

焦虑症患者叙事护理的应用

罗婷婷 邓忠秀 王 芬

(成都市青白江区第三人民医院 四川 成都 610300)

【摘要】目的：谈论焦虑症患者实行叙事护理，对其病情及生活质量的改善效果。方法：本研究于2020年10月正式施行，截止时间是2021年10月。选用此期间到笔者医院救治的焦虑症病人，共计契合选入准则与剔除准则的78例病人，依照救治方式的不一致归为对照组与实验组，每小组内部39例。前者病人实行常规形式的护理，后者病人实行叙事护理，研究两小组病人的焦虑变化、抑郁变化及生活质量。结果：实验组与对照组病人经有效干预后其干预后28天、56天的焦虑、抑郁减低程度更为明显，且实验组病人的焦虑、抑郁减低程度更为显著比对照组更低；实验组病人经有效干预后其PE、SF、RP、RE、BP得到明显增长相比于对照组更高，组间差异用($P < 0.05$)代表，具有研究性。结论：对焦虑症患者实施叙事护理，患者的负面情绪得到有效舒缓及释放，生活质量水平直线上升。

【关键词】焦虑症；叙事护理；抑郁；生活质量

The Application of Narrative Nursing for Patients with Anxiety Disease

Tingting Luo Zhongxiu Deng Fen Wang

(Chengdu Qingbaijiang District Third People's Hospital, Chengdu, Sichuan, 610300)

【Abstract】Objective: To talk about the narrative care of anxiety patients to improve their condition and quality of life. Methods: This study was officially implemented in October 2020, with the deadline of October 2021. During this period, the anxiety patients who were treated in the author hospital were selected, a total of 78 patients fit the selection criteria and the exclusion criteria, and were assigned to the control group and the experimental group according to the inconsistent treatment methods, with 39 cases within each group. The former patients practice routine forms of care, while the latter patients practice narrative care to study the changes in anxiety, depression and quality of life in the two groups of patients. Results: Both the experimental group and the control group decreased for 28 and 56 days, and the anxiety and depression of the experimental group were significantly lower than the control group; the PE, SF, RP, RE and BP compared with the control group, Differences between groups with ($P < 0.05$) Representative, with research in nature. Conclusion: for anxiety patients, the negative emotions are effectively relieved and released, and the quality of life rises sharply.

【Key words】Anxiety disorders; narrative care; depression; quality of life

随着社会经济水平的不断提升，城市化建设的日益加快，人们所背负的压力也相应增多，致使焦虑症的患病人数逐渐变多，且更加往年轻群体方向发展^[1]。现今，对于焦虑症的产生原因正在探索当中，其主要和患者自身的遗传因素、生活环境及身体调节等问题存在紧密联系，在此因素的作用下致使患者发生神经内分泌紊乱现象，促使其产生神经递质失去平衡，进而产生焦虑症情况^[2]。该疾病患者时常出现不安、心悸及紧张等症状表现，阻碍其生活质量水平的理想提升。在临床，心理医治属于焦虑症患者的主要医治方式，联合药物救治所取医治成果十分理想。护理方式对于辅助医治疾病患者起到重要意义，在增强其医治依从性及转变临床症状表现等方面所取成果十分理想。舒适护理属于心理医治的新型救治方式，和大众现今的日常生活节奏相契合，临床已得到大力运用，能有效改善疾病患者的心理状况。查阅知网、百度文库等资料数据库可以发现，对糖尿病患者实行叙事护理，能有效改善其负面心理状况，增强其对医治方案的配合度及医治疗效十分理想。对此，为详细知晓焦虑症患者实行叙事护理，对其病情及生活质量水平的改善效果，此文章就2020年10月正式施行，截止时间是2021年10月期间救治的78例焦虑症患者开展研究计划，详细研究成果见以下内容。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本项研究于2020年10月正式施行，截止时间是2021

