

心理护理用于抑郁症患者中对不良情绪的价值

崔靓

(成都市第四人民医院 四川 成都 610000)

摘要:目的:分析心理护理用于抑郁症患者中对不良情绪的价值。方法:选择我院于2020年1月至2020年6月作为研究时段,在此期间内收治的抑郁症患者600例作为研究对象,采用回顾性分析法,将其按照护理方式不同分为观察组(300例,使用常规护理方法进行护理),对照组(300例,采用心理护理干预)。对两组不良情绪和生存质量进行收集对比分析。结果:通过不同护理方式进行护理后,观察组不良情绪(SDS抑郁评分、SAS焦虑评分)优于对照组;同时观察组生存质量高于对照组,差异均有统计学意义($P < 0.05$)。结论:在对抑郁症病人护理中,采用心理护理方式对其进行护理,能够提高生存质量,同时能够降低不良情绪发生率,护理效果良好,值得推广运用。

关键词:心理护理干预;抑郁症;不良情绪;护理价值

抑郁症是大脑功能失调状态,是一种常见心境障碍,临床表现为情绪低落,兴趣减退,对生活乐趣减少,思维联想变慢为主要表现^[1]。抑郁症是精神障碍中最常见一类,发病率高。在治疗过程中由于治疗周期较长,且该疾病属于心理类疾病,因此对其实施护理非常有必要。常规护理效果不佳,临床发现采用心理护理方式能够更有利于病患心理不良情绪疏解,护理效果良好。本研究就心理护理用于抑郁症患者中对不良情绪的价值进行探析,具体如下:

1 对象和方法

1.1 对象

选择我院2020年1月至2020年6月收治的抑郁症患者600例作为研究对象,纳入研究对象均确诊为抑郁症。将600例研究对象按照随机分组方式分为观察组和对照组。其中观察组300例,男178例,女122例,平均年龄(26.43 ± 2.51)岁;对照组300例,男170例,女130例,平均年龄(28.83 ± 2.51)岁。对两组一般资料进行分析对比后显示,其差异无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。所有患者对本研究均完全知情同意并签署知情同意书。我院伦理委员会对本研究也完全知情,并批准研究。

纳入、排除标准

纳入标准:所有研究对象均是抑郁症确诊者;临床资料完整。

排除标准:排除临床资料不完整人员;排除妊娠或哺乳期妇女。

1.2 方法

本次研究对观察组和治疗组两组进行不同护理方式。对照组使用常规护理,观察组常规护理基础上实施心理护理,具体方法如下:

1.2.1 对照组常规护理

对照组实施常规护理,即在护理过程中密切观察病情,并根据病情变化实施针对性处理;饮食护理、并发症护理等常规护理。

1.2.1 观察组心理护理干预

(1)由于抑郁症病情特殊,病患大都处于不良情绪中,因此在病患到达科室后第一时间,医护人员就需要对其进行必要心理辅导,护理过程中表达出足够耐心和诚意。可根据病患自身条件和喜好进行话题设置,引起病患表达意愿,增强护理依从性。

(2)通过对病患的了解,制定护理方案。在其情绪缓和阶段对其进行抑郁症知识宣传普及,并对抑郁症发病期可能出现的状况加以描述,缓解其发病时紧张感,提升病患情绪自控能力。

(3)对抑郁症家属进行疾病健康知识宣传,传达抑郁症和普通精神类疾病不同,现阶段只是处于患病状态而不是传统意义上的精神病患者;叮嘱家属保持耐心,护理时需要病患进行安慰,勿采用暴力措施;日常用药需要实时监督,保障用药剂量和用药时间无误,实时反馈用药后病患情况以及发病情况。

(4)根据抑郁症患者喜好,在病房可播放适合病患年纪的舒缓类音乐,采用音乐治疗法和精神分析疗法等,增强其疾病治愈信心。

1.3 观察指标

对比两组不良情绪和生存质量。不良情绪采用SAS焦虑自评量表和SDS抑郁自评量表进行评价;生活质量评定考察病患躯体功能、心理功能、物质生活状态以及社会功能四个方面,每项25分,总分数越高,表示生活质量越高。

1.4 统计学分析

使用SPSS20.0软件对数据进行统计学分析,使用t和“ $\bar{x} \pm s$ ”表示计量资料,使用 χ^2 和%表示计数资料, $P < 0.05$ 表示数据对比差异显著,有统计学意义。

2 结果

2.1 患者心理状态不良情绪对比

观察组不良情绪优于对照组,如表1:

表1 两组SDS抑郁评分、SAS焦虑评分对比($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	SAS评分	SDS评分
观察组	300	45.59 ± 8.52	45.37 ± 8.42
对照组	300	51.24 ± 10.71	51.95 ± 10.89
t	-	7.151	8.279
P	-	0.001	0.001

2.2 两组生存质量情况对比

观察组生存质量优于对照组,如表2:

表2 两组生存质量情况对比($\bar{x} \pm s$,分)

组别	例数	躯体功能	心理功能	物质生活状态	社会功能
观察组	300	21.25 ± 4.31	22.63 ± 4.25	23.66 ± 3.04	20.97 ± 2.08
对照组	300	14.33 ± 6.12	16.69 ± 6.13	15.29 ± 7.25	13.51 ± 6.33
t	-	16.012	13.793	18.441	19.392
P	-	0.001	0.001	0.001	0.001

注:以上表1、2中数据对比差异均有统计学意义($P < 0.05$)。

3 讨论

抑郁症又称抑郁障碍,以显著而持久的心境低落为主要临床特征,是心境障碍主要类型。主要表现为明显情绪低落、入睡困难和睡眠质量差,处于患病期通常感到思考问题时吃力,对事物缺乏兴趣,无生活热情等^[2]。抑郁症达到严重时期,还可能产生自杀倾向,因此对抑郁症的治疗和护理必须引起重视。

在临床中抑郁症治疗时间较长,在治疗时需要辅以有效护理巩固治疗效果。常规护理方式很难达到预期效果,因此临床护理中急需寻找积极有效的护理方式^[3]。心理护理是指在护理全过程中,护士通过各种方式和途径,积极地影响病人心理状态,帮助病人在其自身条件下获得最适宜的身心状态。本研究中观察组采用心理护理方式对抑郁症病患进行护理,通过有效护理手段,真正走进病患内心,与病患产生情感共鸣,加强病患护理依从性,最终引导抑郁症患者逐步走出不良情绪误区,使其身心得到健康发展。

综上所述,在抑郁症护理过程中,采用心理护理方式进行护理,能够取得更好护理效果,值得推广。

参考文献

[1]张立静,牛静,侯静静,孙伟超,徐晶,王健.心理护理干预在抑郁症患者中的应用效果观察[J].当代护士(下旬刊),2022,29(05):132-135.

[2]邵志凤.心理护理对老年高血压伴抑郁症患者的影响[J].中国医药指南,2021,19(08):127-128.

[3]张葳.健康指导及心理护理对老年糖尿病合并抑郁症患者的疗效[J].中国医药指南,2021,19(26):141-142.