

预见性护理干预在改善整形美容者的焦虑和抑郁心理的效果

王雪情

(成都中医药大学附属医院 四川 成都 610100)

【摘要】目的: 探讨对整形美容者进行预见性护理干预对于改善其焦虑、抑郁心理的护理效果。**方法:** 对照组为常规护理干预, 观察组则联合运用预见性护理干预。**结果:** 2组护理前经统计 SAS、SDS 量表评分均较高 $P > 0.05$, 经护理后观察组的 SAS、SDS 量表评分均低于对照组 $P < 0.05$ 。**结论:** 对于整形美容者进行预见性护理干预能够有效改善其焦虑及抑郁心理。

【关键词】 整形美容; 预见性护理干预; 焦虑; 抑郁

近年来, 随着人们物质生活水平的提升, 对于容貌美观度也有了更高的要求, 特别是随着整形美容技术的不断提升以及器械设备的更新, 近年来接受整形美容的人数不断增多。然而整形美容的本身也具有一定的创伤性, 再加上部分患者由于对术后期望过高或担忧手术疼痛及麻醉等, 使得焦虑、抑郁情绪显著^[1], 这对整形美容者的手术开展和整形效果均产生一定影响, 所以还需做好整形美容者的科学护理来缓解其焦虑、抑郁心理。以下将分析对整形美容者运用预见性护理干预在缓解其焦虑、抑郁心理中的实际效果。

1 资料以及方法

1.1 临床资料

抽取 2018 年 6 月~2020 年 11 月本院 74 例整形美容者, 依据随机数字表法分组, 观察组: 37 例, 男 6 例 / 女 31 例; 年龄 20~52 岁, 均值为 (32.6 ± 0.3) 岁; 受教育水平: 高中及以下 9 例, 高中以上 28 例。对照组: 37 例, 男 7 例 / 女 30 例; 年龄 20~51 岁, 均值为 (32.5 ± 0.4) 岁; 受教育水平: 高中及以下 10 例, 高中以上 27 例。2 组各项基础资料具备可比性 $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组为常规护理干预, 即进行整形美容知识宣教, 加强生命体征监测, 并签署知情同意书等; 观察组则联合运用预见性护理干预, 方法为: (1) 健康教育: 就整形美容的相关健康常识详细向整形美容者进行细致耐心的讲解, 与此同时还需充分结合其心理焦虑和抑郁情况, 进行个体化的心理疏导和健康知识宣教。通过语言沟通了解其上述负面情绪产生的根源, 从而给予针对性的心理疏导, 告知其整形美容术的方法、效果、流程以及配合要点, 并讲解可能产生的副作用, 从而使整形美容者做到心中有数, 并帮助其更加全面的了解整形美容术, 从而纠正其错误认知, 并缓解焦虑、担忧和紧张等不良情绪; (2) 术前心理疏导: 在整形美容术前, 可列举近期的成功整形美容案例, 从而帮助整形美容者树立信心, 更好地保持积极向上的心态迎接整形美容手术。与此同时, 还要通过语言沟通帮助其树立科学的整形美容观, 防止整形美容者由于抱有不切实际的美好幻想, 而导致整形美容术后产生极大的心理落差, 使得焦虑、抑郁情绪进一步加重。在术前查房的过程中需要加强语言沟通, 了解并评估其心理状态, 通过语言引导、暗示、鼓励等方式, 使整形美容者能够维持积极向上的态度, 针对其疑问需要做出细致且耐心的解答, 从而解除其术前疑虑, 缓解焦虑情绪;

(3) 术后心理疏导: 待手术后需要向整形美容者详细讲解, 整形美容术可能获得的美容效果与可能发生的副反应或不适应症状, 从而使整形美容者能够更加理性全面的看待整形美容手术。给予整形美容者充分的关怀及呵护, 并做好有效的保护性措施, 对于整形美容者存在的心理问题需要及时的进行语言疏解, 并引导家属给予亲情支持和关怀; (4) 睡眠护理: 叮嘱整形美容者在围手术期需要确保良好的休息和睡眠, 并告知其睡眠过程中可保持右侧卧位。对于接受胸部整形美容术的患者, 叮嘱其睡眠时避免将手直接放于胸前, 防止对胸部形成压迫; (5) 拆除纱

