

# 心理护理+认知行为护理在老年慢阻肺并糖尿病患者中的应用效果及 SAS、SDS 评分影响观察

李 琴

泰兴市人民医院老年医学科 江苏泰兴 225400

**【摘要】**目的 分析心理护理+认知行为护理在老年慢阻肺并糖尿病患者中的应用效果及对 SAS、SDS 评分的影响。方法 纳入 2023.02~2023.09 泰兴市人民医院老年医学科接收的 40 例老年慢阻肺并糖尿病患者进行研究,具体方法为首先应用随机数表法获得对照组(n=20,常规护理)与观察组(n=20,心理护理+认知行为护理),其次应用统计学方法分析组间数据,最后根据分析结果评估护理效果。结果 比较两组的心理状态改善效果,其中观察组护理后的 SAS、SDS 评分更低( $p<0.05$ );比较两组的健康行为落实效果,其中观察组的遵医嘱用药、血糖监测、健康饮食、适当锻炼、心理调节评分更高( $p<0.05$ )。结论 心理护理+认知行为护理的应用效果良好,可起到老年慢阻肺并糖尿病患者改善心理状态、促进患者健康行为落实的作用。

**【关键词】**心理护理;认知行为护理;老年慢阻肺并糖尿病;SAS、SDS 评分

慢阻肺与糖尿病均以老年人为高发群体,前者属呼吸系统疾病,可导致患者出现咳嗽、咳痰、气促、胸闷等症状,后者属代谢紊乱性疾病,可导致患者出现多尿、多饮、多食等症状。研究指出,慢阻肺与糖尿病患者发病后应及时治疗、积极干预,以免病症持续发展使病情更加复杂与严重,对健康安全与生活质量造成较大影响<sup>[1]</sup>。尤其是对于老年慢阻肺并糖尿病患者来说,由于两种疾病存在着相互影响的关系,更应该坚持对症治疗。但在长期治疗中,患者易产生不良情绪,加之对疾病防治知识缺乏了解,还无法较好地照顾、护理自己,导致疗效受到一定影响,需通过做好护理工作予以其针对性干预。本文通过构建心理护理联合认知行为护理模式,观察其用于老年慢阻肺并糖尿病护理中的效果,并重点做 SAS、SDS 评分影响分析,报道如下。

## 1. 资料与方法

### 1.1 一般资料

应用随机数表法将 2023.02~2023.09 泰兴市人民医院老年医学科接收的 40 例老年慢阻肺并糖尿病患者分为两组,其中对照组(n=20)男 10 例,女 10 例;年龄 70~91(78.63±1.47)岁;慢阻肺病程 3~10(6.09±1.27)年;糖尿病病程 2~9(5.53±0.96)年。观察组(n=20)男 8 例,女 12 例;年龄 70~91(78.59±1.50)岁;慢阻肺病程 3~10(6.12±1.26)年;糖尿病病程 2~9(5.50±0.98)年。两组的一般资料无明显对比差异( $p>0.05$ )。所有患者均与慢阻肺、糖尿病诊断标准相符,经引导可配合临床相关工作,入组前已签署知情同意书。

### 1.2 研究方法

对照组应用常规护理,包括监测患者的血糖变化,遵医嘱予以患者药物治疗,为患者讲解用药方法,帮助患者排痰,指导患者咳嗽等。

观察组在对照组的基础上应用心理护理+认知行为护理:(1)心理护

理。遵循密切关注、及时评估、积极干预的原则开展心理护理工作,其中密切关注指的是关注患者的语言行为表现,确保及时发现沉默寡言、焦躁不安、回避接触、不自觉咬牙等异常问题;及时评估指的是根据患者的表现与家属的反馈,应用评估工具进一步了解患者的情绪心理健康状态,分析其产生不良情绪的根本原因;积极干预指的是根据评估结果选用多种干预方法,包括音乐调节、放松训练、社会支持、情志相胜等,护理人员要做到掌握不同方法的应用要点与适用情景,比如情志相胜以动之以情为要点,适用于抑郁情绪较重的患者,通过给予患者安慰、鼓励、关心、支持,并引导其表达、宣泄情感,达到缓解的效果。(2)认知行为护理。首先结合患者的认知水平、理解能力选择健康宣教形式,包括口头沟通、书面文字、操作示范、信息技术等。其次明确健康宣教内容,涉及病理机制、症状表现、治疗原则、治疗方法、用药目的、饮食调整、运动锻炼等方面,以促使患者建立正确认识、提高患者自护能力。最后是行为干预,包括意向、准备、实施、维持共 4 个阶段,意向阶段即通过健康宣教使患者了解健康生活的必要性与重要性,准备阶段即通过健康宣教确保患者有能力管理、护理自己,实施阶段即通过监督指导,使患者积极落实健康行为,改正不良行为,维持阶段即通过随访跟踪,使患者能养成健康的生活习惯,自觉、不自觉地落实健康行为。

### 1.3 观察指标

(1)心理状态改善效果。指导患者填写焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS),确保患者根据自身实际情况回答相关问题。SAS、SDS 均为分值越高,不良情绪越严重<sup>[2]</sup>。(2)健康行为落实效果。自拟调查问卷,问卷包括五方面内容,分别为遵医嘱用药、血糖监测、健康饮食、适当锻炼、心理调节,均以 20 为满分,分值越高,健康行为落实效果越好。

