

· 医药研究 ·

新型冠状病毒肺炎疫情下药学部早期心理预防管理模式构建

云学院

(陕西国际商贸学院 陕西咸阳 712000)

摘要: 为了探究新型冠状病毒肺炎疫情下药学部工作人员的心理健康状况, 构建一种适用于此种状况下心理预防管理的模式。随机抽取药学部工作人员 36 名, 采用症状自评量表 (SCL-90) 对其心理健康状况进行评估。结果表明, 研究对象在抑郁、焦虑、躯体化症状、恐怖等因子的得分显著高于全国常模。因此, 笔者提出了自下而上的两级心理预防管理模式, 用于抵御新型冠状病毒肺炎对药学部工作人员心理健康的影响。

关键词: 新型冠状病毒肺炎; 药学; 心理健康

新型冠状病毒肺炎 (Coronavirus Disease 2019, COVID-19) (以下简称新冠肺炎) 的流行病学特征主要表现为传染性强、发病率高, 是一种由新型冠状病毒 (2019-nCoV, 或 SARS-CoV-2) 引起的一种新发传染病。^[1] 新冠肺炎自 2019 年 12 月从湖北省武汉市爆发以来, 疫情在全国迅速蔓延。截至 2020 年 3 月 21 日 24 时, 我国累计报告确诊 81501 人, 累计报告死亡 3267 人。我国政府在疫情爆发的第一时间, 就组织全国各地的医护人员驰援湖北, 并组织相应科研机构开展紧急科研攻关。药学部虽未直接投身抗击疫情的第一线, 但承担了新冠肺炎药物的研发工作。目前, 国内的疫情总体状况相对好转, 防疫工作的重点逐步转变为防止境外输入。因此, 相关药物的研发将成为下一个阶段抗击疫情的工作重点, 这对于完全打赢疫情攻坚战是至关重要的。在此情况下, 药学部的工作人员承担了巨大的压力。为了探究心理压力对药学部工作人员的具体影响, 采用症状自评量表 (SCL-90) 对其进行测量, 并构建相应的早期心理预防管理模式。

一、资料与方法

(一)、一般资料

随机选取药学部工作人员 36 名, 使用线上调查的方式收集数据, 收集到有效问卷 34 份。其中男性 19 人, 女性 15 人, 平均年龄为 30.29±3.4 岁。

(二)、方法

将症状自评量表录入软件问卷星, 进行线上调查。SCL-90 得分与人群类型、受应激强度等有关, 包括躯体化、抑郁、焦虑、恐怖等 10 个维度, 共计 90 个条目, 采用李克特 5 级评分法对测验对象的心理健康状况及其严重程度进行评。^[2] 阳性症状评定标准为任一因子得分 ≥ 3 分。

(三)、统计方法

使用统计软件 Epidata 录入数据, 采用分析软件 SPSS 19.0 对数据进行统计分析。计量资料以平均值 ± 标准差表示, 主要统计分析方法为 t 检验。P < 0.05 为差异具有统计学意义。

二、结果

SCL-90 症状因子得分描述性统计及 t 检验结果见表 1。将其与全国常模进行比较, 共有四项得分与一般人群存在显著性差异 (P < 0.01), 分别为躯体化症状、焦虑、抑郁和恐怖。

表 1 SCL-90 因子得分描述性统计及 t 检验结果

项目	药学部	全国常模	t	P
躯体化	1.46±0.58	1.37±0.48	3.66	0.001**

强迫	1.68±0.49	1.62±0.58	1.23	0.231
人际关系敏感	1.59±0.87	1.65±0.51	-1.14	0.126
抑郁	1.68±0.47	1.50±0.59	4.66	0.001**
焦虑	1.50±0.34	1.39±0.43	4.16	0.001**
敌意	1.43±0.45	1.48±0.56	-0.45	0.067
恐怖	1.44±0.41	1.23±0.41	3.78	0.001**
偏执	1.39±0.45	1.43±0.57	-1.22	0.173
精神病性	1.33±0.55	1.29±0.42	1.45	0.211

