

心理护理模式在地中海贫血患儿中的应用

顾 欣

昆明市儿童医院 云南昆明 650000

【摘要】本文讨论了心理护理模式在地中海贫血患儿中的应用。通过情感支持、教育和信息传递、家庭支持、应对疼痛和不适以及促进心理韧性等方面的具体应用，心理护理模式可以帮助患儿更好地应对这一慢性疾病，提高他们的心理健康和生活质量。

【关键词】心理护理模式；地中海；贫血患儿

Application of psychological care model in children with thalassemia

Gu Xin

Kunming Children's Hospital, Kunming, Yunnan province, 650, 000

Abstract: This paper discusses the application of psychological care model in children with thalassemia. Through specific applications of emotional support, education and messaging, family support, coping with pain and discomfort, and promoting psychological resilience, psychological care models can help children better cope with this chronic disease and improve their mental health and quality of life.

Key words: psychological care model; Mediterranean; anemia in children

引言

地中海贫血是一种常见的遗传性疾病，患儿需要终身的医疗关怀和管理。然而，除了生理方面的治疗，心理健康同样至关重要。心理护理模式为地中海贫血患儿提供了一种全面的支持和帮助方式。本文将探讨心理护理模式在这一群体中的具体应用，以提高他们的生活质量。

1 心理护理模式概述

心理护理模式是一种综合性的心理健康护理方法，旨在促进个体的心理健康和幸福感。这个模式涵盖了广泛的心理护理方法和技术，旨在帮助个体理解、管理和改善他们的情感、思维和行为。以下是关于心理护理模式的概述，包括其核心原则和应用领域。

首先，心理护理模式强调个体的整体健康和幸福感。它不仅关注了心理疾病的治疗，还强调了心理健康的维护和提高。这意味着心理护理不仅仅是在出现问题时寻求帮助，而是一种积极的健康管理方式，有助于预防心理健康问题的发生。

其次，心理护理模式是以个体为中心的。每个人都是独特的，具有不同的情感、需求和目标。因此，心理护理应该根据个体的状况和需求

进行个性化的定制。这包括了解个体的价值观、信仰和文化背景，以确保提供的护理是敏感和包容的。

第三，心理护理模式强调团队合作。心理健康问题通常涉及多个因素，因此，心理护理往往需要不同专业领域的专家协同工作，包括心理医生、心理治疗师、社会工作者和精神健康护士等。通过团队合作，可以为个体提供更全面的护理。

最后，心理护理模式可以应用于多个领域，包括临床心理学、教育心理学、组织心理学等。它可以用于治疗各种心理健康问题，如焦虑、抑郁、创伤后应激障碍等，也可以应用于提高人们的生活质量，提升自尊心和自信心，增强人际关系等。

2 地中海贫血患儿常见症状

2.1 贫血症状

地中海贫血，一种常见的遗传性血液疾病，以贫血为主要症状之一，对患者的健康和生活质量产生显著影响。贫血是由于体内红细胞数量不足或血红蛋白浓度降低而引起的，通常是由于缺乏足够的正常的血红蛋白分子而造成的。

患者最常感到的症状之一是持续的疲劳感。这种疲劳不仅持续时间长，还可能会出现在日常活动中，如上学、工作或参加体育活动。患者感到难以保持正常的体力活动能力，容易感到乏力和虚弱。这种体力上的衰弱可能会对日常生活造成重大影响，使他们感到难以集中精力或完成一些简单的任务。

此外，地中海贫血还可能导致头晕和晕厥的症状。由于贫血造成的血液供应不足，大脑可能会受到影响，患者可能会在起床或长时间站立后感到头晕，甚至昏倒。这些症状对患者的日常生活产生了明显的困扰，可能会对他们的学业、职业和社交活动造成不利影响。

2.2 黄疸

地中海贫血是一种严重的遗传性血液疾病，其引起的溶血现象（红细胞被过早破坏）可能导致患者出现黄疸，这是疾病的另一个重要症状。黄疸是因为在溶血过程中，大量的胆红素被释放到血液中而积聚在体内，导致皮肤和眼白呈现黄色。