年10月。选用此期间到笔者医院救治的焦虑症病人，共计契合选入准则与剔除准则的78例病人，依照救治方式的不一致归为对照组与实验组，每小组内部39例。对照组当中男性拥有21例，女性拥有18例；最大年龄层在19岁，最小年龄层在59岁，平均年龄层在 (37.68 ± 2.74) 岁；大致病程时长在1-15月，平均病程时长在 (7.06 ± 1.18) 月。实验组当中男性拥有20例，女性拥有19例；最大年龄层在21岁，最小年龄层在62岁，平均年龄层在 (38.45 ± 2.83) 岁；大致病程时长在2-17月，平均病程时长在 (7.95 ± 1.65) d。研究计划正式启动前，医护人员把两小组病人的病情资料（一般年龄层、病程时长及影像学检测结果）实行对比，对比结果表明两小组的病情资料大致相似($P > 0.05$)，此次研究值得实行。

选入准则：（1）此次研究已经取得本医院医学伦理委员会的审批；（2）研究患者及亲属在医护人员的详细讲述下，主动加入此次研究工作，并在知情书上签字；（3）研究患者的病情症状经CT、MRI等影像学检测技术查看后，确认和焦虑症的医治与诊断标准相契合。

剔除准则：（1）研究患者经过影像学技术检测后，发现其存在肝肾功能衰竭的现象；（2）医治期间，研究患者及亲属的医治配合度显著降低，不愿意配合后续工作的展开，中途离开研究；（3）研究患者或者亲属并未没有在制定时间内交齐病情资料，或者存在漏胶漏缴资料的现象。

1.2 方法

1.2.1 对照组

对照组病人实行常规形式的护理,即实行入院知识宣讲、常规心理安抚等相应护理内容。

1.2.2 实验组

实验组病人在对照组的基础上,实行叙事护理。(1)在和患者建立良好的医患关系的基础上,激励及倾听患者其日常生活中的叙事,选取有价值、积极性的故事和其一起谈论^[3]。(2)对患者所讲述的故事实行剖析,引领其发现故事中存在的问题及自己的优点,辅助其正确看待自身的能力及资源等;转变患者对待事物及问题的态度及观点,帮助其找到故事中正能量的内容^[4]。(3)在和患者实行故事谈论期间,把谈论的重点注重放在其生活经验中含有正能量的时间及事件等内容上,且对其注重论述。(4)在给患者实行服务期间的同时,融入到其改变之中,看到患者的提升,并给予其相应的支持与帮助,利于其创建健康、积极的心理状态,回归到正常的生活中去。(5)积极抒发患者的情感。疾病患者在病情的影响下,会出现焦虑、不安等负面情绪。积极引领患者讲述自身的真实想法,利于其更好的了解自身的想法及感受,同时察觉到自身的问题。对于负面情绪相对严重的患者,给予其足够的发泄情绪的时间,通过讲述自身的烦恼,来实行针对性的引导,让其以积极、正确的态度来寻找到抒发情绪的方式。

1.3 观察指标

(1)焦虑及抑郁变化,运用 SAS 及 SDS 量表对患者干预前、干预后 28 天及 56 天的负面情绪实行评测,评测分数越高,代表其负面情绪更为严重。(2)生活质量,借助 SF-36 量表对患者的 PE(生理功能层面)、SF(社会功能层面)、RP(生理职能层面)、RE(情感职能层面)、BP(躯体疼痛层面)实行评测。评测分数越高,代表其生活质量水平更为理想。

1.4 统计学方法

借助 SPSS 23.0 软件系统实行组间数据处理,计量资料用($\bar{x} \pm s$)表明,经过 t 数值检验后,组间存在差异运用 $P < 0.05$,代表具有统计学研究价值。

2 结果

2.1 研究两小组病人的焦虑变化详情

从组间数据对比可以知晓,实验组与对照组病人经有效干预后其干预后 28 天、56 天的焦虑减低程度更为明显,且实验组病人的抑郁减低程度更为显著比对照组更低,组间差异用($P < 0.05$)代表,具有研究性,现况看表 1。

