

合理情绪疗法对食管癌患者围手术期焦虑抑郁 及应对方式影响分析

李 婷

(山东第一医科大学附属肿瘤医院胸外三病区 山东 济南 250117)

【摘要】目的:探讨分析合理情绪疗法对食管癌患者围手术期焦虑抑郁及应对方式的影响。方法:收集60例食管癌手术患者,随机分为干预组和对照组各30例,干预组应用合理情绪疗法进行术前术后健康教育,对照组采取一般健康教育,应用焦虑自评量表、抑郁自评量表及简易应对方式量表进行术前及术后评估。结果:合理情绪疗法干预后,食管癌患者术后抑郁、焦虑得分明显下降,应对方式正性积极因子显著提高,负性因子显著下降,均具有统计学意义。结论:合理情绪疗法可以缓解并改善食管癌围手术期患者的消极情绪,建立积极应对方式,促进疾病恢复,提高生活质量。

【关键词】合理情绪疗法;食管癌围手术期;焦虑;抑郁;应对方式

Effects of rational emotion therapy on anxiety, depression and coping style of patients with esophageal cancer during perioperative period

Ting Li

(Extrathoracic Ward No. 3, Affiliated Cancer Hospital of Shandong First Medical University, Jinan, Shandong, 250117)

【Abstract】Objective: To explore and analyze the influence of rational emotion therapy on perioperative anxiety, depression and coping style of patients with esophageal cancer. Methods: 60 patients with esophageal cancer surgery were collected and randomly divided into intervention group and control group (30 cases each). The intervention group received preoperative and postoperative health education with rational emotion therapy, and the control group received general health education with self-rating anxiety scale, self-rating depression scale and simple coping style scale. Results: After rational emotion therapy intervention, the scores of depression and anxiety of patients with esophageal cancer after surgery decreased significantly, and the positive and negative factors of coping style increased significantly, with statistical significance. Conclusion: Rational emotional therapy can alleviate and improve the negative emotions of patients with esophageal cancer during perioperative period, establish positive coping style, promote disease recovery, and improve the quality of life.

【Key words】rational emotional therapy; perioperative period of esophageal cancer; anxiety; depression; coping style

多项研究显示,恶性肿瘤的发病率逐年上升,且起病隐匿进展快。全世界的食管癌患者中,约有近一半在我国,发病及死亡率居于高位,不仅仅对患者造成了躯体的伤害,更是一种强烈的心理应激因素,会导致患者心理状态的变化,焦虑、抑郁情绪多发,而心理因素是影响疾病转归的重要因素,严重影响患者的疾病康复及生活质量。食管癌患者目前较多采用手术治疗的方法,由于疾病的特殊性,手术风险较大,术后疼痛、无法进食以及术后胃管、营养管的置入使得治疗过程漫长,复杂,严重影响了患者的治疗、康复效果及生活质量。有学者认为,对食管癌手术患者实行有效的心理干预方法,能够有效地减轻患者心理压力及恐惧,提高生活质量及满意度。合理情绪疗法是一种认知行为疗法,认知行为疗法是近年来应用广泛并颇有成效的心理干预疗法,能够改变认知行为,

减轻负性情绪的不良影响。Franchignoni F等学者认为,运用合理情绪疗法可以帮助患者建立良好的心理弹性机制,可以改善病人的抑郁情绪,降低负面思想,提高病人的自我认同和自我肯定的程度,本研究对食管癌手术患者进行合理情绪疗法干预后进行效果评价,现调查结果汇报如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2021年3-11月入住我院的60例食管癌手术患者,随机分组,干预组对照组各30例,其中观察组男性患者22例,女性患者8例,平均年龄63岁,其中小学文化程度3例,初中及以上文化程度27例。对照组男性患者21例,女性患者9例,平均年龄63岁,小学文化程度9例,初中及以上文化程度21例,年龄及文化程度统计无差异。研究纳入标准包括:①年龄

39-76岁;小学及以上文化程度。②首次确诊为食管癌;③均具有手术指征并自愿接受食管癌手术切除治疗④自愿接受本次研究,并签署知情同意书。排除标准:①心理疾病患者②精神病史患者③服用抗焦虑药物患者④理解能力障碍者。

1.2 调查工具

1.2.1 焦虑自评量表(SAS)由W.K.Zung于1971年编制,共20个条目,评估患者一周内焦虑情绪的轻重以及干预效果,标准分界值:50分,50-59轻度焦虑,60-69中度焦虑,大于69分重度焦虑。