这种黄疸现象通常是地中海贫血患者面临的明显症状之一，也是对贫血严重程度的一种指示。当红细胞过早破坏时，血液中的胆红素水平升高，因为红细胞分解释放出的胆红素不能被肝脏处理和排泄。这就导致了黄疸的出现，患者的皮肤、巩膜和黏膜可能呈现出明显的黄色。这种黄疸不仅在外观上可见，还可能伴随其他症状，如黄疸引起的皮肤瘙痒、食欲不振以及可能的腹部不适。

2.3 生长发育问题

首先，由于地中海贫血引起的贫血，患儿的身体发育可能受到限制。贫血意味着血液中的氧气输送能力减弱，这会影响到身体各个组织和器官的正常发育和功能。这种情况通常导致患儿的身高和体重增长较慢，与同龄人相比，他们可能会显得矮小瘦弱。这在儿童期和青少年期的正常成长过程中可能会引发自我意识和身体形象方面的问题。

其次，患儿还可能面临营养不良的问题。由于贫血引起的代谢异常，患儿可能需要更多的营养来支持身体的正常发育和维持。然而，一些患儿可能由于疾病导致的胃肠道问题或食欲不振而难以获得足够的营养。这可能导致营养不良和身体发育受限。因此，矫正营养不良并确保充分的营养摄入对患儿的生长和发育至关重要。

2.4 骨骼变化

首先，慢性贫血可能对骨骼的发育和密度产生负面影响。正常情况下，骨骼系统在生长和维护中需要足够的营养和氧气供应，以确保骨骼健康和强度。然而，地中海贫血患者由于血液中血红蛋白的异常和缺氧情况，可能导致骨骼发育不正常，骨骼密度降低。这可能导致骨骼畸形，如骨弯曲或畸形关节，进而影响患者的正常运动和生活活动。

其次，由于骨骼密度减少，地中海贫血患者的骨折风险明显增加。骨骼系统的脆弱性使得骨折更容易发生，尤其是在受力较大的情况下。这可能包括日常生活中的跌倒或轻微外伤，都可能导致骨折。这对于患者的健康和生活质量构成了重大威胁，因为骨折可能需要长时间康复，并且可能引发其他并发症。

2.5 脾脏肿大

脾脏的肿大可能会导致腹痛的发生。脾脏的肿大可以增加其体积，压迫周围的组织和器官，包括胃和腹腔。这可能导致患儿出现腹部不适、隐痛或阵发性剧痛。这些腹痛可能是间歇性的，但也可能成为慢性问题，严重影响着患儿的生活质量。

其次，脾脏肿大还可能引起腹胀和消化不良等消化系统症状。由于脾脏肿大，它可能对胃和肠道产生压力，干扰正常的消化过程。这可能导致患儿感到腹胀、胃部不适和食欲不振。长期而言，这可能会影响患儿的营养吸收和体重增长，进一步加重了疾病的复杂性。

脾脏在地中海贫血中的异常活跃度是这一疾病的一个常见特征，但也是一个复杂的临

3 心理护理模式在地中海贫血患儿中的具体应用

3.1 情感支持

情感支持在地中海贫血患儿的心理护理中扮演着至关重要的角色。这一群体常常面临着长期的慢性疾病，这种疾病可能会对他们的情感状态产生深远的影响。因此，提供情感支持是心理护理模式的关键组成部分，有助于患儿更好地应对各种情感挑战。

首先，情感支持的核心目标之一是建立信任关系。地中海贫血患儿需要感到他们的情感和内心世界被理解和尊重。心理医生和心理治疗师通过建立亲近的关系，营造一个开放、安全的环境，使患儿感到可以坦

诚地表达自己的情感和恐惧，这对于情感的释放和治疗的进行至关重要。

其次，情感支持有助于患儿处理情感困扰。地中海贫血可能导致疼痛、疲劳和不适，这些生理症状可能引发焦虑和抑郁情绪。心理护理模式通过提供情感支持和情感调适技巧，帮助患儿更好地处理这些情感，减轻其心理负担。

