

# 临床心理护理学发展的探究

赵浪云 吴帆 秦平勇

(武警部队贵州省总队医院 贵州贵阳 550005)

**摘要:** 经过长期的发展和改革,我国临床护理学研究取得了一定的突破,针对不同患者的护理诉求提出了多样化的护理模式,能够有效提高临床护理质量。临床心理护理学作为主要研究内容之一,旨在通过借助专业的心理学知识,帮助患者缓解消极、抑郁等不良情绪,提高其接受治疗的依从性。而通过近些年开展临床试验,以及学术研究,总结出了较为系统的临床心理护理方案。本文主要从平常人心理发育过程,心理影响因素,怎样运用心理护理学维持患者正常健康心理几个角度解析。

**关键词:** 心理学;身心健康;心理护理

On the development of clinical psychological nursing

Zhao Langyun

(Guizhou Provincial Crops Hospital of Armed Police Force ,Guizhou,China550005)

**Abstract:** After long-term development and reform, China's clinical nursing research has made some breakthroughs, and put forward diversified nursing models according to the nursing demands of different patients, which can effectively improve the quality of clinical nursing. Clinical psychological nursing, as one of the main research contents, aims to help patients alleviate negative, depression and other bad emotions and improve their compliance with treatment through the help of professional psychological knowledge. Through clinical trials and academic research in recent years, a more systematic clinical psychological nursing scheme has been summarized. This paper mainly analyzes the psychological development process of ordinary people, psychological influencing factors, and how to use psychological nursing to maintain patients' normal and healthy psychology.

**Key words:** Psychology Physical and psychological health Psychological nursing

## 一、人类心理发展的影响因素

随着我国医疗领域深入的研究,提出了诸如人性化护理、精细化护理,以及心理护理等多种可以进一步改善患者病情的护理行为。其中心理护理可以对患者的情绪产生影响,同时具备一定的导向性,医护人员通过为患者提供心理护理服务,可以有效提高患者面对疾病时的积极性。而健康心理学的发展,是我国现代医学发展的表征,可以有效提高治疗效果。当然,通过医护人员对患者提供必要的心理护理,可以帮助其树立积极、健康的心理观念,对其产生的影响是长期的,带有一定的可持续性。

### 1.人格的生物学基础研究

人格研究领域涵盖的内容角度,而其中较为重要的一个研究方向是生物基础对人格形成和发展的作用,通过对该领域的研究,可以为临床心理学护理提供必要的理论参考。

具体来看,生物学派的学者认为一个人的人格主要收到遗传、大脑结构等因素的影响,而其成长过程中所积累到的经验,只会对其人格的形成产生细微的影响。而部分学者通过实验研究还提出个人经验完全不会对个人人格的形成产生任何影响。而为了实现临床心理学护理的预期效果,有必要进一步理解人格的生物和遗传基础。“健康”和“疾病”是推动医学发展的两个关键词,而早期医学范式中的“疾病概念”几乎百分之百被认为是生物医学模式的。受制于社会经济发展水平,生物医学“症状”及其对生物机体功能的损害,作为其关注的核心,高度强调在疾病发生后的干预与治疗导向。

### 2.精神医学相关研究

通过人类医学发展历进行研究可以发现精神医学对促进医学整体发展有着极为深远的影响。从精神医学具体的研究来看,主要是从生物学视角下观察人的躯体,以及患者所患疾病和生物学的内在联系。而临床医学发展历史上正式提出心理学的概念,也是要晚

于精神医学的,但是心理学研究的内容隶属于精神医学的范畴,不过是心理学和精神医学具体研究的方向存在一定差异。就精神医学而言,主要研究精神相关的疾病,以及患者在发病时对社会和周围人所造成的危害,而心理学侧重于对一切和人格、心理过程及其发展相关的内在过程进行研究。和精神医学相比较,心理学的应用面更广泛,针对非精神类疾病患者具有普适性。

