

心理护理对老年抑郁症患者临床效果的影响

吴洁¹ 肖劲光²

1 湖北科技学院附属第二医院护理部 湖北咸宁 437100

2 湖北科技学院附属第二医院老年科 湖北咸宁 437100

摘要: 目的: 分析探索老年抑郁症患者临床护理过程中采纳心理干预对治疗效果的影响。方法: 研究入组样本均选自2021年10月至2022年10月期间, 在我院进行住院治疗的老年抑郁症患者, 共计人数120例, 采用随机数字表方法进行分组, 均分为两组, 统计不同护理干预后两组患者焦虑评分、抑郁评分、睡眠质量评分、生活质量评分、护理满意度数据差异。结果: 给予心理干预的研究组患者焦虑评分(43.87±1.37)抑郁评分(43.45±1.28)睡眠质量评分(7.34±1.60)生活质量评分(79.87±3.23)护理满意度数据(96.67%)相比另一组焦虑评分(49.50±2.70)抑郁评分(50.72±2.34)睡眠质量评分(10.47±2.68)生活质量评分(70.13±3.29)护理满意度(80.00)存在显著差异, 体现 $P < 0.05$ 表明统计学意义。结论: 抑郁症老年患者在治疗过程中采用心理护理干预, 可有效改善患者心理状态, 提高生活质量, 减轻患者家庭压力, 临床应用价值良好, 对此措施建议广泛应用。

关键词: 心理护理; 老年抑郁症; 治疗效果; 影响分析

The influence of psychological nursing on clinical effect of elderly patients with depression

Jie Wu¹, Jingguang Xiao²

1. Nursing Department of the Second Affiliated Hospital of Hubei University of Science and Technology. Xianning 437100, Hubei

2 Department of Geriatrics, the Second Affiliated Hospital of Hubei University of Science and Technology. Xianning 437100, Hubei

Abstract: Objective: To analyze and explore the effect of psychological intervention in the clinical care of elderly depression. Methods: The enrolled samples were selected from the elderly patients with depression who were hospitalized in our hospital from October 2021 to October 2022, a total of 120 patients, and were divided into two groups by random number table method. Statistical difference of anxiety score, depression score, sleep quality score, quality of life score and nursing satisfaction data between the two groups of patients after different nursing interventions. Results: Study group given psychological intervention patient anxiety score (43.87 ± 1.37) depression score (43.45 ± 1.28) sleep quality score (7.34 ± 1.60) quality of life score (79.87 ± 3.23) care satisfaction data (96.67%) compared with another group anxiety score (49.50 ± 2.70) depression score (50.72 ± 2.34) sleep quality score (10.47 ± 2.68) quality of life score (70.13 ± 3.29) care satisfaction (80.00), A presentation of $P < 0.05$ indicates statistical significance. Conclusion: Psychological nursing intervention in elderly patients with depression can effectively improve their psychological state, improve their quality of life, reduce their family pressure, and have good clinical application value. This measure is widely used.

Keywords: Psychological nursing; geriatric depression; treatment effect; impact analysis

抑郁症是临床较为常见精神疾病类型, 发病人不受年龄限制, 目前以发展成为世界第4大疾病类型, 相关调查发现其中65岁以上老年人发病率为5%-15%, 现已被我国精神卫生工作作为重点方向。发病后患者会出现不同程度的思维缓慢、睡眠障碍、食欲减退等症状, 导致生活质量下降, 部分患者伴有轻生心理, 加重家庭压力^[1]。目前临床治疗以抑制药物对疾病进行控制, 但部分患者用药后效果欠佳, 经大量研究统计分析, 科学、有效、针对性心理疏导有助于舒缓患者心态、提高睡眠质量, 从而改善治疗效果。基于此, 我院将心理护理应用于老年抑郁症患者临床中, 为临床医学提供数据参考, 具体内容详见下文。

一、资料与方法

1.1 一般资料

研究入组样本均选自2021年10月至2022年10月期间,

在我院进行住院治疗的老年抑郁症患者, 共计人数120例, 采用随机数字表方法进行分组, 均分为两组, 对照组男女例数: (38例、22例), 患者年龄: (58-74)岁, 均值: (63.45 ± 2.67)岁, 研究组男女例数: (39例、21例), 患者年龄: (59-74)岁, 均值: (63.78 ± 2.57)岁, 所有患者均符合抑郁症诊断标准, 临床数据完整, 其中无原发性严重精神疾病者、认知功能障碍者、并发恶性肿瘤类疾病者、脏器功能不全者, 并获得患者及家属支持, 在签订知情同意后开展研究, 基本资料差异($p > 0.05$), 符合实验要求。

