

叙事护理在焦虑症患者中对 SAS 评分的效果

刘建秀

(成都市第四人民医院 四川 成都 610000)

【摘要】目的：探析叙事护理在焦虑症患者中对 SAS 评分的效果。方法：择取 2020 年 2 月~2021 年 5 月期间在本院接受治疗的 92 例焦虑症患者作为此次研究的观察对象，根据患者的就诊单号尾数的单双数分成参照组 (n=46) 和干预组 (n=46) 两个组别。参照组采用临床中常用的护理模式对患者实施护理，干预组则在参照组的护理基础上应用叙事护理方式对患者实施护理。对比两组患者实施护理前后的 SAS 评分、生活质量评分以及护理满意度。结果：两组患者实施护理前的 SAS 评分差异较小 ($P>0.05$)，实施护理后，干预组患者的 SAS 评分明显要高于参照组，两组之间的差异为 ($P<0.05$)；两组患者实施护理前的生活质量评分差异较小 ($P>0.05$)，实施护理后，干预组患者的生活质量评分明显要高于参照组，两组之间的差异为 ($P<0.05$)；干预组患者的护理满意度要高于参照组，其组间差异为 ($P<0.05$)。结论：将叙事护理应用在焦虑症患者的护理中，能够有效帮助患者缓解焦虑症状，提高患者的生活质量，且患者对护理的满意度较高，值得在临床中应用及推广。

【关键词】叙事护理；焦虑症；护理效果；SAS 评分

Effect of narrative care on SAS scores in patients with anxiety disorders

Jianxiu liu

(Chengdu Fourth People's Hospital, Chengdu, Sichuan, 610000)

[Abstract] Objective: To explore the effect of narrative nursing on SAS score in patients with anxiety disorders. Methods: The 92 anxiety patients treated in our hospital from February 2020 to May 2021 were selected as the observation subjects of this study, and were divided into reference groups (n=46) and n=46 according to the single and double numbers of the intervention group (n = 46). The reference group adopted the nursing mode commonly used in the clinic to nurse for patients, while the intervention group applied the narrative nursing mode to provide care for patients based on the nursing mode of the reference group. The SAS score, quality of life score and nursing satisfaction were compared between the two groups. Results: SAS scores between the two groups ($P>0.05$). After the implementation of the care, the SAS score of the patients in the intervention group was significantly higher than that of the reference group, and the difference between the two groups was ($P<0.05$). Little differences in QOL scores between the two groups ($P>0.05$). The quality of life score of the patients in the intervention group was significantly higher than that of the reference group, and the difference between the two groups was ($P<0.05$). Patients in the intervention group were more satisfied with care than those in the reference group, and the difference between the groups was ($P<0.05$). Conclusion: Applied narrative nursing in the nursing of anxiety patients can effectively help patients to relieve anxiety symptoms, improve their quality of life, and have high satisfaction with nursing, which is worthy of application and promotion in clinical practice.

[Key words] narrative nursing; anxiety; nursing effect; SAS score

焦虑症在临床中属于精神疾病中的一种，且患病率呈逐渐上升的趋势^[1]。焦虑症患者的主要表现症状为为无明确客观对象的紧张担心，坐立不安，心悸等症状，对患者的日常工作及生活造成严重的影响。临床中对于此类疾病的治疗主要是通过药物干预结合心理护理措施对患者实施治疗，护理措施在焦虑症的治疗中有着重要作用，不仅能够帮助患者改善心理环境，同时能够促进提升患者对治疗的配合度，保障患者的治疗效果^[2-3]。叙事护理属于心理护理方式中的一种，其具有治疗见效快、干预时间较短等优点，更加的符合现代化的高效生活方式。本文将探析叙事护理在焦虑症患者中对 SAS 评分的效果，详见下文。

1 资料与方法

1.1 一般资料

择取 2020 年 2 月~2021 年 5 月期间在本院接受治疗的 92 例焦虑症患者作为此次研究的观察对象，根据患者的就诊单号尾数的单双数分成参照组 (n=46) 和干预组 (n=46) 两个组别。参照组：男、女性患者的例数分别为 26 例、20 例，患者的年龄范围在 20 岁至 56 岁之间，平均年龄为 (36.58 ± 4.23) 岁；干预组：男、女性患者的例数分别为