### 3.心理与环境问题

心理、环境问题是诱发精神类疾病,或者对非精神类疾病患者造成焦虑、抑郁情绪的本源。根据相关研究的调查结果显示,心理和环境问题多数情况下是由于患者自身收到外界环境的干扰所产生的,打乱了其正常的心理状态,或者是生活节奏引起的。当患者收到上述两个因素的影响时,会对其造成持续性的影响。

### 4.压力因素

从多个角度分析来看,来自不同方面的压力也是导致心理出现问题的因素之一。首先,生活上的压力,或者是生活的环境较为复杂,会导致人的精神维持在高度紧绷的状态,会造成心理问题。而对于在医院就医的患者来说,对自己的病情不了解,或者病情反复都是压力的来源。其次,长期工作在高压环境下同样会导致人的心理状态发生变化。基于上述观点,医护人员需要从心理学角度落实相关护理工作,以保障患者的压力可以得到缓解。

## 二、医学心理学的演变

随着我国医疗卫生水平的提升,以及国民生活条件的改善,对护理服务提出了更高的要求。为满足相应的心理护理需求,全军一些医院及疗养院相继成立心理咨询室。通过多种途径对综合性医院广大医务人员及市民、农民进行了大量的医学心理学知识教育和普及工作,逐步改变了以往单纯生物学观念,推动了心理护理学的发展。

### 1、医学模式的转变

(1) 科研成果丰硕、人才培养成效显著。

根据统计结果显示,医学心理学专业人员培养取得了较大的成绩,目前在三所军医大学均已开设医学心理学课程,并设立心理学硕士及博士学位授予点,为我军培养了一批医学心理学的高层次人才。而和心理护理相关的工作也在有序开展,其中最早可以追溯到上个世纪五十年代左右,我国空军在选拔飞行员的过程中创新性的导入了心理专项选拔。作为我国最先开始执行心理专项选拔的军事领域,通过心理专项选拔可以保障飞行员的心理素质适合的,无论面对任何状况都可以保持理性。而具体的心理专项选拔流程,是基于三个平台开展的,对参选飞行员的心理进行全面测试。而到了2006年开始,在心理专项选拔的不断发展下,经完善的选拔机制被应用到了全国范围,主要面向应征公民心理检测工作。

(2) 在开设心理健康教育课程后,还加强了和基层的联系,定期组织医学心理学专家到基层进行普及宣传教育,从心理学的基础概念,再到如何自行判断是否患上心理类疾病,以及如何调整心态等,促进基层官兵对心理健康关注和重视。宣传形式上,除宣讲会外,目前还在官网上开设有网络教育平台和咨询室,可以有效提高心理健康教育普及效果。

(3) 据不完全统计,自2003年非典,再到2009年乌鲁木齐7.5事件的救援,再加上针对维和官兵、奥运安保官兵、阅兵人员的心理干预服务,通过落实心理实践,可以切实提高心理医生的专业素养,为其应对各类问题积累足够的经验。

#### 2. 专业人才培养已经在线

(1) 专业人才模式围绕切实提高人才综合心理护理素养为核心,对现有教育教学资源进行了整合,同时提出了具有实践价值的教学方案,将理论教学和实践相结合。而在人才性质上,主要是以培养高素质的部队心理医生为主,课程涉及的护理对象也主要是针对部队官兵的。

(2) 加强医学心理学的基础理论与临床研究。在现有教学模式的基础上探究应用于心理护理的新理念和新方法,探究了心理护理联合药物治疗、心理护理视角下沟通话语,以及战备阶段心理护理服务等领域,为全面提高部队心理护理水平进行研究。

### 三、心理护理学运用方法

在实际运用心理护理学的过程中,还是要重视全面性和引导式两个因素。在全面性上,要综合分析心理护理学的理论基础,制定出可以全面提高学生心理素养的方案。而在引导式上,在运用心理护理学时要侧重于引导,而不是强制性的教育,让学生可以自主意识到保持心理健康的必要性。