3.2 教育和信息传递

首先，教育和信息传递有助于患儿和家庭更好地理解疾病的本质。地中海贫血是一种遗传性血液疾病，患者需要了解它是如何影响他们的身体功能的。通过清晰而易懂的解释，他们可以获得关于疾病的生理机制、症状和发病机制的知识，这有助于消除不必要的焦虑和误解。

其次，教育和信息传递提供了有关治疗选项的信息。地中海贫血的治疗通常包括输血、药物管理和定期监测。了解这些治疗选项的优点和风险可以帮助患儿和家庭做出明智的治疗决策。此外，他们还可以学习如何正确管理治疗过程，包括遵循医嘱、监测身体反应和应对可能的副作用。

另外，教育和信息传递提高了自我管理能力。患儿和家庭通过了解如何有效管理疾病，可以更好地应对日常生活中的挑战。他们可以学习如何识别潜在的危险因素，采取措施减少疾病复发的风险，从而改善生活质量。

3.3 家庭支持

首先，家庭支持可以减轻家庭中的紧张和冲突。地中海贫血的治疗需要家庭成员的协助和支持，但同时也可能导致情感和心里的压力。通过心理护理模式，家庭成员可以学习如何相互支持，减少争吵和冲突，建立更加团结和谐的家庭氛围。

其次，家庭支持有助于提高整个家庭的生活质量。地中海贫血可能需要家庭成员参与疾病管理、药物管理和医疗预约等任务。心理护理模式可以教育家庭成员如何有效地管理这些责任，以减轻工作负担和提高生活质量。

此外，家庭支持可以帮助家庭成员更好地理解患儿的需要和挑战。家庭成员可能需要了解地中海贫血的性质和影响，以更好地满足患儿的需求。通过教育和情感支持，他们可以更有同理心和理解力，增强家庭的凝聚力。

3.4 应对疼痛和不适

应对疼痛和不适是地中海贫血患儿心理护理中的一个重要方面。这些患儿经常在危机期间经历疼痛，这不仅对身体造成不适，还会对心理健康产生负面影响。心理护理模式通过教导应对疼痛的技巧，提供有效的疼痛管理策略，帮助患儿更好地应对疼痛感。

首先，深呼吸是一种常见的疼痛管理技巧。通过深而缓慢的呼吸，患儿可以放松身体，减轻紧张感，减少疼痛的感知。深呼吸有助于降低生理紧张状态，提供一种自我调整的方法，可以在疼痛发作时使用。

其次，放松法也是一种重要的疼痛管理工具。这包括渐进性肌肉松弛和冥想等技巧，有助于缓解紧张和焦虑，降低疼痛感。通过定期实践放松技巧，患儿可以提高自我调节的能力，更好地面对疼痛。

3.5 促进心理韧性

教育是培养心理韧性的重要组成部分。患儿和家庭需要了解地中海贫血的特点和可能的发展，以制定适当的应对策略。通过提供关于疾病的信息和治疗的教育，他们可以更好地了解疾病的全貌，并在面对困境时感到更有信心。

另外，心理护理模式还可以通过鼓励积极思维和应对策略的实践来增强心理韧性。患儿可以学会将焦点集中在积极的方面，发展自我效能感，相信他们有能力应对挑战。他们还可以学会应对问题解决，制定灵活的应对计划，以更好地应对突发情况。

4 结语

地中海贫血患儿常常面临身体上的疼痛和不适，同时也承受着心理压力。心理护理模式的应用为他们提供了关键性的支持和帮助，有助于缓解情感困扰、提高生活质量，并培养心理韧性，以更好地应对这一慢性疾病。通过情感支持、教育、家庭支持和疼痛管理等方面的干预，我们可以为地中海贫血患儿创造更健康、更幸福的生活。因此，心理护理模式在地中海贫血患儿的应用具有重要的临床和人文意义。

参考文献：

- [1]张彩红, 钟玉旋, 蓝彩旋等. 全过程护理模式在重型 β 地中海贫血患儿输血管理中的应用效果[J]. 中外医疗, 2021, 40(19): 129-131+135.
- [2]李芬田. 心理护理模式在地中海贫血患儿中的应用研究[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4(44): 60+70.