

陪伴式情感护理干预对双相情感障碍患者治疗依从性的效果

毛冬梅

(成都市第四人民医院 四川成都 610000)

摘要: 陪伴式情感, 是一种真实、温暖、持久的情感状态。它需要我们以身相伴、真心互助, 与人建立起关系。陪伴式情感是指随着时间累积, 情感间相互支持、相互滋养, 恰恰相信和接受对方的真实情感表达。陪伴, 是客观存在的一种行为。它强调时间和空间上与另一个人相伴。而陪伴式情感, 则强调在相伴的同时, 情感上的互动和交流。它并不只是单纯的存在, 而是需要我们注重心理上的互动, 以及相互的关心和支持。

关键词: 陪伴式情感护理; 情感护理; 情感障碍患者

Effect of Companion Emotional Nursing Intervention on Treatment Compliance of Patients with Bipolar Disorder

Mao Dongmei Chengdu Fourth People's Hospital Chengdu 610000, Sichuan

Abstract: Companion emotion is a true, warm, and lasting emotional state. It requires us to be with each other, sincerely help each other, and establish relationships with others. Companion emotion refers to the mutual support and nourishment of emotions over time, precisely believing in and accepting the true emotional expression of the other party. Companion is an objectively existing behavior. It emphasizes being with another person in time and space. Companion emotion emphasizes emotional interaction and communication while accompanying each other. It is not just a mere existence, but requires us to focus on psychological interaction, as well as mutual care and support.

Key words: Companion emotional nursing; Emotional care; Patients with emotional disorders

每个人都希望拥有一份美好的情感, 陪伴式情感可能就是其中之一。但它不仅是一个流行的词汇, 更是我们生活中必修的课程, 它能够让我们更好地理解 and 感受情感。陪伴式情感是什么? 它不仅是一种爱情, 更是一种生活方式, 一种境界, 一种感觉。它代表着两个人在情感上的依存、支持、理解和共享, 是一种互相陪伴的状态, 一种相互扶持的关系。它强调的不是感情的高涨, 而是平淡的生活, 抵御外在诱惑和压力的影响, 彼此成为对方坚实的后盾。陪伴式情感强调的是人际关系的质量, 它需要两个人彼此理解、尊重, 通过合理的沟通和交流来解决分歧, 互相包容和谅解对方的缺点和不足, 以此建立起坚固的感情基础。在陪伴式情感中, 并不会因为外在的变化而疏远甚至分手。相反, 两人会因为共同的经历而更加默契, 因为彼此的扶持而更加坚定。陪伴式情感需要我们在长期的共同生活中, 慢慢积累、悉心呵护。因此, 养成一份优秀的陪伴式情感, 是每个人必须完成的人生任务。它不仅关乎个人的爱情幸福, 更注定要对社会、对人类、对未来产生深远的影响。

一、什么是陪伴式情感

陪伴式情感是一种源自亲密关系中的情感状态, 强调伴侣之间的互相依存、流动、支持和共享。它强调长期、稳定的关系, 鼓励双方在情感和情感状态上保持互动和共享。

陪伴式情感的核心是共同经历和相互关心的经验。在这种情感中, 真正的关系是双方共同的, 而不是单方面的。陪伴式情感通常表现为互相支持、信任和依存。在了解彼此的同时, 伴侣之间会互相开放, 建立起真实且深刻的联系^[1]。相较于单一的浪漫, 陪伴式情感更能够维持长久、稳定的关系。它能够滋养人类精神的基石, 建立人类道德的根基, 促进人类社会的进步。陪伴式情感的影响有积极和消极两面性。积极方面, 它能创造更多的幸福、满足和内在的和谐; 消极方面, 它可能导致过分依赖和情感依附, 使人失去自我和自由。

陪伴式情感是事业与家庭的稳定的共同体现。如何保持陪伴式情感的长期稳定, 是一种必不可少的技能。例如, 透明度、坦诚和建立互利的性沟通是一些值得注重的方面。陪伴式情感并非完美无缺的。当出现无法解决的问题时, 最好的方法是彼此坦诚沟通, 共

