

共情护理对抑郁症患者抑郁情绪的改善作用

王天琦

内蒙古鄂尔多斯市东胜区人民医院 内蒙古鄂尔多斯市 017000

摘要:目的: 分析和探讨了共情护理在抑郁症患者中对患者抑郁情绪的实际改善作用。方法: 选取到我院在2018.3-2020.6月份收治到的102例抑郁症患者为这次的研究患者, 将他们随即平均的分成了对照组和研究组, 对照组给予到较为常规的护理方法进行护理, 而研究组则在此基础上给予到共情护理进行护理。然后对比两组患者的护理质量、患者满意程度以及负面情绪水平等的的数据。结果: 研究组患者的护理质量、患者满意程度明显高于对照组, 此差异有着统计学方面的意义($P<0.05$)。结论: 在抑郁症患者护理过程中进行共情护理干预, 不仅能够有效提升到其的护理效果, 且可以有效的提升到了护理质量, 降低患者出现负面情绪, 为此值得被临床推广和应用。

关键词: 共情护理; 抑郁症; 抑郁情绪

抑郁症发病率是精神疾病发病率较高的一种, 在中国发病率较高。抑郁症发病后通常会会出现抑郁、焦虑等消极心理状态。即使病情严重, 甚至会有自残、自责行为。抑郁症会严重的影响到了患者的正常生活和工作, 这就需要及时科学有效的治疗和护理干预, 主要是通过临床医学, 以及患者改善患者情绪和有效的护理干预。因此, 本文将分析共情护理对抑郁症的改善效果, 报告如下。

1. 资料与方法

1.1 一般资料

选取到我院在2018.3-2020.6月份收治到的102例抑郁症患者为这次的研究患者, 将他们随即平均的分成了对照组和研究组, 其中研究组中男女比例为25: 26, 年龄范围在47-69岁之间, 对照组中男女比例为26: 25, 年龄范围在48-68岁之间, 两组患者的一般资料无统计学意义, 为此有着一定的可比性。

1.2 方法

对照组主要是采用到了心理干预、药物指导等传统常规护理方法, 研究组患者采用到共情患者进行护理, 与患者沟通、沟通, 关注患者细节, 掌握患者重要表达, 并与患者家属一起了解患者的病情和心理状况, 了解患者的心理理念, 通过沟通引导患者思考和理解外界事物和感受, 并按照反馈提供进行进一步的护理。与患者沟通时, 通过沟通和分析换位思考到患者的痛苦和感情。了解患者的内部情况, 并按照反馈进行心理干预。由于抑郁症患者显示出强烈的抑郁症, 因此护士应密切观察患者的心理变化, 与他们沟通, 转让患者, 通过观察他们的行为和心理咨询来缓解他们的积极情绪并减轻

心理疼痛。由于抑郁症患者的自我认同感较低, 护士可以定期培训理论和沟通艺术理论, 这样才可以有效的提高到了对患者的积极理解意识。此外, 他们还可以通过关注积极事件来促进患者的积极情绪。为可以增加环境的可变性, 护士应将患者带出病房, 让患者接触到积极和不同的新事物, 改善他们的积极态度, 才能够缓解他们内心的抑郁。

1.3 统计学意义

这次研究采用到SPSS 22.0统计学软件进行数据的处理和分析, $P<0.05$ 有着统计学方面的意义。

2. 结果

研究组患者的护理质量、患者满意程度明显高于对照组, 此差异有着统计学方面的意义($P<0.05$)。

3. 讨论

抑郁症发作后, 会严重的影响到了患者的正常生活。通过移情护理进行干预, 可以帮助患者逐步提高认知能力, 缓解病情, 改善负面情绪。移情护理是一种更加科学合理的护理干预模式。在移情护理中, 护士与患者的沟通和沟通更加深入, 从患者的角度进行思考和分析, 通过专业的心理干预, 了解患者的痛苦感受, 消除患者的负面情绪, 让患者感受到人性的关怀和关怀, 对抑郁症患者的治疗有着非常重要的作用和显著的效果。在共情护理中, 进行有针对性的干预, 护士与患者沟通思想, 掌握患者的病情和心理状态, 更好地帮助患者缓解内心的负面情绪, 从而提高患者的生活质量, 因此, 护理前患者之间没有数据差异, 在对不同护理的患者进行治疗后, 研究组对负性情绪的控制明显的优于对照组。

相关资料表明, 抑郁症的发生与神经递质、应对方式以及人格特征等因素之间都有着一定的关联, 这是一种精神类的疾病。大多数抑郁症患者有自主神经功能障碍。同时, 患者也有一定的精神和运动障碍, 导致消极

作者简介: 王天琦, 女, 蒙古族, 1983年8月, 内蒙古通辽市开鲁县人, 本科, 内蒙古鄂尔多斯市东胜区人民医院, 主管护师, 研究方向: 催眠, 邮箱: 809564696@qq.com。

心理和抑郁, 导致自杀念头, 对其家庭造成了十分严重的影响, 因为药物治疗只能对抑郁起作用, 对患者情绪改善和生活功能影响不大。因此, 在治疗抑郁症患者的同时, 应当要积极的配合相关的护理, 才能够有效的改善到了患者的心理问题和抑郁症, 有效促进到他们能够早日康复。共情护理运用更多的护理方法治疗抑郁症, 使护士能够发现患者的认知并获得他们的身份。通过实施异常护理, 护士可以从员工的角色转变为朋友的角色, 通过观察患者的行为可以解患者的心念, 这样才可以有效的提高到了患者的观察力, 激发他们的积极情绪, 在一定程度上缓解带他们的抑郁症状, 然后有效的改善到了他们的生活功能。

