

心理护理在神经衰弱患者护理中的应用探讨

张晴

(苏州市广济医院)

【摘要】目的 对心理护理在神经衰弱患者护理中的作用效果进行探究。方法 随机选取我院 2017 年 5 月~2019 年 4 月期间接诊的 76 例神经衰弱患者为研究对象,根据随机数字表法分为对照组、研究组,均 38 例,对照组予以常规护理,研究组在此基础上进一步强化心理护理,比较两组护理效果。结果 护理后,研究组焦虑抑郁评分低于对照组,对比差异显著 ($P < 0.05$);研究组护理满意度 (94.74%) 高于对照组 (76.32%),对比差异显著 ($P < 0.05$)。结论 进一步强化神经衰弱患者心理护理,可消除患者不良情绪,树立健康心理状态,提高护理满意度,值得优选。

【关键词】心理护理;神经衰弱;效果

作为常见的一种神经症,神经衰弱的发生与精神因素、社会工作压力、不良性格等 因素有关,表现为精神兴奋、脑力疲乏等症状,甚至伴发情绪烦恼、睡眠障碍等其他表现。已有研究证实,神经衰弱病情变化与心理社会因素密切相关^[1]。为此,进一步加强做好神经衰弱患者心理护理工作具有重要意义。本研究以我院神经衰弱患者为例,在常规护理基础上,进一步强化心理护理,取得令人满意的效果,如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究已取得医学伦理委员会的批准,所有患者知晓研究,自愿签署知情同意书,现对我院 2017 年 5 月~2019 年 4 月期间接诊的 76 例神经衰弱患者予以研究,根据随机数字表法分为对照组 38 例,男性 20 例,女性 18 例,年龄 20~67 岁。研究组 38 例,男性 21 例,女性 17 例,年龄 22~70 岁。经过统计学软件处理,两组基线资料均衡可比 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组:常规护理,患者入院后,测量、记录生命体征变化,安排病房,联系医生,建立静脉通路,给与药物治疗,与此同时辅以其他护理干预措施,如心理疏导、健康教育、饮食指导、生活干预等。

研究组在常规护理基础上,进一步强化心理护理,如下:(1)参与以往研究文献资料,掌握神经衰弱相关信息,结合以往工作经验,以及神经衰弱特点、患者性格特征等内容,分析患者存在的问题,及时采取针对性心理护理。(2)干预措施,①优化睡眠环境,为患者创造舒适、安静睡眠环境,保持室内温湿度

适宜,对于有条件医院,安排患者在独立病房;嘱咐患者睡前温水泡脚,或是饮用热牛奶,严禁饮用刺激性饮料(浓茶、咖啡等)、剧烈运动;②满足患者身心需求,待患者入院,热情接待患者,主动进行自我介绍,并向其介绍院内环境、规章制度,使其尽快适应周围环境,消除紧张恐惧等情绪;③促进护患沟通,根据患者病情程度、既往病史,分析病因,评估精神状况,在此基础上,与患者进行有效交谈,全面掌握患者心理状况,另外,重视患者的日常饮食安排、生活卫生,使其感受到护理人员的关心,建立良好护患关系,便于引导患者逐渐成健康行为生活方式,增强心理承受能力、忍耐性,逐步走向正确的情绪及行为运转;④稳定患者情绪,以唠家常方式与患者聊天,注意观察轻松、愉快谈话氛围中患者面部表情,评估心理反应,利用心理学知识指导患者掌握自我情绪调节技巧,与此同时,针对性格外向者,重视患者主诉,了解实际需求,根据具体问题进行针对性开导,努力帮助患者解决实际问题,增强患者信任度;性格内向者,主动关心患者疾病形成原因,逐步引导患者阐述内心想法,实施护理及帮助。

1.3 观察指标

①使用焦虑自评量表(分界值为 50 分)、抑郁自评量表(分界值为 53 分)评估患者不良情绪,分值越高,心理状况越差。②使用本院设计的《护理满意度调查表》评估患者对护理工作的满意度,总分 100 分,分为十分满意、较满意、不满意,总满意度 = 十分满

意度 (%) + 较满意度 (%)^[2]。

1.4 统计学处理

研究数据使用统计学软件 SPSS24.0 处理,计量资料行 t 检验;计数资料行 χ^2 检验。 $P < 0.05$,差异有统计学意义。

2 结果

2.1 不良情绪的比较

护理后,研究组焦虑抑郁评分低于对照组,对比差异显著 ($P < 0.05$),见表 1。

表 1. 不良情绪的比较 [$(\bar{x} \pm s)$]

组别 (n = 例数)	焦虑评分	抑郁评分
对照组 (n = 38)	50.23 ± 2.19	53.35 ± 3.21
研究组 (n = 38)	46.17 ± 2.05	47.30 ± 2.15
t 值	8.343	9.653
P 值	0.000	0.000

2.2 护理满意度的比较

护理后,研究组护理满意度为 94.74% (36/38),包括十分满意 15 例,较满意 21 例,不满意 2 例。对照组护理满意度为 76.32% (29/38),包括十分满意 12 例,较满意 17 例,不满意 9 例。对比差异显著 ($P < 0.05$)。

3 讨论

神经衰弱患者普遍存在以下心理特点:①精神倦怠,表现为记忆力减退、反应迟钝,影响学习工作能力,长期发展下去就会引发头晕、疲惫;②心理悲观,因精神生活较差,病情时好时坏,导致患者担心自身病情影响生活及家庭,造成思想压力加重,而丧失对生活的希望;③焦虑抑郁,由于患者长期处于过度精神紧张状态,导致一系列相应的临床表现,如头痛、注意力不集中、睡眠不足等,进而引发患者心理异常改变,表现为焦虑、抑郁等;④情绪波动大、缺乏忍耐性:患者自制力/自控力低下,而引发情绪波动,使其在生当中无法对外界刺激做出冷静分析、思考,尤其是在面对生活中困难及矛盾时,常常觉得无法解决而过度担忧,稍有不顺,就会大发脾气,降低精神生活质量^[3]。所以,务必对神经衰弱患者工作予以高度重视,尤其是心理护理,应引起医护人员的重视。本文结果得出,研究组焦虑抑郁评分低于对照组,但护理满意度明显高于对照组,表示熟练掌握、规范运用心理学系统理论知识,能够真正解决神经衰弱实际心理问题,拉近护患距离,构建良好护患关系。

综上所述,强化神经衰弱患者心理护理对其预后发展具有良好的促进效果,值得大力宣传。

参考文献

- [1] 丛燕. 心理护理干预在神经衰弱患者护理中的应用效果探究[J]. 中国继续医学教育, 2017, 9(1): 243-244.
- [2] 张傲秋. 综合优质护理干预在神经衰弱患者护理中的应用[J]. 河南医学研究, 2018, 27(2): 380-381.
- [3] 丛杰. 心理护理对神经衰弱患者不良情绪及满意度的影响评价[J]. 中国医药指南, 2017, 15(22): 203-204.