### 1.4 统计学方法

运用 SPSS28.0 对计量资料 ( $\bar{x} \pm s$ ) 与计数资料[n (%)] 分别行 t 与  $\chi^2$  检验, 以  $p < 0.05$  为对比有显著差异。

2 结果

2.1 比较两组的心理状态改善效果

t 检验证实护理前的组间 SAS、SDS 评分对比无显著差异 ( $p > 0.05$ ),

而在护理后的统计学分析对比中, 组间有显著差异, 且均为观察组更低 ( $p < 0.05$ )。见表 1。

2.2 比较两组的健康行为落实效果

观察组的五大类健康行为评分高于对照组 ( $p < 0.05$ ), 在统计学分析对比中表现出显著差异 ( $p < 0.05$ )。见表 2。

表 1 两组的 SAS、SDS 评分对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	n	SAS		SDS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	20	50.12 ± 3.59	33.05 ± 2.04	50.05 ± 3.72	32.79 ± 2.01
对照组	20	50.08 ± 3.60	40.11 ± 2.73	50.02 ± 3.73	40.02 ± 2.78
t		0.0352	9.2644	0.1953	9.4252
p		0.9721	0.0000	0.8462	0.0000

表 2 两组的健康行为评分对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	n	遵医用药	血糖监测	健康饮食	适当锻炼	心理调节
观察组	20	17.73 ± 1.85	17.02 ± 2.11	17.34 ± 2.27	17.12 ± 2.13	17.45 ± 2.35
		14.29 ± 2.32	14.08 ± 2.54	14.14 ± 2.30	14.01 ± 2.51	14.12 ± 2.36
对照组	20	14.29 ± 2.32	14.08 ± 2.54	14.14 ± 2.30	14.01 ± 2.51	14.12 ± 2.36
t		5.1846	3.9818	4.4285	4.2249	4.4715
p		0.0000	0.0003	0.0001	0.0001	0.0001

3 讨论

慢阻肺与糖尿病均可引起多种并发症, 前者以肺心病、呼吸衰竭常见, 后者以糖尿病病足、糖尿病视网膜病变、糖尿病肾病常见, 且一旦发生可严重影响患者的健康与生活。研究指出, 慢阻肺并糖尿病患者应通过及时治疗、积极治疗来控制疾病发展, 同时这也是降低并发症风险的关键<sup>[3-4]</sup>。但由于身体不适、饮食与活动受限、需长期服用药物等原因, 患者在治疗过程中易产生不良情绪, 若不积极干预可演变为抵触治疗、随意饮食等不良行为, 不利于疗效的巩固提升。另外, 慢阻肺并糖尿病患者普遍存在自护能力较差的问题, 其中原因主要与他们接触疾病知识渠道有限、自主学习意识薄弱等有关。对此有研究指出, 应该予以慢阻肺并糖尿病患者科学有限的护理干预, 以改善其心理状态、提高其自护能力。心理护理即一种以缓解患者不良情绪、调节患者心理状态为目标的护理措施, 认知行为护理则是一种以促进患者健康行为落实, 帮助患者养成良好生活习惯为目标的护理模式<sup>[5]</sup>。本研究结果显示: t 检验证实护理前的组间 SAS、SDS 评分对比无显著差异 ( $p > 0.05$ ), 而在护理后的统计学分析对比中, 组间有显著差异, 且均为观察组更低 ( $p < 0.05$ )。观察组的遵医用药、血糖监测、健康饮食、适当锻炼、心理调节评分高于对照组 ( $p < 0.05$ )。体现出了心理护理+认知行为护理的应用效果与价值。

综上所述, 心理护理+认知行为护理的应用可有效改善老年慢阻肺并

糖尿病患者的心理健康状态, 并能够在一定程度上促进患者健康行为的落实。

参考文献:

[1]赵瑾, 祝云英. 基于 KAP 理论的护理干预对老年糖尿病患者血糖水平、疾病不确定感、自我管理能力的影 响 [J]. 中外医学研究, 2023, 21 (33): 105-109.

[2]秦永森, 李梦瑾, 于鸿飞等. 肺康复训练联合个性化系统护理干预对老年慢阻肺患者治疗依从性及 ESCA 评分的影响 [J]. 黑龙江医药科学, 2023, 46 (05): 111-113.

[3]刘玉纯, 柯丽娥, 蔡丽书等. 协同管理模式在慢阻肺合并糖尿病患者中的效果观察及对疾病进展恐惧、睡眠质量的影响 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2023, 10 (03): 649-652.

[4]张凌燕, 张守艳, 翁克姬. 糖尿病(DM)合并慢阻肺患者行系统化运动护理方案对 FBG、肺功能的效果分析 [J]. 糖尿病新世界, 2022, 25 (12): 136-139+168.

[5]张雪华, 李文娟, 王海播. 循证支持下针对性护理在慢阻肺患者雾化吸入治疗过程中的应用价值 [J]. 中国药物滥用防治杂志, 2023, 29 (11): 2060-2062.