1.2.2 抑郁自评量表(SDS)由W.K.Zung1965年编制,共20个条目,评估患者一周内抑郁情绪的轻重以及干预效果,标准分:53分。53-62轻度抑郁,63-72中度抑郁。大于72分重度抑郁。

1.2.3 简易应对方式量表(SCSQ)国内学者解亚宁和张育坤与1995年结合我国人群特征,对Lazarus等人编制的简易应对方式脸部进行了修订,由积极应对和消极应对两个维度组成,包括20个题目,结果包括积极应对维度平均分和消极应对维度平均分。

1.3 统计学方法

采用SPSS25.0建立数据库统计分析,一般情况采用描述性统计,计量资料以平均值±标准差表示,计数资料用率表示。率的比较用d独立样本t检验,结果P<0.05有统计学意义。

2 研究方法

2.1 对照组患者入院后采取常规护理宣教,包括环境介绍、入院宣教以及心理安慰,不采取系统的心理护理干预。

2.2 观察组入院即接受经过专业训练的责任护士进行的系统合理情绪疗法,具体步骤为:

2.2.1 人员培训:科室由一名具有心理咨询师资格的专业人员对科室护理人员尤其责任护士进行知识讲解,理论技术讨论,掌握核心内容。

2.2.2 资料收集:患者入院第一天组织团体会议,建立患者之间的相互交流平台,全面了解患者性格情绪特点,发放抑郁、焦虑及应对方式量表进行评估,

收集患者不良情绪及压力来源资料,发现存在的不合理信念。

2.2.3 心理诊断:将收集的产生不良情绪的信念归类分析,有哪些属于绝对化要求,哪些属于糟糕至极,哪些属于过分概括化,给予归类诊断,一一辩驳。诊断分类归纳如下:

2.2.3.1 糟糕至极:(1)癌症就是绝症,治不好了。(2)得了癌症最后都是人财两空,还不如不治。(3)做手术太危险了,说不准就死在手术台上了。

2.2.3.2 过渡概括:(1)得癌症这个病会被人笑话,做了亏心事的报应。(2)生病后成了家人的负担,他们肯定怕花钱、怕麻烦。(3)我的一辈子太惨了,什么还没享受呢就要受罪了。(4)自己要强了一辈子,生病就成了累赘。

2.2.3.3 绝对化要求:(1)我已经住院了,马上给我治疗。(2)做手术要保证给我治好。(3)我都生病了,我的家人必须什么都听我的,都得让着我。

向患者发放合理情绪疗法图示并对此理论进行举例讲解,使患者初步领悟理论的核心意义。认知我们的情绪及行为反应(C)是由我们的认知(B)产生,而不是事件本身(A)产生。

2.2.4 修通干预:每周三次,每次20分钟由责任护士对患者进行干预,利用理论讲解、图例展示,心理故事三种方法进行沟通交流,使患者能够理解合理情绪疗法核心内容,了解不良情绪产生的关键所在,帮助患者认知不合理信念并引导与之进行辩驳,转变思维方式,修通负性情绪,不断消除消极影响,强化患者积极转变。具体辩驳如下:

2.2.4.1 糟糕至极:列举实例展示术后恢复良好的病例,介绍术后返院复查患者,分享围手术期过程及心理状态变化,转变思维,建立乐观积极的心态。

2.2.4.2 过渡概括:讲解肿瘤发生发展的相关知识,通过与患者照护者沟通交流,共同表达对患者的关心,改变固有认知,建立信念。

2.2.4.3 绝对化要求:通过图例展示,心理故事的方式讲解看待问题可以从多角度出发,不同的认知会

表一:两组患者干预前后焦虑抑郁比较

	SAS				SDS			
	干预前	干预后	t	p	干预前	干预后	t	p
观察组	49.4417 ± 14.67	32.03 ± 6.29	5.97	0	56.67 ± 15.59	34.51 ± 7.55	7.007	0
对照组	40.47 ± 7.98	53.86 ± 6.33	-7.202	0	47.75 ± 6.86	62.49 ± 8.82	-7.224	0

