心理状态的影响[J]. 中外医学研究, 2021, 19(25): 96-99.
- [12] 孙秋华. 中医护理学[M]. 人民卫生出版社, 2017.
- [13] 王纯, 楚艳民, 张亚林, 等. 汉密尔顿焦虑量表的因素结构研究[J]. 临床精神医学杂志, 2011, 21(5): 299-301.
- [14] 刘宝燕, 赵晋, 郑冬. HAMD与SDS区分抑郁症严重程度的准确性研究[J]. 重庆医学, 2021, 50(18): 3174-3177, 3181.
- [15] Corrigan JD, Selassie AW, Orman JA. Theep idem iology of trauma ticbrain injury[J]. J Head Trauma Rehabil, 2010, 25(2): 72-80.
- [16] 石炜祺, 刘如辉, 倪奕, 等. 冠心病伴焦虑抑郁患者的临床特点研究[J]. 中国全科医学, 2019, 22(18): 2166-2171, 2175.

- [17] 段人榕, 李丽, 杨芝萍. 心理干预对冠心病介入治疗患者焦虑和抑郁影响的 Meta 分析[J]. 现代预防医学, 2018, 45 (4): 748-752.
- [18] 王双娜, 胡旭红, 刘艳萍, 等. 耳穴贴压联合五音疗法对冠心病介入围手术期患者负性情绪的干预研究[J]. 光明中医, 2022, 37 (16): 2961-2963.
- [19] 李少源, 荣培晶, 张悦, 等. 基于耳穴迷走神经电刺激技术的“脑病耳治”思路与临床应用[J]. 中医杂志, 2020, 61 (24): 2154-2158.
- [20] 石彩凤, 张迎迎. 音乐疗法对失眠的治疗和护理研究进展[J]. 中国社区医师, 2020, 36 (20): 141-142.
- [21] 张晶, 田思胜. 我国音乐疗法的中医理论探讨[J]. 中华中医药杂志, 2011, 26 (5): 1013-1017.
- [22] 陈宇坤, 耿少辉, 李江波, 等. 五行音乐曲目及其治疗抑郁症临床应用研究[J]. 中华中医药杂志, 2019, 34 (9): 4234-4237.
- [23] 刘永泉, 刘雅丽, 吕明远. 五行音乐之徵音对冠心病患者 PCI 术后焦虑抑郁的影响[J]. 光明中医, 2023, 38 (24): 4787-4790.
- [24] 肖青青. 基于心主神明理论的微调音乐疗法对 GAD 心阴亏虚证大鼠的 HPA 轴调节机制研究[D]. 成都: 成都中医药大学, 2019.
- [25] 马赭轩, 石磊, 任晓楠, 等. 中医五行音乐疗法治疗耳鸣及耳鸣所致失眠、焦虑抑郁临床研究[J]. 辽宁中医药大学学报, 2021, 23 (6): 217-220.
- [26] 李晓, 徐竟春, 李金艳, 等. 耳穴埋豆结合五行情志干预对原发性高血压伴焦虑患者睡眠质量、血压控制及应对方式的影响[J]. 临床医学研究与实践, 2022, 7 (12): 184-186.
- [27] 任秀亚, 谢薇, 冷羽, 等. 循经拍打操联合耳穴埋豆对围绝经期失眠的影响研究[J]. 现代中西医结合杂志, 2021, 30 (5): 543-546, 550.
- [28] 陈婧彬. 疏肝调经针灸方案联合耳穴埋豆对围绝经期失眠及焦虑抑郁状态的改善作用及对睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2024, 11 (2): 278-281.