#### 1. 临床预见性心理问题预防运用

(1) 定期组织开展集体研讨会,围绕生活护理、疼痛护理,以及心理护理三个主要因素进行分析,结合实际案例解析在落实各项护理措施时存在的问题,相互之间讨论,制定出相应的改革方案。

(2) 生活护理流程化,基于时间节点落实相应的护理服务。在实际落实生活护理的过程中,要以患者的病情为根本制定护理方案,实施相应的护理行为。

(3) 无痛护理规范化。原则与目标:落实无痛护理是以提高患者舒适度,减轻疾病对其造成影响为根本目标的。在实践各项护理措施时要和患者进行必要的沟通,根据其口头表述确定疼痛等级,及时给予对应剂量的止痛药进行控制。同时,定时和患者进行

心理护理,针对患者出现的不同情绪进行引导。评估疼痛频率:采用持续疼痛评估内容,主要参考患者的口头表述、面部表情,以及临床不良反应,评估其实际疼痛等级。

#### 2. 运用心理健康调查表

调查常见心理、精神症状及生活压力、学习、专业、就业等与心理健康相关的问题。后期前后对比很重要。如:压力大、心烦、抑郁、记忆力差、嗜睡等发生率>20%,分别为39.39%、35.76%、22.73%、20.91%、20.61%。失眠、健忘、紧张、敏感、易怒、空虚、悲伤、胆怯等发生率在20%~10%之间。健康教育前发生率>20%的各症状分别降为:疲劳7.58%,畏寒9.39%,易热多汗5.76%,头痛10.91%;压力大与心烦下降但比例仍较高,为27.27%、22.12%。经常感觉抑郁者降至6.36%,记忆力差9.09%,嗜睡7.58%。

#### 3. 运动健身的指引

根据相关医疗卫生机构的调查报告结果显示,加强体育锻炼,注重参与体育锻炼的频次和时长可以有效提高患者的身心健康。而从具体的锻炼项目上来看,首先是基础性锻炼,主要目的是为了通过锻炼来转移患者的注意力,从而达到缓解其焦虑情绪的目的。而为了实现预期效果,可以导入中医健体教育,诸如太极拳、八段锦等项目,不会对患者身体造成过重的负担,但是可以达到预期的锻炼效果。其次,对于不同年龄、病程的患者,应当结合其基础素养以及疾病种类,制定针对性的锻炼方案,要求其每天坚持利用20-30分钟的时间参与锻炼。

基于我国传统医学研究得出的结论来看,将患者的身体和精神结合在一起,通过锻炼身体的形式可以帮助患者提高身体素质,增强免疫力。而从心理学角度来分析,则可以按住患者调节情志,舒缓消极的情绪,面对疾病时会更加积极的配合各项治疗措施。

#### 结束语

通过对临床心理护理学进行更加深入和系统的研究,可以总结出完整的心理护理方案,对改善患者病情发展具有极为现实的意义。从医护人员角度而言,在为患者提供心理护理服务的过程中,一方面需要提高对专业心理学知识的了解,另一方面则要落实区别化心理护理方针,即面对存在不同心理问题的患者需要落实针对性心理护理措施。总体上看,心理护理对于缓解患者心理压力,提高其依从性具有显著的效果,临床实践过程中需要提高对细节的把控,同时对各项心理护理措施进行完善,才能够满足预期的护理效果。

#### 参考文献:

- [1]孙霖. 临床心理护理研究进展[J]. 2020.
- [2]周祎. 试论护理心理学在临床护理中的应用[J]. 首都食品与医药, 2019, 26(18):2.
- [3]张小红. 人本位护理在手术室的应用体会[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019.
- [4]刘雯. 临床护理路径在神经外科护理中应用的效果观察[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019(3):2.
- [5]左晶晶, 王婷, 钱珺. 临床心理护理研究的词频分析和共词聚类[J]. 泰山医学院学报, 2020, 41(12):2.
- [6]刘润琳, 张晶惠. 心理测量对临床心理护理的指导作用[J]. 糖尿病天地, 2020年17卷6期, 236-237页, 2020.