

# 放松式心理护理对老年白内障患者术前焦虑及血压的影响分析

黄梅

湖北民族大学附属民大医院 湖北恩施 445000

**摘要：**目的：分析放松式心理护理对老年白内障患者术前焦虑及血压的影响及临床改善效果。方法：本次研究对象共 70 例，均为 2020 年 1 月到 2021 年 2 月期间在本院接受白内障手术治疗的患者，按照随机抓阄法均分为两组各 30 例，分别为观察组（放松式心理护理）和对照组（常规护理干预）。结果：观察组患者焦虑不良心理状态改善效果整体优于对照组，且观察组患者在手术治疗中的心理状态更为稳定，差异具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。结论：放松式心理护理对老年白内障患者术前焦虑的改善效果更为理想，且术中患者的各血压指标检测更为稳定，值得推广应用。

**关键词：**放松式心理护理；老年白内障；焦虑

随着人口老龄化的到来，白内障的发病率也呈现出逐年递增的现象，主要以视力逐渐降低为特征，临床中以外科手术为主<sup>[1]</sup>。然而，白内障患者普遍年龄偏大，受文化程度有限，出于对疾病及手术治疗的位置，难免会产生紧张焦虑等不良心理状态，不但对手术治疗的顺利开展造成影响，还容易导致患者发生应激反应，影响最终的临床疗效<sup>[2]</sup>。鉴于此，本文就放松式心理护理对老年白内障患者术前焦虑及血压的影响进行分析，现将结果报告如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

本次研究对象共 70 例，均为 2020 年 1 月到 2021 年 2 月期间在本院接受白内障手术治疗的患者，按照随机抓阄法均分为两组各 30 例，分别为观察组（放松式心理护理）和对照组（常规护理干预）。观察组患者男女 11:9，年龄 46 到 73 岁，平均（ $66.47 \pm 5.38$ ）岁；对照组患者男女 12:8，年龄 47 到 73 岁，平均（ $65.89 \pm 5.42$ ）岁。两组的年龄及基线资料经统计学分析对比无明显差异性（ $P > 0.05$ ），具有可比性。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 对照组

对照组患者实施常规的护理干预，全方面掌握患者的健康状况，注意患者体温、血压、及大便的正常现象，指导患者如何正确的咳嗽，做好充足的术前准备工作。

#### 1.2.2 观察组

观察组患者在对照组基础上实施放松式心理护理，可通过播放轻缓愉快的音乐营造一个轻松的诊疗氛围，让患者有一个放松的效果，特别是民歌及摇篮曲等让人放松的效果更是翻倍。在此过程中还能够穿插相声及小品等交替播放，最好是配合患者的兴趣爱好等，达到分散患者注意力的效果。或者通过指导患者沉思来转移方向，让患者在沉思的过程中达到放松的效果，选择对于患者来说有意义的问题或短语，让患者重复磨练分散注意力。同时还可以指导患者正确的深呼吸，在深吸后慢慢的呼出，嘴巴紧闭使用鼻子通气，用嘴巴将气体呼出，平复内心波动。还可以将患者的注意力进行转移，集中在某一特定地点，以此来达到放松的效果，甚至产生沉重感和温热反才算是达到标准，指导患者将注意力保持在左手或右手之上，然后依次对各个位置反复训练，能够有效平复患者的心理状态，保持一个正常的情绪面对手术治疗。

### 1.3 观察指标

使用焦虑（SAS）标准评估患者心理状态改善效果，同时记录两组患者在手术操作中的舒张压、收缩压、及心率各指标的变化情况。

### 1.4 统计学方法

采用 SPSS21.0 分析，计量资料以（ $\bar{x} \pm s$ ）表示，经  $t$

检验，计数资料经  $\chi^2$  检验，以（%）表示，差异有统计学意义为  $P < 0.05$ 。

## 2 结果

护理前，两组患者的 SAS 评分分别为（ $58.62 \pm 11.37$ ）分、（ $58.79 \pm 11.54$ ）分，护理后，观察组 SAS 评分（ $40.13 \pm 10.26$ ）分、对照组（ $52.87 \pm 11.95$ ）分，得出结果（ $t = 0.057, 4.130, P = 0.954, 0.000$ ）；可见观察组患者焦虑不良心理状态改善效果整体优于对照组，差异具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。

观察组患者舒张压为（ $70.25 \pm 4.13$ ）mmHg、收缩压为（ $113.96 \pm 5.47$ ）mmHg、心率为（ $83.11 \pm 8.74$ ）次/min，对照组患者舒张压为（ $76.89 \pm 6.24$ ）mmHg、收缩压为（ $124.85 \pm 5.33$ ）mmHg、心率为（ $98.25 \pm 7.39$ ）次/min。得出结果（ $t = 4.860, 7.809, 7.407, P = 0.000, 0.000, 0.000$ ）；可见观察组患者在手术治疗中的心理状态更为稳定，差异具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。

## 3 讨论

白内障是致盲性眼病的主要代表，以中老年人群居多，由于年龄的特殊性，患者的心理承受能力较差，而且机体抵抗力也大为降低，对于手术的耐受性也相对较差，在面对陌生环境及手术器械的时候，更是容易产生术前焦虑等，对最终的手术效果造成影响<sup>[3]</sup>。

随着社会经济的发展，人们的生活水平和质量也在不断的提升，大家对于健康的关注度也是原来越高，传统的临床护理已经无法满足大家的健康需求<sup>[4]</sup>。现如今，临床中越来越注重患者心理健康的发展，在确保临床疗效的同时，让患者达到身体健康和心理健康同步前进。而且老年白内障患者如果在术前情绪过于紧张，精神状态保持高度紧绷状态，会导致交感神经处于兴奋状态，继而导致患者出现心率过快及血压升高等现象，对其手术治疗的顺利开展及临床疗效造成一定的影响。

综上所述，放松式心理护理对老年白内障患者术前焦虑具有较好的缓解效果，而且还能够避免术中血压过高现象的发生，值得推广应用。

## 参考文献

- [1] 徐榕, 崔凌亚. 心理护理干预对老年性白内障伴高血压患者围术期血压影响的研究[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4 (023): 90, 95.
- [2] 晏萍. 心理护理干预对老年白内障患者术中心理情绪及并发症率影响观察[J]. 饮食保健, 2019, 006 (015): 12-13.
- [3] 李海燕. 术前心理护理干预对老年性白内障手术患者的影响[J]. 基层医学论坛, 2019, 023 (006): 821-822.
- [4] 穆彦辰. 探讨术前心理护理干预对行老年性白内障手术患者的影响[J]. 中国医药指南, 2019, 017 (027): 347-348.