

浅谈心理护理在抑郁症患者临床护理中的效果

殷天虹 高凡

(淮安市第三人民医院)

摘要: 目的: 分析在抑郁症患者临床治疗期间应用心理护理的作用效果。方法: 从我院 2022 年 4 月至 2023 年 4 月之间接收的抑郁症患者中随机选出 60 例展开研究, 将其随机分为对照组、研究组, 并为其提供各不相同的护理服务内容, 进一步评价心理护理的作用价值。结果: 从多项量表评分, 如 HAMA、HAMD 方面加以比较, 均显示研究组的评分表现好于对照组 ($P < 0.05$)。结论: 在为抑郁症患者进行临床治疗的过程中应用心理护理干预方案可以有效缓解其负性情绪, 降低患者的自杀风险, 同时也有利于减少药物副作用, 作用价值突出。
关键词: 心理护理; 抑郁症; 应用效果

抑郁症是一种普遍存在的心理健康问题, 也被称为抑郁障碍。这种疾病的典型症状包括情绪低落, 并且会随着时间的流逝变得更加严重。如果没有及时的治疗, 这种疾病会导致患者产生自杀念头, 对他们的身心健康造成负面影响。研究表明, 通过采取心理护理干预, 可以显著改善抑郁症患者的症状, 从而提高他们的生活质量。对此进行了本次研究, 现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次实验在我院 2022 年 4 月至 2023 年 4 月之间接收的抑郁症患者中纳入 60 例研究对象, 分为两组, 从一般资料的角度分析, 对照组中男女患者比例为 17:13, 年龄介于 19 岁至 68 岁之间; 研究组中男女患者比例为 16:14, 年龄介于 23 岁至 67 岁之间。组间比较一般资料, 无较大差异性 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组的患者应用常规护理模式, 研究组选用心理护理干预模式:

(1) 护士在与患者初次交流时, 应该充满耐心和热情, 仔细观察他们的症状, 并采取温柔、友好的沟通方式, 以减轻他们的不安感; 为了帮助那些不愿意与他人交流的患者, 护理人员可以根据患者的一般资料, 为他们提供更好的病房环境, 营造一个安静、舒适、温馨的康复氛围, 让患者感受到家的温暖, 消除他们内心的陌生感, 并逐渐引导他们讲述自己的感受和想法, 护士们应该充分理解和尊重病患的想法, 并给予他们必要的支持和安抚, 从而促进他们更好地配合治疗。

(2) 为了帮助那些对自己的疾病缺乏认识的患者, 护理人员可以通过举例说明、介绍常见症状等方法来帮助他们更好地了解疾病, 向患者展示康复的案例, 以增强他们的治疗信心。此外, 还可以鼓励患者参加适当的运动锻炼, 以帮助他们获得身心的愉悦, 并释放内心的压力。

(3) 对于那些情况严重、有自残倾向的患者, 护理人员应该在他们情绪稳定的时候, 与他们进行沟通, 分析病情的危险性, 并且给予他们正确的指导, 帮助他们走上积极的治疗道路。在病房里, 应该严格管理可能对患者造成伤害的、锋利的物品, 并且加强监督, 一旦发现任何不当行为, 立即采取措施阻止。

(4) 护士需要向患者的家属介绍患者的病情状况, 并建议他们尽可能多地探视患者, 与他们分享最近家里和周围的新鲜事, 给予患者充足的精神支持。

1.3 观察指标

1.3.1 汉密顿抑郁量表 (HAMD)

该量表主要包括的内容有抑郁、有罪感、自杀、入睡困难、疑病等数项内容, 评分低于 7 分, 则表示正常; 7~17 分为可能抑郁; 18~24 分为肯定抑郁; 高于 34 分表示严重抑郁。

1.3.2 汉密顿焦虑量表 (HAMA)

该量表包含了多种情绪, 如焦虑、紧张和恐惧。如果得分低于 7 分, 无焦虑情绪; 7~13 分表示疑似焦虑; 14~20 分表示肯定焦虑; 超过 28 分, 则表现为严重焦虑。

1.4 数据处理

利用 SPSS25.0 软件分析处理研究数据, 患者的计量资料 ($X \pm S$) 与计数资料 (%), 分别应用 t 、 χ^2 检验, $P < 0.05$ 结果差异明显。

2 结果

2.1 组间比较 HAMD、HAMA 量表评分

根据表 1 的数据调查结果进行分析, 研究组在这两方面量表评分中的表现远好于对照组 ($P < 0.05$)。

表 1 组间比较 HAMD、HAMA 量表评分

组别	例数	护理前		护理后	
		HAMD	HAMA	HAMD	HAMA
研究组	30	25.47 ± 1.06	19.53 ± 1.05	10.10 ± 1.02	8.53 ± 1.03
对照组	30	25.84 ± 1.09	19.67 ± 1.13	12.28 ± 1.96	9.99 ± 1.95
t		0.143	0.091	1.483	1.292
p		0.792	0.852	0.000	0.000

2.2 心理护理有效率

实验组护理有效率高于参照组, 对比差异具备统计学含义 $P < 0.05$ 。详见表 2。

表 2 心理护理有效率 [n, (%)]

组别	例数	显效	有效	无效	护理有效率 (%)
研究组	30	43(69.35%)	17(27.42%)	2(3.23%)	96.77%(60/62)
对照组	30	36(58.06%)	13(20.97%)	13(20.97%)	79.03%(49/62)
χ^2		1.709	0.704	9.177	9.177
P		0.191	0.402	0.002	0.002

3 讨论

抑郁症的产生可能受到多种因素的影响, 例如, 家庭中有相关疾病的人更容易患上该病; 此外, 5-羟色胺、多巴胺等神经生化物质的变化以及生活和工作中的重大事件可能给患者带来心理压力, 也可能引发抑郁症。根据丛素兰的研究分析, 通过进行心理护理, 能够显著提高患者的预后。

此次实验期间主要利用对照探究的方式分析了不同护理模式对患者焦虑、抑郁、自杀情绪的影响, 同时也对照比较了不同组别的药物副作用评分水平, 结果显示研究组在上述几方面的评分对比中的表现均好于对照组 ($P < 0.05$)。这一对比结果表明心理护理干预有利于帮助患者缓解不良情绪, 抑制自身念头以及改善药物副作用。

综上所述, 通过进行心理护理, 能够显著缓解抑郁症患者的负面情绪, 并且能够有效降低药物副作用带来的不良影响, 作用价值较高。

参考文献:

[1]蔡晶晶,李妍妍,韩笑,等.认知性心理护理在老年抑郁症护理中的应用效果[J].东方药膳.2021(9).

[2]王倩,杨亭,牟甜甜,等.认知性心理护理在老年抑郁患者护理中的应用[J].健康必读.2021(4).