

克罗恩病患者的心理反应和护理干预分析

林漪璐

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】：克罗恩病，又称局限性肠炎、肉芽肿性肠炎和节段性肠炎，这是一种炎症性肠病，其病因现在还不明确，但是很可能会影响消化系统。主要症状是胃痛，腹泻和肠梗阻，以及发烧和不良饮食等外在表现。疾病的疗程比较长，经常重复，不容易根本性治愈，且不同性别之间没有明显的差异，病例数量正在逐年的增加。

【关键词】：克罗恩病；心理反应；护理干预

不良的心理状况是很可能改变身体的免疫功能的，增加肠道的上皮通透性，同时也会增加克罗恩病复发的风险。疾病的不确定性是指当疾病引起相关的刺激时，结构的诱导和认知的不足以及刺激的重要性。当面对反复发作的疾病，复杂的治疗方法，药物不良反应，对疾病的了解以及疾病的进展和复发时，患者会感到疾病的不稳定。对疾病的不信任不仅会阻碍患者接收疾病信息的能力，而且还会对心理健康，对治疗效果的信任以及治疗依从性产生负面影响。有效的护理干预和心理干预可以减少这种影响，同时也可降低患者及其家属心态问题对病情的影响，有利于治疗和照顾患者，对提高患者和其家人的正常生活具有重大意义。

1 对患者的护理干预分析

1.1 担心疾病疗效

向患者提供有关疾病并发症的原因和预防的详细信息，指导他们吃柔软、易消化且富含营养的食物，并多提供含有蛋白质和多种维生素的食物。根据全身性疾病的要求，每天应供应的热量在 10868 千焦左右，蛋白质在 100g 左右，在疾病活跃的期间，可以选择研磨食物和稀饭，定期定量和缓慢咀嚼可以帮助吸收营养，并且需要指导患者正确服药，尤其是在服用以下糖皮质激素类药物时。

在服药期间，应按时用药。克罗恩病患者使用免疫抑制剂时，应告知患者避免去拥挤的地方，要保证所处屋子空气的循环和流通，同时也必须要注意个人的卫生，如果用药一段时间后，症状有所缓解也应继续按医嘱服药，不要随意停止用药，同时告知患者不良反应及如何避免，急诊和重症患者应卧床休息，当病情有所缓解时，患者可以在劳逸结合的情况下，多参加室外活动。医院应该为患者制造一个舒适，安静、非常适合休息和睡眠的环境，延长病患休息时间，也非常适合于疾病的治愈和同时也减少并发症的发生。当病情不严重时可允许患者适当的参与轻松的体育锻炼，增加体能，减少病情复发的可能，提高生活质量。

1.2 焦虑、恐惧、孤独感的护理

加强监督，积极接诊患者，建立好的护患关系，保证良好的护患关系是心理关怀的保证和前提，对于增强患者信心，建立良好的护士和患者之间的关系，每一次接触对于患者的心理关怀来说都是十分重要的。大多数克罗恩病患者的神经都是十分敏感的，他们对这个病都是十分恐惧和焦虑的，主动接触患者，积极与患者沟通交往，可以消除患者因为环境和病情带来的恐惧，同时，在和患者交流时应多注意说话语气和用词，多使用鼓励性、解释性和安慰性语言来鼓励和启发患者，耐心地听取患者的讲话，了解患者的思想和动向，努力建立与患者的关系。对于重症患者，护理人员应保持镇定，及时治疗，并进行温和、有效和系统地工作，以赢得患者及其家人的信任，同时鼓励患者建立对战胜疾病的信任。一旦病情平静下来，请尽快告诉患者，使他们能够定期了解主治医生和自己的资料方案以及医院的规章制度等，并找到一些对患者健康有用的书籍，让患者的家人探访，患者还可以进行适当的体育活动以减轻患者的孤独感。同时，认真向患者解释之前的患者的住院治疗以及出院后患者的生活状况，让患者可以尽快地消除他们的悲观情绪，使他们可以更好地配合医生治疗，并为迅速康复创造适当条件。