1.2 方法

两组患者均实施我院常规护理, 包括: 病房环境护理, 日常生活指导, 帮助患者合理规划睡眠时间, 注意患者饮食需求, 确保患者治疗期间营养均衡, 叮嘱患者按时、按

量用药，经常进行户外活动，按时进行病房打扫，消毒，经常开窗通风，确保环境舒适^[2]。

研究组在此基础上进行心理护理干预，具体方法为：

1) 建立心理患者干预小组：参与此次心理护理干预人员要求：精神状态积极乐观、服装整洁、具有良好沟通能力、微笑服务。并开展抑郁症疾病相关知识以及心理学知识学习，提高护理人员专业素质，确保心理护理有效实施^[3]。2) 非语言心理护理：患者入院后带领患者及家属了解医院环境，并采用温和语言方式为患者介绍科室、病房、检查区域所在，以舒缓环境陌生所带来的紧张感，以及陌生感^[4]；带领患者进入病房，适当根据患者要求对病房进行布置，过程中建立有效沟通，了解患者心理状态，并根据患者实际情况进行心理评估，以便于后续护理有序实施^[5]。加强对患者日常生活中危险物品管理，防止患者出现自伤行为，并对患者日常用水温度进行控制，保持 45-50 度为宜，避免患者发生烫伤；3) 心理认知指导：待患者情况稳定后，进行健康知识普及，采用一对一方式为患者说明抑郁疾病机制，按时、按量用药的重要性，使患者产生正确认知，能够自我控制情绪提高依从性^[6]。建议患者多与积极乐观病友进行沟通交流，吸取对方治疗经验，积极乐观面对生活；护理人员多与患者分享我院真实治疗成功案例，鼓励安慰患者，并为患者建立治疗信心，说明积极乐观态度，有利于疾病尽快康复。4) 多方面心理干预：大部分老年抑郁症患者缺乏家庭关注，易产生孤僻、恐惧、焦虑、抑郁等情绪，此时护理人员应对鼓励患者表达内心真实感受，过程中耐心倾听，给予患者充分尊重、理解。采用握手、轻拍患者肩部等方式为患者提供安全感。指导患者适度宣泄情绪，舒缓不良情感。并引用音乐疗法、放松疗法，移情方法，平和患者心态，达到辅助治疗的目的^[7]。5) 睡眠指导：部分患者对作息习惯不能合理安排，易造成日间多睡，夜间睡眠质量下降现象，因此，护理人员应较强对日间患者管理，指导患者适度进行有氧运动，多去户外散步、增加

与积极乐观患者沟通交流，形成良好医疗氛围，同时达到良好规律生活、作息习惯^[8]；对夜间病房灯光进行调节，合理使用窗帘，对夜间走路音量、说话音量进行控制，尽量减少夜间仪器使用，避免仪器噪音影响睡眠质量，为患者营造良好睡眠环境，达到良好睡眠效果^[9]；提高夜间巡视次数，规范化使用床栏，防止患者发生坠床现象，加重病情。6) 家庭支持：采用多种手段（座谈会、视频、健康手册等）指导患者家属了解抑郁疾病、治疗方法、家庭支持对疾病恢复的意义及价值，同时建议患者家属规避不良语言、行为，防止患者受到刺激，影响治疗效果，并针对家庭护理进行具体说明，营造和谐温馨家庭环境，使患者在出院后，逐渐恢复正常生活，从而提高生活质量^[10]。

1.3 观察指标

对所有参与者焦虑评分、抑郁评分（运用我院自制焦虑、抑郁量表进行评分，分值 10 分，且分数越高表明焦虑、抑郁越严重）、睡眠质量评分（采用匹兹堡睡眠质量评估进行评分分数越低说明睡眠质量越好）生活质量（运用生活质量评测问卷对患者物质生活状态、社会功能、心理功能、躯体体能进行评分，分值 100 分，且分数越高表明生活质量越好）评分、护理满意度（运用满意度调查问卷进行评价）数据进行整理归纳，并对此做详细阐述，同时作为观察指标。

1.4 统计方法

实验所有数据全部借助专业系统软件 SPSS14.0 处理，实验人员对患者护理后的观察结果进行了详细地记录，当中计数数据运用（ $\bar{x} \pm s$ ，%）代替，两组差别比照运用 t、 χ^2 检测。若两组比照结果 $P < 0.05$ ，则说明实验价值显现。

二、结果

2.1 本次研究结果显示：研究组患者，焦虑、抑郁、生活质量、护理满意度数据与另一组之间差异显著，且呈现出较高优势性，组间差异体现 $P < 0.05$ ，说明实验价值。具体数据详见下表。

