

分析精神病医院临床护士的心理健康状况及应对策略

张凉浩

内蒙古自治区锡林郭勒盟安神医院 内蒙古 026000

【摘要】目的：针对精神病医院临床护士的心理健康状况及应对措施。方法：本文以我院的护士作为此次研究的观察组，与同市同一级别的护士作为对照组。每位参与研究的护士都要有各自的症状自评量表以及调查表。然后通过调查结果的统计分析达到研究目的。结果：在症状自评量表当中普通内科护士要比精神科护士的得分低，除敌对因子、人际关系以外都有着明显的差异， $P < 0.05$ ，焦虑与抑郁以及躯体化因子都有着极其显著的差异。精神科护士中症状自评的各因子分大于2分的大概有10%以上的人数，特别是焦虑、抑郁以及躯体化，分别是论排污许可制度下企业如何自证守法；普通内科护士中超过同组人数10%以上的只有抑郁和躯体化。结论：医院的精神科护士可能存在强迫症、抑郁、焦虑等心理问题，管理人员以及护理人员本身应给予高度重视，积极采取有效措施，抑制心理问题的产生。

【关键词】应对策略；精神疾病；护理人员

随着社会的发展，人们对心理问题的重视程度越来越高，而且也新增了很多患有心理疾病的患者。伴随着精神科住院人数的增加，作为承担整个精神科工作的护士其心理压力也越来越大，为了更好地提高精神卫生服务水平，下面就精神病医院护士的心理健康状况进行简要分析。

1 资料及方法

1.1 资料

本文以我院的护士作为此次研究的观察组，与同市同一级别的护士作为对照组。参与研究的护士需满足以下条件：第一，参加工作前没有成瘾物质或精神活性物质滥用史，没有精神病史；第二，没有严重的躯体疾病；第三，参加工作至少1年，近半年正常上班，包括护理夜班；第四，近半年没有出现与临床工作相关的家庭事件，包括离婚、家庭纠纷、就业挫折、直系亲属死亡等。两组研究对象的年龄、性别、学历、婚姻状况等没有显著差异，具有可比性。

1.2 方法

每位参与研究的护士都要有各自的症状自评量表以及调查表。

(1) 自拟调查表的内容主要有文化程度、年龄、性别、工龄、婚姻状况、生育能力，并且排除近半年内是否上夜班，是否正常上班，近半年是否发生家庭纠纷等。

(2) 症状自评量表的评定。评定等级分为5级，分数越高说明存在的心理健康问题越严重。总分大于160，任一因子分大于2，阳性项目数大于43为筛查阳性。让每一位参与研究的护士都清楚测评的方法及目的，以取得他们的支持与理解。对问卷有疑义者，工作人员要给予详细讲解。共发放问卷50份，收回有效问卷40。其中普通内科22份，精神病科18份，回收有效率为80%。

1.3 统计学分析

本次研究选取SPSS17.0软件对研究数据进行统计处理。计量资料的描述以平均数 ± 标准差表示，再以t对组间数据检验，计数资料描述以百分比表示，以 $P < 0.05$ 视为具有统计学意义。

2 结果

在症状自评量表当中普通内科护士要比精神科护士的得分低，除敌对因子、人际关系以外都有着明显的差异， $P < 0.05$ ，焦虑与抑郁以及躯体化因子都有着极其显著的差异。对照组和观察组的评分结果见表1。

表1 普通内科与精神科护士的症状自评量表对比

项目	普通内科护士 (22名)	精神科护士 (18名)
偏执	1.31 ± 0.23	1.71 ± 0.43
恐怖	1.42 ± 0.21	1.67 ± 0.52
敌对	1.39 ± 0.14	1.66 ± 0.53
焦虑	1.36 ± 0.25	1.73 ± 0.56
抑郁	1.14 ± 0.43	1.47 ± 0.64
人际关系	1.23 ± 0.24	1.51 ± 0.53
强迫	1.25 ± 0.30	1.52 ± 0.56
精神病性	1.33 ± 0.32	1.71 ± 0.55
躯体化	1.25 ± 0.35	1.55 ± 0.32

精神科护士中症状自评的各因子分大于2分的大概有10%以上的人数，特别是焦虑、抑郁以及躯体化，分别是27.8%、27.8%、33.33%；普通内科护士中超过同组人数10%以上的只有抑郁和躯体化。见表2。