三、讨论

(一)、对药学部工作人员心理健康状况的新认识

调查结果显示, 在疫情期间药学部工作人员在躯体化、抑郁、焦虑和恐怖的得分显著高于全国常模, 表明药学部工作人员的心理健康状况确实存在问题。这种问题的可能来源一方面为对疫情本身的直接恐惧, 另一方面为对疫情相关科研工作的压力。在对抗这些压力的过程中, 必然会出现焦虑、恐惧等症状, 但必须得到及时的消解, 否则会对身心产生严重的影响, 进而影响工作效率。不过, 关于这两方面的压力哪一方面占有更大的权重, 需要未来的研究进一步进行探讨。

(二)、构建早期心理预防管理模式

由于处于疫情防控的特殊时期, 其带来的不确定因素远超平常。因此, 建立心理预防管理模式是十分必要的。并且要指出的是, 这种心理预防必须在早期进行, 原因是晚期预防的难度较大, 会给后续工作的开展造成极大难度。

心理预防管理模式分为两级。一级为自身管理, 二级为学院管理。自身管理主要突出落实具体的心理预防措施, 学院管理主要统筹管理信息以及及时干预。以一种由上到下, 再自下而上的闭环管理模式, 切实达到心理预防的效果。

自身管理分为两个方面, 一个方面为身体管理, 一个方面为心理管理。身体管理是指保持健康的身体, 因为身体的健康对于应对外界的压力的是非常必要的。药学部工作人员可通过每日的锻炼, 合理的膳食来保持一个良好的体魄。人们在进行体育锻炼时, 身体会分泌名为多巴胺神经递质, 这种神经递质的释放与积极心态存在相关的关系。心理管理是只保持乐观良好的心态。可通过冥想、社交等手段来进行。冥想是排除外界的干扰与影响, 进行一种沉浸式的思考。这种活动最初起源于西藏, 最近被证明其可以明显改善情绪。社会交际对于一个正常的社会人是非常必要的, 因为每个人都需要的社会的支持, 尤其是在当前面临巨大危险的时候。不过在与他人进行交谈时,

要注意倾听,不要只是单方面的情绪宣泄,这对于提升主观幸福感是非常有用的。

学院管理也分为两个方面。一个方面为对本学部工作人员状态的及时关注,另一方面为对突发状况的及时应对。及时关注是指每天对学部工作人员心理和生理状态信息的收集与汇总,并进行录入和分析。各个班子定时组织人员组织开展线上的相关活动,如心理健康知识宣讲,才艺表演等。及时应对是指面对存在心理健康的隐患的工作人员要做到早干预、早治疗。采取必要的帮扶措施,帮助存在心理健康问题的工作人员度过难关。

结论:本文采用症状自评量表(SCL-90)对药学部的工作人员进行了调查,发现调查对象普遍存在焦虑、抑郁、恐惧等心理问题。根据此调查结果并结合以往管理经验,提出一套适用于此特殊时期的

早期预防管理模式。采用一种二级架构,以一种闭环的管理模式,做到早预防,早治疗。

参考文献:

[1]王月莹,贾欣睿,宋继权,卢选珍,李曾,欧阳克妮,谢君.新型冠状病毒肺炎流行期间医护人员的心理健康状况调查及分析[J/OL].武汉大学学报(医学版):1-5[2020-03-23].

[2]唐秋萍,程灶火,袁爱华,邓云龙.SCL-90 在中国的应用与分析[J].中国临床心理学杂志,1999(01):19-23.

[3]徐华,陈苏红.冥想训练对 ICU 护士心理健康状况的影响[J].全科医学临床与教育,2016,14(05):589-590.

作者简介:云院院,性别:男,陕西省延安市人,1990年出生,学历:本科,单位:陕西国际商贸学院,研究方向:医药