布后护理: 在整形美容者拆除纱布后需要密切关注其心理状态, 对于整形美容者出现对手术效果不满意的情况, 需要警惕其产生激动情绪或行为。应事先准备手术前后拍摄的对比照片, 从而使整形美容者能够更加细致的观察和对比, 向其讲解整形美容手术调整和变化的相关部位, 进而缓解纱布拆除后激动情绪。

1.3 评价标准

2 组患者均于护理前和护理后利用 SAS、SDS (焦虑、抑郁自评量表) 对其焦虑与抑郁心理测评, 得分越高即负性情绪越重。

1.4 统计学方法

文中数据行 SPSS19.0 分析, 数据标准差为 $(\bar{x} \pm s)$, 组间数据行 t/x^2 检验, $P < 0.05$: 有统计学意义。

2 结果

2 组护理前经统计 SAS、SDS 量表评分均较高 $P > 0.05$, 经护理后观察组的 SAS、SDS 量表评分均低于对照组 $P < 0.05$ 。

表 1 2 组 SAS、SDS 量表评分对比 $(\bar{x} \pm s, \text{分})$

组别	例数	SAS		SDS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	37	48.95 $\pm$ 2.06	40.02 $\pm$ 0.25	47.29 $\pm$ 2.05	41.33 $\pm$ 0.13
对照组	37	48.93 $\pm$ 2.08	47.69 $\pm$ 1.95	47.28 $\pm$ 2.06	45.95 $\pm$ 1.85
t 值		0.253	6.197	0.718	5.639
p 值		0.609	0.000	0.529	0.002

3 讨论

近年来接受整形美容手术的人数不断增多, 与此同时整形美容率显著提升, 更多的爱美者希望通过整形美容术来改善面部或身体不足。然而整形美容者往往对整形美容手术的效果具有一定的憧憬甚至幻想, 整形美容者的手术期望值太高或者本身为易过敏体质则术后可能出现不良反应, 再加上疼痛、麻醉药物影响等使得整形美容者的负面情绪加重, 表现为焦虑和抑郁等^{[2]-[3]}。而整形美容者的负面情绪也将进一步对其内分泌和中枢神经等系统形成干扰, 不利于整形美容手术的顺利进行和术后康复, 所以需要关注整形美容者的心理状态, 并做好行之有效的护理服务^[4]。预见性护理干预的应用中能够更有针对性和目的性的为整形美容者提供护理服务, 在评估其焦虑抑郁心理产生根源的基础上进行个体化心理疏导以及健康知识宣教, 有利于缓解其负面情绪并更好地提升依从性。例如本次对比结果显示, 观察组通过运用预见性护理干预, 在护理后观察组焦虑、抑郁情绪评分低于对照组。表明预见性护理干预的应用, 可有效提升整形美容者的临床护理质量。

综上所述, 对于整形美容者进行预见性护理干预, 能够有效改善其焦虑及抑郁心理。

参考文献:

- [1] 孙昇, 黄志群, 潘廷将, 等. 整形美容术求美者体象心理状态调查及针对性护理干预 [J]. 齐鲁护理杂志, 2019, 25(10): 65-67.
- [2] 党伟. 整形美容患者行围手术期心理干预护理分析 [J]. 医学食疗与健康, 2019, 28(3): 129.
- [3] 马琳. 探究循证护理对面部美容整形术后患者的整形效果及满意度的影响 [J]. 饮食保健, 2020, 7(7): 195-196.
- [4] 刘圆平, 颜艳, 王梅. 护理干预对整形美容者的心理影响分析 [J]. 医学美容, 2020, 29(11): 52-53.