

叙事护理对青少年抑郁患者心理弹性的影响

赵鑫

(成都市第四人民医院 四川 成都 610000)

摘要:目的:分析对于青少年抑郁患者采取叙事护理干预的应用价值。方法:以 2019.07~2021.07 月为时间段,以此时间段收治的青少年抑郁患者(n=80)为研究对象,并基于随机数字表法进行分组,护理 2 组(n=40)在护理 1 组(n=40,常规护理)基础上开展叙事护理干预。对比观察两组护理干预方案对患者心理弹性以及社会功能的影响。结果:与护理干预前相比,经护理干预后,患者的心理弹性水平评分均有提高,但护理 1 组改善幅度小(P<0.05)。结论:开展叙事护理干预,有助于改善青少年抑郁患者心理弹性水平,且患者的社会功能有显著改善,利于提高患者的生活质量。

关键词:青少年;抑郁;叙事护理;心理弹性

抑郁障碍是一种常见的精神障碍疾病,其中心境低落是核心表现,同时还伴有不同程度的认知和行为改变,甚至部分患者还会有幻想、思维意识迟缓、食欲减退、焦虑等症状,其会对青少年的身心健康和社会功能产生负面影响,甚至部分抑郁症状会持续到成年,严重影响青少年的健康成长^[1-3]。当前对该疾病主要有药物、物理等治疗方案,治疗效果虽肯定,但患者易受病情的影响,会对治疗产生抵触心理,且部分患者年纪小,会因治疗环境陌生导致情绪波动大,配合治疗差,为此在治疗过程中需要加强针对性的护理干预^[4-5]。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究对象共 80 例,是我院收治的青少年抑郁患者,选取时间段为 2019 年 07 月-2021 年 07 月。按照随机数字表法原则平均分为护理 1 组和护理 2 组,每组 40 例。护理 1 组 vs 护理 2 组,性别(男/女):(27/13) vs (29/11);年龄 12~18 岁,平均年龄(14.28±0.26)岁 vs (14.27±0.25)岁;病程 6~42 个月,平均(24.25±2.11)个月 vs (24.27±2.13)个月;文化程度:初中/高中及中专/本科:(12/21/7) vs (10/25/5)。所有患者的各项资料对比后无明显差异(P>0.05)。

1.2 方法

护理 1 组患者接受常规护理。

护理 2 组在此基础上接受叙事护理,护理内容有:①成立叙事护理小组,小组成员包括精干护理人员若干,主管护师为小组组长,小组成员学习相关叙事护理知识以及护理技巧,提高护理人员

表 1 观察两组心理弹性评分变化 ($\bar{x} \pm s$, 分, n=40)

时间	组别	坚韧性	力量	客观性	总分
干预前	护理 1 组	29.34 ± 2.74	18.37 ± 2.29	10.25 ± 0.74	57.36 ± 2.15
	护理 2 组	29.33 ± 2.76	18.39 ± 2.27	10.27 ± 0.76	57.39 ± 2.16
	t	0.016	0.039	0.119	0.062
	P	0.987	0.969	0.905	0.951
干预后	护理 1 组	33.15 ± 2.16*	23.36 ± 2.28*	12.39 ± 1.28*	68.15 ± 3.29*
	护理 2 组	37.19 ± 2.46*	27.13 ± 2.46*	14.28 ± 2.74*	78.33 ± 5.12*
	t	7.805	7.109	3.952	10.465
	P	0.000	0.000	0.000	0.000

注:与干预前相比,同组干预后*P<0.05。

3 讨论

抑郁是当前危害青少年身心健康的主要因素之一,其病程长,是一种常见的慢性病,复发率和致残率较高,严重影响患者的心理健康和社会能力,且疾病还会对患者的认知功能产生影响,患者会有错误、消极认知,归属感非常弱,心理状态不稳定,严重者甚至会造成自杀。为此,针对该疾病需要注重防治。

研究结果表明,与护理干预前相比,经护理干预后,患者的心理弹性水平评分均有提高,但护理 1 组改善幅度小(P<0.05),且护理 2 组社会功能评分经 3 个月干预后评分显著较低(P<0.05),充分肯定叙事护理干预的应用价值。既往所应用的常规护理干预对策,侧重于观察患者的躯体症状以及药物治疗效果,缺乏对患者心理健康的重视,故而导致护理效果偏差。当前医学模式有显著改变,不仅会关注疾病症状,还会注重观察患者心理层次的需求。

综上所述,开展叙事护理干预,有助于改善青少年抑郁患者心

的护理技能,进而为患者提供更好的护理服务。②学会倾听:护理人员站在患者角度思考问题,充分尊重患者,用平等视角与患者进行沟通交流,在进行交流过程中注意语气温和态度诚恳,引导患者将内心经历事件倾诉,从沟通交流中掌握患者的情绪状况、价值观等变化信息,分析患者存在的心理问题。③解构问题:引导患者回忆既往存在的问题,并分析当时患者的解决流程的心理,及时运用图文宣教、视频等方式来帮助患者对疾病形成正确认知,使用通俗易懂的语言让患者了解更多疾病治疗信息,并在线联系治疗成功案例,让患者能够在沟通、鼓励中增强治疗信心。同时还要将与患者沟通治疗信息同步传递给患者家属,让患者家属能够充分了解患者的内心世界,并予以患者更多的情感交流与支持,多鼓励、安抚患者异常情绪,并积极陪伴患者参与户外活动,让患者感受到家人的关心和支持,能够减轻患者的心理负担。

1.3 观察指标

(1)心理弹性水平变化:对比观察两组患者护理干预前后心理弹性变化,总分为 100 分,分值越高,表明患者的心理弹性越好。

1.4 统计学方法

采用 SPSS25.0 分析,计量资料以($\bar{x} \pm s$)表示,经 t 检验,计数资料经 χ^2 检验,以(%)表示,差异有统计学意义为 P<0.05。

2 结果

2.1 心理弹性水平比较

与护理干预前相比,经护理干预后,患者的心理弹性水平评分均有提高,但护理 1 组改善幅度小(P<0.05),详见表 1。

理弹性水平,且患者的社会功能有显著改善,利于提高患者的生活质量,值得临床推广应用。

参考文献:

- [1]鲍丽萍,沈械华,李业平,等.萨提亚模式心理护理对青少年抑郁障碍患者负性情绪和自尊的影响[J].解放军护理杂志,2022,39(3):66-69.
- [2]李金红,尹利.时效激励护理结合认知干预对抑郁症患者的心理弹性水平、社会支持及生活质量的影响[J].临床与病理杂志,2020,40(6):1495-1500.
- [3]李海红.正念减压对抑郁症患者心理弹性及睡眠质量的影响[J].中国农村卫生,2021,13(9):40-42.
- [4]王霞.叙事护理对抑郁症患者焦虑抑郁及生活质量的影响[J].中国医药指南,2021,19(23):189-190,193.