同合作, 努力找到恰当的解决方案。陪伴式情感对于人们的心灵、健康和生活都至关重要。让我们不断保持和巩固陪伴式情感, 创造更加美好的未来。

二、陪伴式情感护理对双相情感障碍患者治疗依从性的效果

双相情感障碍, 是一种常见的神经精神疾病, 患者会出现周期性的情绪波动, 即交替发作的抑郁症和躁狂症。随着社会压力的不断增大, 双相情感障碍的患病率逐年提高, 而治疗依从性成为影响治疗效果的重要因素之一。陪伴式情感护理作为一种新兴的治疗模式, 得到了越来越多精神科医生的重视, 但其对双相情感障碍患者治疗依从性的效果如何呢?

2.1 陪伴式情感护理的概念和特点

陪伴式情感护理是指医护人员采用身体和情感上的陪伴机制, 与患者互动和沟通, 共同制定治疗方案, 引导患者积极参与治疗过程的一种护理模式。其特点是: 情感支持性、关怀性、信息性、教育性和治疗性。

2.2 双相情感障碍的治疗依从性问题

双相情感障碍患者具有治疗依从性差、易复发的特点。病情伴随周期的波动变化, 需要长期服药和长期随访, 费用昂贵, 加之患者整体较年轻, 经济压力比较大, 使得治疗依从性问题更为突出。

2.3 陪伴式情感护理对治疗依从性的影响

目前研究显示, 陪伴式情感护理能够显著提高双相情感障碍患者的治疗依从性。这是因为, 陪伴式情感护理能够强化患者与医护人员之间的心理联系, 使之感到被认可、被理解和被关爱, 从而增加其对治疗的信任和参与程度, 提高治疗的质量和效果。

2.4 陪伴式情感护理的实施方式

陪伴式情感护理的实施方式包括情感支持、共情沟通、情感关怀、心理疏导等方面, 要求医护人员耐心聆听、理解和关注患者的感受和想法, 与患者建立共性话题, 使患者感到自己被理解和关注, 增强患者对治疗的信任和依从性。

2.5 陪伴式情感护理的优势和局限

陪伴式情感护理的优势是具有灵活性、针对性和协同性;能够充分发挥医护人员的教育和技能优势,使得患者更容易选择和接受治疗。但是该模式会增加医护工作量和治疗费用。

2.6 未来发展趋势与建议

未来陪伴式情感护理要更倾向于在临床实践中的推广和应用,发挥其在提高治疗依从性方面的重要作用,使得患者受益。同时,政府和医疗机构也应该加强政策支持,提高医护人员的职业水平和治疗管理,降低治疗门槛,减轻患者的经济负担,保障患者治疗权益。陪伴式情感护理在双相情感障碍患者治疗依从性方面具有显著效果和应用价值,但依然需要更多的实践和研究,以推动其更好的发展和应用。

三、如何提高陪伴式情感护理对双相情感障碍患者的治疗依从性效果

3.1 加强患者与护理人员之间的沟通

陪伴式情感护理需要护理人员与患者之间相互配合,做好沟通十分必要。在护理过程中,护理人员应当倾听患者的心声,关注患者的身体和情绪变化,及时调整护理方案,为患者提供更好的护理服务^[2]。

3.2 建立良好的信任关系

在陪伴式情感护理中,护理人员需要与患者建立起信任关系,让患者放心地接受护理。同时,护理人员应当尊重患者的隐私,帮助患者维护自尊心,增强患者的自信心。

3.3 提供持续的治疗支持

陪伴式情感护理需要护理人员长期陪伴患者,并提供持续的治疗支持。在治疗过程中,护理人员应当向患者说明治疗方案和效果,让患者对治疗有清晰的认识,激发患者的治愈信心。

3.4 关注心理健康问题

在治疗过程中,护理人员要关注患者的心理健康问题,及时评估患者的心理状态,给予患者必要的心理支持和帮助,帮助患者建立积极的心态,应对治疗过程中可能出现的挫折和困难。

3.5 制定合理的护理方案

制定合理的护理方案是陪伴式情感护理的核心内容。在制定方案时,护理人员要考虑患者的病情和治疗需求,结合患者的实际情况定制个性化的护理方案。同时,护理方案必须科学合理,考虑到患者的身体和心理状况,避免给患者造成不必要的伤害。