1.3 渴望护理指导

病人希望通过护理人员获得更多有关情况的健康知识，并根据病人的教育程度，接受程度和严重程度制定相关的培训计划，使病人能够积极参加指导计划，让他们可以在护理人员的耐心指导下，了解到更多自己病情相关方面的知识。并在出院时进行营养治疗提高患者自我管理能力，发放克罗恩疾病相关方面的健康教育手册。

1.4 渴望社会支持

克罗恩病从发现病症到确诊往往需要几个月甚至几年，有时间不等的活动期和缓解期交错，并且有一生都不断复发的趋势，重病患者长期无法正常生活。被诊断为克罗恩病的

患者总是感到焦虑，心理负担大，这很可能影响他们的正常生活，甚至更糟的是，可能使他们对未来自己的生活失去信心。需要医务人员，患者的亲戚朋友，同事，上级等的积极支持和指导，可以帮助患者克服自卑感和关系中的各种障碍。社会的普遍支持和理解能减轻患者应对疾病和治疗时产生的负面情绪和压力，使患者对治疗过程更加适应，并减轻对治疗的排斥。同时医护人员要与患者及其家人建立良好的医患关系，尽量消除患者和其家人的消极情绪，并鼓励患者保持适当的社会关系从而履行其职责，保持正常的社会交往，使患者加强自己的安全感和归属感。

2 对患者的心理干预分析

根据调查结果表明，克罗恩病患者的疾病不确定性总分和复杂程度的评分与焦虑和抑郁的得分是正相关的关系。当克罗恩病患者从医院，家庭和社会上收到相互矛盾的信息时，他们会更加恐惧克罗恩氏病引起的症状。同时，一些患者将对他们的治疗方式失去信心。由于他们无法预测疾病的进展，因此大多数人将面临焦虑、悲观、自卑、沮丧、自责等等负面情绪。患者失眠会影响他们的心理健康和能力。因

此，在临床医疗实践中，医务人员应该采取一定的干预措施，以此来提高患者应对克罗恩病的能力，同时尽量消除他们的负面心态。此外，根据调查结果表明，患者对疾病的不信任程度与焦虑和抑郁之间没有关系。因此，正是因为这个原因，在评估克罗恩病患者时，他们应该专注于分析患者对疾病的不信任感的来源，并积极提供病情的信息以帮助患者了解疾病的相关知识。除了推进最新的治疗研究外，患者还可以减少无法解释的疾病引起的恐惧和困惑，从而提高患者的治疗效果。

3 结束语

疾病的长期性、反复性会很大程度的影响患者身体和心理健康，同时也会让患者的日常生活形成非常大的压力，从而使患者的生活质量下降，所以对于患者的治疗需要进行一些调整和适应。因此，克罗恩病患者的重点应放在疾病的治疗、整个康复过程、药物的治疗和护理、手术上，同时还应关注其心理和护理方面。患者心理反应和护理干预可在其病症上发挥更好的治疗效果，并改善他们的生活质量。

参考文献：

- [1] 尤丽丽,王田田,杨红,张锐,朱文博,姚玉莹,康晓凤,关玉霞.克罗恩病患者肠内营养系统管理的护理实践[J].中华护理杂志,2020,55(09):1372-1376.
- [2] 曾星,叶向红,孙琳,徐金中,沈如婷.克罗恩病患者运动干预研究进展[J].护理学报,2019,26(16):38-42.
- [3] 王谊,陈亚梅.克罗恩病患者疾病不确定感与焦虑、抑郁的相关性研究[J].解放军护理杂志,2019,36(03):20-23.
- [4] 张茂琛,洪理文,张天宇,林筠,胡淑榕,程朦朦,郑思畅,范蝶,王正廷,钟捷.克罗恩病患者健康状况、疾病认知、应对方式与心理状况之间的关系[J].内科理论与实践,2016,11(05):296-300.
- [5] 阮佳音.克罗恩病患者患病体验的质性研究[D].浙江中医药大学,2016.
- [6] 李晓婷,刘云,任建安,刘颂,王革非,任华建,闫东升.克罗恩病患者健康相关生活质量及其影响因素调查[J].中华护理杂志,2014,49(01):70-75.