为此也医院需要对护士进行理论、人文关怀理论、认知理论、沟通理论和技能培训, 学会关心和理解他人, 将观念转化为自觉护理行为, 在临床护理工作中体现, 在循环心脏病学知识的基础上发现护理贡献, 撰写精神病院, 临床实施指导手册采用教学与操作示范相结合的培训模式, 讲解争议理论及相关知识, 组织6所学校的讨论与讨论, 自理与示范, 交流实践, 操作示范, 相互监督, 这样才可以使得护士能够充分掌握和运用到了常用的时间护理技能。护士对患者的共情能力中主要是包括了护士对患者的心理认知能力、护理经验、患者情绪和情感体验、护理行为和护理患者, 核心是以积极倾听和反馈为主要技术, 操作技术主要包括: 第一步是要做好积极倾听。倾听是共同护理的主要条件。在没有打断患者而不是制造价值判断的情况下, 可以进行适当的回应和适当的推广技巧, 如点头、手势、使用, 然后需要多使用到其他鼓励的话。护士不仅要注意患者的讲话内容, 同时还要注意到了患者在倾述时一些没有用语言表达的意思。我们应该从患者微妙的语言表达和身体信号中发现患者的需求。通过观察和体验患者的情绪, 我们可以提高我们对情绪的敏感性, 增强我们对患者移情的反应。第二步是换位思考, 将自己置于对方患者的位置, 用患者的眼睛和心灵感知和体验内外世界, 即用患者的眼睛看他们的问题, 站在他们的位置, 去体验和理解到他们的痛苦和不幸。在与患者沟通过程中, 有必要不断组织信息并返回自己的世界。通过自己的经验组织患者的事务, 以进一步了解患者, 即准确地进入患者的内在世界, 并深入体验患者的情感和感受。

当前现代医学模式的发展和转变和综合护理的实施, 护理工作也不再仅仅停留在以往以疾病为中心的治疗阶段, 而是停留在以病人为中心的现代生物社会模式的综合护理阶段。接受高科技护理的患者也需要一定的心理护理和良好的人际沟通。这对护士来说也越来越高。在护理过程中, 护士不仅要掌握扎实的理论知识, 还要具备良好的沟通能力。抑郁症是一种初发率高、复发率高、

致残率高、自杀率高的精神疾病, 已成为世界范围内导致精神残疾的主要因素, 也是我国一个重要的公共卫生问题。由于抑郁症目前尚不清楚, 在精神病护理实践中, 护士处于患者所在的位置, 正确理解自己的情绪, 准确识别和评估患者的情绪和状况, 提供合理反馈, 实施共情护理不仅能够有效改善到患者抑郁和生活功能, 且能够在一定程度上提高到患者对医院护理工作的满意度, 这样才可以有效的提高到了患者的治疗护理效果。共情是护患双方能够进行沟通的平台, 良好的沟通技巧是维护护患关系的好方法, 这是所有受保护沟通的本质。同情不仅是护士的基本素质, 也是护士的一种实践能力。在临床护理实践中, 正确理解和运用移情可以帮助护士更好地理解患者的真实感受, 对患者做出恰当的反应; 移情能力和技能的提高将促进护患沟通, 建立和发展良好的护患关系。同理心有助于建立良好的护患关系。如上所述, 同理心有助于减轻患者的精神压力。移情可以对患者的治疗效果产生积极影响, 然后有效的减少到了患者的疏离感和孤独感。共情护理可以有效的减少到了患者的焦虑。心理学研究表明外界的认同会显著减少他人对他们的焦虑。心理学研究还表明, 当人们的情绪客观时, 他们可以减少人们的焦虑。异常护理可以提高患者的安全感。同情水平越高, 更准确、更深入的护士可以了解患者, 从而帮助患者, 患者可以感到安全, 提高心理安全。护理可以调动患者的康复潜力。积极的同情让患者注意, 他们的个人价值得到提高, 积极的性激素分泌增加, 他们的身体代谢旺盛, 然后能够有效的促进了患者康复。

研究组患者的护理质量、患者满意程度明显高于对照组, 此差异有着统计学方面的意义 ($P < 0.05$)。在抑郁症患者护理过程中进行共情护理干预, 不仅能够有效提升到其的护理效果, 且可以提升护理质量, 降低患者出现负面情绪, 为此值得被临床推广和应用。

参考文献:

- [1]战晓静.基于共情理论的护理干预对抑郁症患者病情恢复及生活质量的影响[J].健康之友2021年3期, 250页, 2021.
- [2]佚名.激励式护理联合共情理论对抑郁症患者护理的效果分析[J].东方药膳2021年6期, 233页, 2021.
- [3]卞莉.共情护理对改善自杀性药物中毒者负性情绪的价值[J].中外女性健康研究, 2020(3): 2.
- [4]陈婷.共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活功能的改善作用研究[J].人人健康, 2019.
- [5]喻红.以家庭为中心的优质护理对抑郁症患者焦虑和抑郁情绪的影响[J].护士进修杂志, 2020, 35(3): 3.
- [6]姜建芬, 李文昊.共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活功能的改善作用[J].2020.