表二：两组患者干预前后应对方式比较

	观察组			对照组		
	干预前	干预后	t (p)	干预前	干预后	t (p)
正性因子	17.8 ± 7.55	33.47 ± 4.58	-9.715 (0)	19.2 ± 7.00	14.57 ± 7.00	2.565 (0.013)
负性因子	17.6 ± 5.28	6.9 ± 3.4	9.323 (0)	18.8 ± 3.71	21.4 ± 3.22	-2.899 (0.005)

产生不一样的结果，通过不断练习，进行积极转变。

2.2.5 领悟再教育：组织团体会议，分享治疗过程中的个人体验，交流对疾病的认知，分享自己与不合理信念的对抗方法、应对策略，出院前对患者进行家庭作业，巩固前几个阶段的成果，修通重建思维模式。再次发放抑郁、焦虑及应对方式量表收集资料。

3 结果

从结果中可以看出，两组患者手术前均具有不同程度的焦虑抑郁情绪，对于观察组而言，焦虑（SAS）评分在干预前后分值有明显下降，统计学P值<0.05。抑郁（SDS）评分在干预前后同样分值下降，统计学P值<0.05，均有统计学意义。

由结果可知，观察组正性因子干预后相比干预前有明显提高，负性因子分值明显下降，P值<0.05，统计学存在显著性差异。

4 讨论

合理情绪疗法是美国著名心理学家阿尔伯特·艾利斯于20世纪50年代创立的。艾利斯认为外界刺激事件为A，人们的认知理念为B，情绪和行为反应为C，因此其核心理论又称ABC理论。合理情绪疗法认为外界刺激事件（A）并不是导致最后结果（C）的关键，关键是人们可以改变自己的观念和想法（B）从而控制情绪和行为结果（C），这是治疗实践的核心。

本研究应用合理情绪疗法进行干预，通过专业人员沟通交流，采用多种讲解方式，与患者建立良好信任关系，真实收集归纳存在的不合理信念，给予系统有效的健康教育，引导食管癌围手术期患者认知、接纳、缓解不良情绪。运用ABC理论发挥患者的主动性，使患者能够建立重组认知体系，在遇到负性情绪与应激事件时，掌握有效科学的方法进行自我分析，自我修复与改善，并能够重塑新的认知，更加积极自信的处理各种情绪反应。

参考文献：

- [1] 魏文强. 我国食管癌防控的现状与挑战 [J]. 中华预防医学杂志, 2019(11):1081-1082-1083
- [2] 冯力军. 不同治疗方法对食管癌患者焦虑抑郁情绪的影响 [J]. 当代护士 (上旬刊), 2019, 26(06):115-117
- [3] 黄旭倩, 莫晗, 龙吉芳, 周娜, 陈琳琳, 刘海兰. 中年癌症患者心理弹性与希望水平及应对方式的相关性研究 [J]. 护士进修杂志, 2019, 34(15):1345-1350. DOI:10.16821/j.cnki.hsjx.2019.15.001
- [4] 徐连. 食管癌手术患者心理困扰及其影响因素的纵向研究 [D]. 重庆医科大学, 2021. DOI:10.27674/d.cnki.gcyku.2021.001336
- [5] 王丽娜, 李春霞, 李治全, 马寒, 张晓娟. 临床心理护理程序对食管癌患者的干预效果分析 [J]. 国际精神病学杂志, 2021, 48(06):1146-1148+1152. DOI:10.13479/j.cnki.jip.2021.06.052
- [6] 卓妍, 黄琼英, 刘芷冰. 认知心理干预对食管癌患者希望水平及负性情绪的影响研究 [J]. 实用中西医结合临床, 2019, 19(07):171-173. DOI:10.13638/j.issn.1671-4040.2019.07.089
- [7] 潘梅霞, 蒋君芳, 冯舒轶. 胸腔镜下食管癌根治术患者术后胃肠功能恢复影响因素及其护理干预 [J]. 护理实践与研究, 2020, 17(13):96-99
- [8] Franchignoni F, Giordano A, Ronconi G, Rabini A, Ferriero G. Rasch validation of the Activities-specific Balance Confidence Scale and its short versions in patients with Parkinson's disease. J Rehabil Med. 2014;46(6):532-539. doi:10.2340/16501977-1808
- [9] 刘进, 刘小红. 合理情绪行为疗法对晚期女性乳腺癌患者心理干预的作用 [J]. 中华全科医学, 2016, 14(01):98-100. DOI:10.16766/j.cnki.issn.1674-4152.2016.01.034