表 1 两小组病人的焦虑变化详情研究($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	干预前	干预后 28 天	干预后 56 天
实验组	39	25.69 $\pm$ 5.34	12.79 $\pm$ 4.03	5.01 $\pm$ 2.34
对照组	39	25.43 $\pm$ 5.51	15.84 $\pm$ 4.30	10.84 $\pm$ 3.41
t		0.212	3.232	8.804
P		0.833	0.002	0.000

2.2 研究两小组病人的抑郁变化详情

从组间数据对比可以知晓,实验组与对照组病人经有效干预后其干预后 28 天、56 天的抑郁减低程度更为明显,且

实验组病人的抑郁减低程度更为显著比对照组更低,组间差异用($P < 0.05$)代表,具有研究性,现况看表 2。

表 2 两小组病人的抑郁变化详情研究($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	干预前	干预后 28 天	干预后 56 天
实验组	39	24.84 $\pm$ 5.47	11.45 $\pm$ 4.06	4.66 $\pm$ 2.11
对照组	39	24.12 $\pm$ 5.30	16.33 $\pm$ 4.51	9.55 $\pm$ 3.28
t		0.590	5.022	7.830
P		0.557	0.000	0.000

2.3 研究两小组病人的生活质量

从组间数据对比可以知晓,实验组病人经有效干预后其 PE、SF、RP、RE、BP 得到明显增长相比于对照组更高,组间差异用($P < 0.05$)代表,具有研究性。

3 讨论

随着大众日常生活节奏的速度变快及工作、生活方面的压力日益上升,致使各类心理及精神疾病的患病率也相应上升,此类疾病具有极高的复发率、致残率等特点,给大众的生命安全造成巨大威胁。心理医治属于临床救治此类患者最为常用的手段,通过对疾病患者情绪的释放、开解及激励等方式,来重新拾起其对生活的自信心。

实验组与对照组病人经有效干预后其干预后 28 天、56 天的焦虑、抑郁减低程度更为明显,且实验组病人的焦虑、抑郁减低程度更为显著比对照组更低;实验组病人经有效干预后其 PE、SF、RP、RE、BP 得到明显增长相比于对照组更高($P < 0.05$)。叙事护理属于心理医治的一种,和常规形式的心理医治相对比,其含有见效快、医治时长短及高效等优点,和现今人们的生活方式相契合;此医治措施充分展现了多元化的价值,其临床运用方式相对多种多样,始终坚持以患者的病情及真实需要作为医治原则。经调查发现,在护理工作中融进叙事护理,能有效提升患者医治的医治配合度,确保医治疗效得到理想提升的重要价值。叙事护理运用在焦虑症患者中,具有以下优势:(1)有效舒缓及释放患者的不安、焦虑等负面情绪,提升其对疾病医治的自信。(2)帮助患者创建新的人际关系,尤其是医患关系,让其能尽快的适应新角色及新的社会环境。但一个人患病后,其社会角色也相应出现变化。因患者角色的骤然转变及生活环境与人际关系的改变,患者一般都会难以接受并出现相应的情绪问题。此时运用叙事护理方式,能有效调整患者的心理状态,帮助其尽快适应新角色及新生活,提升医治自信及病情好转更为理想。

以上所述,对焦症患者实施叙事护理,所取护理成果十分出彩,增强医患间的情感交流及病情康复速度变快。

参考文献:

- [1] 杨润莲,刘维燕,钟国坚,等.叙事疗法在焦虑症患者心理护理中的应用[J].中国医药科学,2021,11(19):130-132
- [2] 黄璐,罗干红,招玉艳,等.叙事护理对腹膜透析患者焦虑障碍的影响[J].护理实践与研究,2020,17(23):66-68
- [3] 田长洁.亲情护理应用于焦虑症患者护理中的价值评价[J].中国保健营养,2021,31(8):136
- [4] 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