24 例、22 例，患者的年龄范围在 20 岁至 54 岁之间，平均年龄为 (36.42 ± 4.08) 岁。将两组患者的年龄及性别等基础资料进行组间比较，其差异较小 ($P>0.05$)，可以进行组间对比。

1.2 方法

1.2.1 参照组

参照组采用临床中常用的护理方式对患者实施护理措施，主要包括对患者实施健康知识教育，健康宣教的内容包含可能会引起焦虑症状的原因以及如何缓解焦虑情绪的方法等；对患者实施心理护理干预，实施心理护理干预的主要目的是为了能够改善患者的心理环境，让患者保持良好的心态，促进提升患者对治疗措施及护理措施的依从性；指导患者的日常生活，通过指导患者每天保持适当的运动，促进缓解患者的焦虑情绪，同时能够有助于增强患者的抵抗力，提高患者的生活质量。

1.2.2 干预组

干预组患者则在参照组患者的护理基础上应用叙事护理，具体内容如下：(1) 组建叙事护理小组，并且对小组成员进行相应的培训，培训的内容主要包括如何有效的引导

患者对自身情况进行叙述,有效的剖析患者的故事等内容。护理人员完成培训后,需要通过考核方可对患者实施护理。

(2) 建立和协护患关系:护理人员需要和患者之间建立良好的护患关系,提高患者对护理人员的信任度,促进提高患者对护理措施的配合度。护理人员可以通过和患者之间进行有效的沟通交流,在沟通交流的过程当中,逐渐的和患者拉近关系。并且在交流的过程当中需要对患者的叙述进行仔细的聆听,从中获取有效的信息,便于为患者制定出针对性的护理方案。同时要引导及护理患者对通过倾诉的方式对自身的情况以及影响情绪的原因进行表达,并鼓励患者通过叙述故事的方式对自身的情绪进行排解。(2) 解析故事,引导患者积极向上:护理人员在聆听患者故事的过程当中,需要对患者的故事进行分析,从故事找出造成患者焦虑情绪的原因。同时根据造成患者出现焦虑情绪的原因,为患者实施针对性的引导措施,让患者能够重新认识自己;并且护理人员需要引导患者正确的看待自身的能力及优势,多予以患者鼓励,帮助患者改善心理环境,改变患者看待事物的观点,引导患者积极向上的看待个人能力。同时护理人员需要帮助患者在故事中找到具有积极意义的相关内容,让患者重新审视故事内容。(3) 护理人员在和患者对故事进行探讨的过程中,需要将患者故事中具有积极意义的内容作为探讨的中心内容,同时引导患者寻找到其中的乐观主义内容,让患者能够从中理解到不同的意义。(4) 在对患者实施叙事护理的过程中,通过聆听患者的叙述事件及故事等,同时参与其中并且进行探讨,帮助患者改变自身观点,让患者正确的认识及看待自己的优势及能力所在。多给予患者鼓励,让患者认可自己,有效的帮助患者建立积极健康的心理环境,改善患者的认知,促进提高患者的积极向上态度,从而改善患者的焦虑情绪。

1.3 观察指标

1.3.1 采用 SAS (焦虑自评量表) 评分将两组患者实施护理前后的焦虑情况进行组间对比;患者的得分越低,则表示患者的焦虑程度越越轻。

1.3.2 使用 SF-36 (生活质量评分量表) 将两组患者实施护理前后的生活质量评分进行组间对比;主要包括生理职能、情感职能以及社会功能等评分;患者的得分越高则表示患者的生活质量越好,反之则越差。

1.3.3 将护理满意度分为 3 个等级(非常满意、满意、不满意),详细记录两组患者的满意度情况,并且进行组间对比。

1.4 统计学方法

研究所得数据均录入至 Excel 2020 中予以校对,采用 SPSS23.0 软件进行处理。 $(\bar{x} \pm s)$ 表示计量资料,百分比(%)表示计数资料。计量资料用 t 检验,而计数资料用卡方(χ^2)检验。P 评定检验结果, $P < 0.05$ 提示有统计学差异。