3.6 加强患者自我管理意识

陪伴式情感护理能够提高患者的治疗依从性,但患者自身的管理意识也非常重要。护理人员应当帮助患者养成良好的自我管理习惯,让患者更好地掌握自身的治疗情况,逐步实现自我控制,提高治疗效果。陪伴式情感护理的治疗依从性效果对双相情感障碍患者的康复至关重要。只有护理人员能够充分了解患者的需要,加强与患者的沟通和信任,提供全面的治疗支持,配合个性化的护理方案,同时帮助患者加强自我管理意识,才能够取得更好的治疗效果^[3]。

四、陪伴式情感护理治疗双相情感障碍患者的要点

4.1 建立信任关系

第一次面对治疗师时,患者常常会显得比较紧张,甚至抗拒。因此,治疗师首先要学会和患者建立起互相信任、互相理解的关系,这一步是治疗成功的关键。

4.2 开展情感导向的谈话

在建立信任关系的基础上,治疗师会主动与患者开展一系列谈话,关注其内心情绪变化、生活中的事件等等,有效地探究患者的精神问题。

4.3 共同制定治疗目标

在深入了解患者的情况后,治疗师还应该和患者共同制定出具体的治疗目标,分析患者的需求,设计出针对性的心理治疗方案,帮助患者更好地认识自己,掌握自我调节和管理情绪的技能。

4.4 运用认知行为疗法

治疗双相情感障碍需要灵活使用认知行为疗法等心理疗法。治疗师会详尽了解患者的情况,精心指导其实践锻炼,帮助患者成功地掌握情绪调节的新技能。

4.5 定期复查评估

治疗结束后,治疗师会与患者定期复查并进行评估。如果发现无法达到治疗目标,治疗师应当对治疗方案进行进一步调整并重新进行治疗。

总之,陪伴式情感护理是治疗双相情感障碍的重要方式,不仅认真关注患者的心理状况,还注重亲密关系的建立,有效提升了治疗效果。

五、如何预防双相情感障碍患

双相情感障碍是一种常见的精神疾病,它会给患者自身及周围人带来不小的负担。要想预防双相情感障碍的发生,你可以从以下几个方面进行调整。良好的生活习惯,包括三餐规律、早睡早起、适量运动等,有助于改善身体状况,缓解精神压力,进而减少精神疾病的发生。同时,不要过度饮酒或使用药物,以免对身体和精神造成伤害。过多的情感刺激是双相情感障碍的发病因素之一^[4]。因此,要尽量避免过度的情感波动,保持心态平稳。在情绪波动时,可以通过与朋友或心理咨询师交流来舒缓自己的情绪,寻求正确的解决方式。定期体检可以有效地发现身体上的问题。如果出现相关的病症,及时治疗有助于缓解身体状况,避免病情加重,减少对心理的不良影响。总之,保持身心健康,规避情感刺激,寻求支持和帮助都可以对预防双相情感障碍起到一定的作用。

六、结论

陪伴式情感护理能够在多个方面提高患者的治疗依从性,从而在治疗中起到积极的作用。较高的治疗依从性能够在一定程度上提高治疗的效果,让患者更快地恢复健康。总体来看,陪伴式情感护理能够提高双相情感障碍患者的治疗依从性,从而达到更好的治疗效果。未来的研究还需要进一步探究陪伴式情感护理的作用机理以及更加有效的实施方式。

参考文献:

- [1]林敏,黄榕,翁雪云.探讨护理干预对双相情感障碍抑郁相患者的康复效果[J].医药前沿, 2016, 6(13): 268-269.
- [2]陈晓云,郑益娇.针对性护理干预对双相情感障碍复发患者服药依从性的影响分析[J].中外医疗, 2018, 37(26): 163-165.
- [3]梁永珍,潘巧淑,周芳珍,等.支持性心理护理干预对双相情感障碍患者治疗依从性和自尊水平的影响[J].内科, 2019, 14(4): 500-502.
- [4]路桃影,李艳,夏萍,等.匹兹堡睡眠质量指数的信度及效度分析[J].重庆医学, 2014, 000(3): 260-263.