

精神科心理护理中的护患沟通技巧分析

努斯来提古丽·艾尔肯

新疆乌鲁木齐第四人民医院(新疆精神卫生中心), 新疆 乌鲁木齐 838102

摘要:目的 分析精神科心理护理中护患沟通技巧的运用与临床作用。方法 选择2018年4月至2019年4月期间,我院精神科收治的108例精神科患者作为研究对象。其中54例患者采取常规措施进行护理(常规组),另外54例患者在常规护理的基础上运用护患沟通技巧(观察组)。对比两组患者的临床效果以及患者对护理人员的满意程度。结果 分析发现,观察组患者的心理状态要明显优于常规组,且观察组患者对护理人员的满意度明显高于常规组($P<0.05$)。结论 精神科患者的护理中,合理运用护患沟通技巧有助于提升沟通的效果,还能够改善患者的心理状态,提高护理满意度,改善护患关系。

关键词: 精神科; 心理护理; 沟通技巧

精神科是医院重要而又特殊的一个科室,精神科的大部分患者存在精神状态不稳定的情况,甚至部分患者缺乏自制能力,具有一定的攻击性。因此,患者的治疗中会出现多种多样的不良情况,如果得不到良好的心理干预与治疗,可能发展为严重的焦虑症、抑郁症等心理疾病。精神科患者的治疗会结合患者的心理状况进行合理的药物治疗与心理疏导,配合有效地心理护理,提升治疗的效果。本次研究分析护患沟通技巧的应用在精神科心理护理中的作用,具体效果报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择2018年4月至2019年4月期间,我院精神科收治的108例精神科患者作为研究对象。根据患者心理护理方式的不同分为常规组和观察组,每组54例,常规组患者采取常规方式护理,观察组患者在此基础上增加护患沟通技巧的运用。常规组54例患者中,男性23例,女性31例,患者的年龄为21~65岁,平均年龄为(49.3±5.5)岁;观察组54例患者中,男性25例,女性29例,年龄为20~64岁,平均年龄为(49.6±5.1)岁。两组患者的一般资料无显著差异($P>0.05$),可进行对比研究。

1.2 方法

常规组患者采取常规方式进行心理护理;观察组患者在此基础上增加护患沟通技巧的使用,具体内容如下:

首先,护理人员在开展心理护理时,要能够充分运用沟通技巧,及时了解并掌握患者的基本资料,计划并制定交流、沟通的内容。同时,护理人员在获取患者及其家属的同意后,结合患者的生理与心理条件,根据患者的工作情况、文化情况以及年龄特点进行沟通。

其次,心理护理中,护理人员可运用开放式的沟通方式,从而更加深入的了解患者,引导患者进行感情的宣泄,进而更清楚患者的病情发展,同时也能够帮助患者改善情绪。在与患者进行开放式的沟通中,要避免指责性、伤害性语言的运用,要能够积极鼓励、安慰患者。另外,护理人员在与患者的沟通中,要合理控制交流的语速,通过目光对视以及基于患者回答问题对患者心理状态的分析。

最后,精神科患者的心理护理中,护理人员既需要掌握语言沟通技巧,还要掌握非语言沟通技巧,包括交谈的距离、视线的角度、肢体语言等等。在与患者的沟通过程中,护理人员要保持好交谈的距离,避免距离过大或过小引发患者的危机感。交谈中,护理人员要能够与患者保持平等的视线,避免长时间盯着患者。另外,护理人员在与患者沟通时,肢体动作不可过多,尤其是避免指示性的手势动作。

1.3 观察指标

运用国际焦虑和抑郁自评量表(SAS、SDS)实现评价,从而对比两组患者的干预后心理状态。同时,运用医院自制的的生活量表调查患者的生活质量,最高分为100分,患者的

得分越高,其生活质量越高。另外运用医院自制的问卷,对比两组患者的护理满意度。

1.4 统计学方法

本次研究整理两组患者的各项数据后,运用SPSS21.0进行统计学分析,其中计量资料采用($\bar{x} \pm s$)标准差表示,计数资料则使用百分比(%)表示,分别运用t与 χ^2 进行检验, $P<0.05$ 表示差异具有统计学意义。

2 结果

调查结果显示,观察组患者的心理状态、生活质量评分明显优于常规组患者($P<0.05$),差异明显。另外,观察组患者的护理满意度明显较高,差异显著($P<0.05$)。具体数据如表1所示。

表1 两组患者各项指标对比

组别	SAS	SDS	生活质量评分	护理满意度
常规组(n=54)	61.85±5.53	62.15±5.41	71.12±5.65	74.07%
观察组(n=54)	42.30±4.55	41.61±4.75	93.05±4.95	94.44%
T/ χ^2	8.9525	10.3006	7.9553	7.0530
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

精神科是医院特殊而又重要的科室,精神科患者是特殊性的群体,心理脆弱、缺乏安全感,常表现出焦虑、紧张、恐惧、暴躁等,对于医生、护理人员的敌意较大。因此,护理人员的心理护理非常重要,通过沟通技巧的合理运用,有助于提升护理的质量,改善患者的病情。在不同患者的护理中,护理人员要能够采用不同的方式。对待躁动类患者时,护理人员要具备安全防范意识,沟通中保持一定的安全距离,确保安全。对待幻觉妄想类患者时,要以肯定的话语认可患者的感觉,同时引导患者认识到自身的病态表现,从而提升他们的配合性。对待抑郁、焦虑患者时,可重复多次语言,放缓语速和动作,及时给予患者回应。在本次研究中,观察组患者的心理状态、生活质量评分以及护理满意度均明显高于常规组($P<0.05$),综上所述,沟通技巧在精神科心理护理中有着良好的应用,适宜推广应用。

参考文献

- [1]陈娟,孙扬,谭海燕.护患沟通技巧在产科应用中的护理体会[J].实用妇科内分泌杂志(电子版),2018(16):51-51.
- [2]边冬田.护患有效沟通的技巧在临床护理中的应用[J].临床医药文献电子杂志,2018(35):2260-2260.
- [3]林春燕,陈亚林,丁万涛.精神障碍患者治疗过程中心理护理探索与伦理反思[J].温州医科大学学报,2019(6):459-460,465.

作者简介:

第一作者:努斯来提古丽·艾尔肯(1992-11-9),女,民族:维吾尔族,籍贯:新疆,学历:大专,单位:新疆乌鲁木齐第四人民医院(新疆精神卫生中心),职称:护师,研究方向:精神科心理护理。