2 结果

2.1 对比两组患者实施护理前后的 SAS 评分

两组患者实施护理前的 SAS 评分差异较小($P > 0.05$),实施护理后,干预组患者的 SAS 评分明显要高于参照组,两组之间的差异为($P < 0.05$),详见表 1。

2.2 对比两组患者实施护理前后的生活质量评分

两组患者实施护理前的生活质量评分差异较小

表 1 对比两组患者实施护理前后的 SAS 评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	SAS 评分	
	护理前	护理后
参照组(n=46)	55.45 ± 8.23	46.34 ± 7.23
干预组(n=46)	55.67 ± 8.64	34.58 ± 6.23
t	0.125	8.357
p	0.901	0.000

($P > 0.05$), 实施护理后,干预组患者的生活质量评分明显要高于参照组,两组之间的差异为($P < 0.05$)。

2.3 对比两组患者的护理满意度

经过组间对比,干预组患者的护理满意度要高于参照组,其组间差异为($P < 0.05$)。

3 讨论

焦虑症又被称之为焦虑性神经症,属于神经症疾病中较为常见的一种,以焦虑情绪体验为主要特征。其主要表现为无明确客观对象的紧张担心,坐立不安,还有植物神经功能失调症状,如心悸、手抖、出汗、尿频等,及运动性不安等症状^[4-5]。随着社会压力的升高,人们出现各种心理及精神类疾病的患病率升高,这些疾病对患者的日常生活、工作及学习多会造成严重的影响,对次,需要及时的予以患者相应的措施进行干预。临床中对于此类疾病的治疗多采用药物方式进行干预,同时辅助应用相关的心理护理措施,改善患者的负性情绪,促进提高患者的治疗效果。

叙事护理作为心理护理方式中的一种,相对于常规的心理干预措施,叙事护理的治疗时长较短,并且符合当前社会的高效生活方式。叙事护理将患者作为护理工作开展的中心,从患者的角度进行护理干预。通过引导患者对事件以讲故事的形式进行倾诉,护理人员通过聆听患者讲述的故事,并且对患者的故事进行剖析,从故事找出影响患者的原因,通过影响原因对患者实施相应的护理措施,帮助患者树立积极向上的心态,同时通过对患者的情绪进行开导,有效的改善患者的负性情绪,促进改善患者的焦虑症状。此次研究中,通过对焦虑症患者实施叙事护理干预,患者实施护理后的 SAS 评分明显要低于护理前的评分,并且患者的生活质量评分明显要高于护理前,提示对患者实施叙事护理能够有效的改善患者的焦虑症状,帮助患者树立自信心,引导患者积极向上,促进改善患者的生活质量。

综上所述,将叙事护理应用在焦虑症患者的护理中,可有效的改善患者看待事物的错误观点及悲观情绪,帮助患者建立积极向上的心态,能够有效帮助患者缓解焦虑症状,提高患者的生活质量,值得在临床中应用及推广。

参考文献:

- [1] 汪海丽. 心理护理干预在焦虑症患者中的应用效果研究 [J]. 中国医药指南, 2021, 19(16):133-134
- [2] 张玉环, 逢冬, 陈冬, 等. 叙事疗法在精神疾病患者心理调适中的研究现状 [J]. 护士进修杂志, 2021, 36(22):2051-2054
- [3] 关明月. 心理护理对焦虑症患者心理康复效果的影响 [J]. 中国医药指南, 2021, 19(14):7-9
- [4] 陈琴. 叙事疗法治疗焦虑症一例 [J]. 校园心理, 2021, 19(6):537-540
- [5] 郑蕾蕾, 马晓亮, 蔡启霞, 等. 叙事疗法联合脑电生物反馈治疗在广泛性焦虑障碍患者中的应用 [J]. 吉林医学, 2021, 42(6):1527-1528