表 1 对比两组患者相关数据（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	例数	焦虑评分		抑郁评分		生活质量评分		护理满意度数据 (%)
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	
研究组	60	58.51 $\pm$ 5.38	43.87 $\pm$ 1.37	63.36 $\pm$ 6.32	43.45 $\pm$ 1.28	65.41 $\pm$ 4.21	79.87 $\pm$ 3.23	58 (96.67)
对照组	60	58.44 $\pm$ 5.31	49.50 $\pm$ 2.70	63.40 $\pm$ 6.24	50.72 $\pm$ 2.34	65.40 $\pm$ 4.38	70.13 $\pm$ 3.29	48 (80.00)
P		>0.05	< 0.05	>0.05	< 0.05	>0.05	< 0.05	< 0.05

2.2 研究组及对照组护理前睡眠质量依次为：(15.64 $\pm$ 5.47) 分 (15.71 $\pm$ 5.38) 分，护理后数据依次为 (7.34 $\pm$ 1.60) 分、(10.47 $\pm$ 2.68) 分，组间差异体现 $P < 0.05$ ，说明实验价值。

三、讨论

迄今为止，在治疗抑郁疾病领域尚未有特效治疗药物，现有药物可对部分患者达到良好治疗效果，仍有部分患者用药后，治疗效果欠佳，相关研究发现，科学对症护理有助于缓解患者症状，提升治疗效果。心理护理是以患者为中心、以心理指导为基础的针对性心理护理措施，在老年抑郁症患者应用中，通过与患者建立有效沟通交流，了解患者心理状态，指导患者宣泄内心情感，使患者感受到被理解、被安慰，并给予患者精神支撑、情感支持，结

合健康教育方式纠正患者对疾病错误认知，使其能够正视自身疾病。运用放松疗法、音乐疗法，促进患者保持平和心态，同时加以对患者生活习惯、作息习惯合理规划，营造良好夜间睡眠环境，达到优质睡眠质量。最后为患者家属进行护理指导，使患者出院后，在家属协助下逐渐恢复正常生活，从而提升生活质量，患者及家属对此护理措施表示高度认可，并给予较高护理满意度评价。本次研究中，研究组患者焦虑评分为 (43.87 $\pm$ 1.37) 抑郁评分为 (43.45 $\pm$ 1.28) 明显优于对照组 (49.50 $\pm$ 2.70) (50.72 $\pm$ 2.34)，表明心理护理在改善患者焦虑、抑郁不良情绪方面作用显著，同时生活质量数据 (79.87 $\pm$ 3.23) 与对照组 (70.13 $\pm$ 3.29) 差异明显，说明患者物质生活状态、社会功能、心理功能、躯体体能方面均有不同程度提升，护理效果理想，同时护理满意度数据 (96.67%) 显高于 (80.00) 另一组数据，说

明整体护理效果获得患者及家属认可。

综上, 心理护理临床应用性、有效性较强, 适合广泛应用。

参考文献:

【1】黄松幼, 蒙凤姬, 王育红. 心理护理干预对老年抑郁症患者临床治疗效果的影响 [J]. 名医. 2020(12): 211-212.

【2】杨雅杰. 心理护理干预对老年抑郁症患者临床治疗效果的影响 [J]. 析基层医学论坛. 2020,24(09): 1261-1262.

【3】冯霞, 于洁, 付成燕. 认知性心理护理对失能老年抑郁症患者自我概念及自尊水平的影响 [J]. 心理月刊. 2022,17(24):101-103.

【4】余小林, 冯宝珍, 董锋云. 认知重建技术在老年抑郁症患者心理护理中的应用效果 [J]. 心理月刊. 2022,17(22): 76-78.

【5】易文娥. 放松训练联合心理护理对老年抑郁

症患者焦虑情绪及睡眠质量的影响 [J]. 世界睡眠医学杂志. 2022,9(09): 1631-1633.

【6】阎婧 (韦华). 探讨心理疏导与精神护理在老年抑郁症患者中的应用分析 [J]. 中国医药指南. 2022,20(15): 45-48.

【7】敖玉, 王刚, 曲健. 认知性心理护理模式在老年抑郁症患者中的影响分析 [J]. 心理月刊. 2022,17(08): 42-44.

【8】冉平, 张秀泉, 赵玉莹. 老年抑郁症患者心理疏导与精神护理的效果观察 [J]. 心理月刊. 2021,16(17): 47-48.

【9】黄秋红, 刘文婷, 卢佩兰. 放松训练联合心理护理对老年抑郁症患者焦虑程度及睡眠的影响 [J]. 名医. 2021(09): 112-113.

【10】黎清俏, 冯杏, 邓剑冲. 以心理特征分析为指导的回输愉快因子式护理对老年抑郁症患者预后的影响 [J]. 中西医结合护理 (中英文). 2021,7(04): 142-144.