

语言沟通及心理护理在焦虑症患者护理中的效果观察

刘亚楠

(西安交通大学第一附属医院 陕西 西安 710061)

摘要:目的: 分析语言沟通和心理护理用于焦虑症的价值。方法: 2020年7月-2022年6月本科接诊焦虑症病人98名, 随机均分2组。试验组采取语言沟通和心理护理, 对照组行常规护理。对比SDS评分等指标。结果: 关于SDS和SAS评分, 在干预结束之时: 试验组的数据分别是(32.14±3.69)分、(35.34±3.91)分, 和对照组(45.87±4.92)分、(47.58±5.03)分相比更低($P<0.05$)。关于满意度, 试验组的数据97.96%, 和对照组81.63%相比更高($P<0.05$)。结论: 焦虑症用语言沟通和心理护理, 负性情绪缓解更为迅速, 满意度改善更加明显。

关键词: 语言沟通; 焦虑症; 满意度; 心理护理

临床上, 焦虑症十分常见, 其发病和神经生化因素、心理因素、遗传与神经影像因素等密切相关, 可引起躯体与心理这两方面的症状, 如: 心慌、口干、出汗、焦虑、气短、恐惧与室性早搏等, 若不积极干预, 将会引起严重后果^[1]。本文选取98名焦虑症病人(2020年7月-2022年6月), 着重分析语言沟通和心理护理用于焦虑症的价值, 如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2020年7月-2022年6月本科接诊焦虑症病人98名, 随机均分2组。试验组女性29人, 男性20人, 年纪范围21-65岁, 均值达到(39.67±4.28)岁。对照组女性28人, 男性21人, 年纪范围21-66岁, 均值达到(39.98±4.37)岁。纳入标准: (1)病人对研究知情; (2)病人意识清楚; (3)排除恶性肿瘤者、孕妇与中途转诊者。2组年纪等相比, $P>0.05$, 具有可比性。

1.2 方法

2组常规护理: 用药指导、病情监测与注意事项告知等。试验组配合语言沟通与心理护理: (1)用简明的语言, 同时配以短视频、PPT或图册等, 为病人讲述焦虑症的知识, 告知治疗流程与目的, 介绍治愈的焦虑症案例, 增强其自信。积极解答病人提问, 打消其顾虑。充分利用微信等软件, 定期为病人推送健康资讯, 以加深病人对自身疾病与健康知识的认知度, 促使病人形成良好的自我保健意识。(2)做好病人家属与朋友的思想工作, 嘱家属和朋友多关心病人, 多与病人沟通, 多陪伴病人, 让病人能够得到更多的情感支持, 从而有助于激发其治疗的信心。(3)主动和病人交谈, 了解其心理诉求, 同时帮助病人解决心理问题。交谈期间, 可酌情运用肢体语言, 如: 眼神交流、握手或拍肩膀。鼓励病人, 支持病人。面对病人时, 需保持良好的态度, 要面带微笑, 说话亲切。为病人播放舒缓的乐曲, 指导病人做深呼吸运动, 促使其身体放松。教会病人如何调整情绪, 包括倾诉和冥想。(4)了解病人喜好, 为病人播放喜欢的乐曲, 30min/次, 2次/d, 让病人能够放松身心。嘱病人保持愉悦的心情, 可试着培养一些兴趣爱好, 如: 插花、阅读或下棋等, 目的在于陶冶情操。

1.3 评价指标^[2]

1.3.1 用SDS和SAS量表评估2组干预前/后负性心理: 各量表都有20个条目, 总分都是80。低于50分, 无负性心理, 高于50分, 有负性心理, 得分越高, 负性心理就越严重。

1.3.2 调查2组满意度: 不满意0-75分, 一般76-90分, 满意91-100分。对满意度的计算以(一般+满意)/n*100%的结果为准。

1.4 统计学分析

SPSS 22.0处理数据, t 的作用: 检验计量资料, 即($\bar{x} \pm s$), χ^2 的作用: 检验计数资料, 即[n(%)]。 $P<0.05$, 差异显著。

2 结果

2.1 负性心理分析

关于SDS和SAS评分, 尚未干预之时: 组间数据相比无显著差异($P>0.05$), 在干预结束之时: 试验组的得分更低($P<0.05$)。如表1。

表1 统计负性心理评估结果表 (分, $\bar{x} \pm s$)

组别	例数	SDS		SAS	
		干预前	干预后	干预前	干预后
试验组	49	57.42±6.89	32.14±3.69	68.35±7.42	35.34±3.91
对照组	49	57.13±6.43	45.87±4.92	68.67±7.28	47.58±5.03
t		0.2541	13.5247	0.2657	14.0179
P		0.1792	0.0000	0.1625	0.0000

2.2 满意度分析

调查结果显示, 试验组: 不满意1人、一般13人、满意35人, 本组满意度97.96%(48/49); 对照组: 不满意9人、一般16人、满意24人, 本组满意度81.63%(40/49)。对比可知, 试验组的满意度更高($X^2=7.2496$, $P<0.05$)。

3 讨论

医院精神科中, 焦虑症十分常见, 具有易复发和难治愈等特点, 可损害病人身体健康, 降低生活质量^[3]。语言沟通和心理护理乃新型的专科护理方法, 涵盖的是“以人为本”这种新理念, 可从语言交流、亲情支持、认知干预及心理疏导等方面出发, 对病人施以专业化的护理, 以消除其负性心理, 促进康复进程, 改善预后^[4]。本研究, 关于SDS和SAS评分, 在干预结束之时: 试验组比对照组低($P<0.05$); 关于满意度, 试验组比对照组高($P<0.05$)。

综上, 焦虑症用语言沟通和心理护理, 负性情绪缓解更为迅速, 满意度改善更加明显, 值得推广。

参考文献:

- [1] 尹智慧. 语言沟通及心理护理对焦虑症患者的护理效果[J]. 健康之友, 2021(4):188.
- [2] 王玲, 李晨, 高宏宇, 等. 语言沟通及心理护理在焦虑症患者护理中的效果分析[J]. 健康大视野, 2021(13):124.
- [3] 柳静. 语言沟通及心理护理在焦虑症患者护理中的应用价值[J]. 饮食保健, 2021(30):191-192.
- [4] 王亚男. 语言沟通及心理护理在焦虑症患者护理中的应用意义分析[J]. 东方药膳, 2021(1):128-129.