表2 普通内科与精神科护士症状自评的各因子分均 > 2 的人数对比

因子	普通内科护 ± (22名)	精神科护 (18名)
偏执	1	2
恐怖	1	2

敌对	1	3
焦虑	1	5 (27.8)
抑郁	1	5 (27.8)
人际关系	1	3
强迫	1	2
精神病性	1	3
躯体化	2	6 (33.33)

3 结论

从症状自评量表的得分结果明显可以看出工作在精神病院的护士其评分要明显高于其他科室的护士。这一结果就说明,精神科的护士要比常人存在着更多的心理问题,同时也承受着很大的心理压力。

3.1 影响精神科护士心理健康的因素

(1) 源自社会的因素。当前社会对护理的重视程度不高,特别是精神科的护士,加之对精神方面疾病的认识少。从而导致社会中大部分人都会认为精神病患者会存在偏执心理,并且还还对精神科工作的护理人员也存在偏见。尤其是工作在精神科一线的工作人员其择偶时都会被歧视。

(2) 物质因素。精神科的护士其承受着更多的心理与工作压力,但与其它方面的医院比起来福利待遇以及薪资水平等都比较低,长时间下去,难免会产生不平衡感。

(3) 日常工作的特殊性。由于精神科护士长时间与一些特殊人群沟通。有很大一部分精神病患者在不受精神支配的基础上,会出现伤人、冲动等行为,但面对这些,护士只能选择忍受。并且还有一些老年痴呆、精神衰退等病人,精神科的护士不仅要完成日常的护理工作,还需照顾这些患者的日常起居。

(4) 自身的因素。大部分精神科护士都毕业于一般的护理院校,上学时未接受专业的精神科护理培训便走上了这一特殊岗位,所以很多新上任的护士不习惯使用心理学知识进行自我完善、调节以及平衡心态,所以长时间工作以后将会产生非常大的心理压力。

(5) 职位晋升的压力。因为精神科护士其工作内容较为单一,其接触的护理技能以及护理知识和其它综合性保护的护士比起来要少很多,因此在职称考试当中就会很受影响,从而导致在精神科工作多年之后才可能有机会晋升。

【参考文献】

- [1] 胡肃豫. 精神科护士心理压力调查分析及对策 [J]. 调查研究, 2017(08):47-49.
- [2] 聂明. 精神病医院护士心理健康状况及影响因素研究 [J]. 内蒙古医学杂志 2014(46):457-458.
- [3] 李玉皎. 精神分裂症住院患者家属的心理健康状况及护理干预措施 [J]. 中国社区医师, 2018, 34(16):158-159.

(6) 家庭子女的因素。精神科的护士不仅是医院的一名员工,还在家庭中扮演着子女、妻子等角色。面对考试、工作的压力,他们通常会有一些职业病,比如在家遇到一对小事就很难控制情绪,严重者还会有强迫症,假如家人们不能予以理解,将会促使他们产生焦虑症。尤其对于一些处于妊娠期的精神科护士在怀孕期间害怕受到患者的伤害,上班时就会不自觉的产生压抑、焦虑。

3.2 策略

(1) 提高对精神护理工作的重视。向社会大众普及心理卫生意识,帮助他们摘掉对精神病患者的有色眼镜。尤其要明确精神科医院护理工作的重要性与特殊性。给予精神科护理人员相应的理解与支持,进而保证他们安心的工作。

(2) 提高精神科护士的心理素质。定期组织护理人员听讲座,以提高他们对自身心理压力的承受性,改善护士的心理健康水平。并且还要积极培育他们的兴趣爱好,时常组织一些旅游、爬山等户外活动。

(3) 改善工作环境。安装全方位、全角度的监控设备,这样可以方便护士更清楚、方便的了解病人情况,进而大大提高工作效率。病区环境要尽可能保持团结、和谐,一个良好的工作环境能够让护士更好地投入工作,有效降低工作风险。

(4) 科学排班。介于精神科属于一种特殊科室,其上班压力非常大,科室领导人员应综合护士的具体情况,合理进行排班,比如哺乳期、妊娠期等不能上夜班。对于夜班护士其上班前后都要保证有充足的睡眠,进而确保身心处于良好的状态。

(5) 提高业务素质。伴随着知识技能的更新,对精神科护士的要求越来越高,精神科的护士需不断提高自身技能,勤参加学习培训,平日里也要加强练习,这样才能适应日新月异的改变,缓解工作压力。

4 结束语

总之,医院的精神科护士可能存在强迫症、抑郁、焦虑等心理问题,管理人员以及护理人员本身应给予高度重视,积极采取有效措施,抑制心理问题的产生。