

# 综合性心理护理对抑郁症患者的应用效果及其生活质量的 影响

李盟盟

(河南省荣康医院 河南洛阳 471013)

**摘要:** 目的: 分析抑郁症患者护理中, 综合性心理护理的应用效果。方法: 研究开展时间范围是 2022 年 2 月至 2024 年 2 月, 共 2 年, 研究对象为在我院就诊的抑郁症患者, 利用随机抽样法分组, 组名为分析组和对照组, 分别实施综合性心理护理和常规护理, 整理相关数据比较与分析。结果: 数据结果与对照组相比较, 分析组护理有效率更高 ( $P < 0.05$ ); 护理后生活质量评分升高更显著 ( $P < 0.05$ )。结论: 护理方案与抑郁症管理效果密切相关, 综合性心理护理应用效果理想, 凸显护理优势, 提高患者生活质量, 有较好应用前景。

**关键词:** 抑郁症; 综合性心理护理; 生活质量

抑郁症是临床上发生率高、影响明显的一类精神障碍性疾病, 核心症状包括情绪起伏大、自我否定、悲观厌世、自卑抑郁等, 严重者存在自杀、自残倾向或行为, 影响患者健康的同时, 不利于家庭和社会稳定<sup>[1]</sup>。临床上服用抗抑郁药以及心理治疗是管理抑郁症人群的主要方法, 但是单纯用药治疗效果不理想, 配合有效的护理干预在抑郁症治疗和康复过程中占据重要地位<sup>[2]</sup>。综合心理护理是一种护理范围广、护理措施更全面的护理形式, 近年来在多种疾病心理护理中被广泛应用, 经过临床研究与实践发现, 将其应用于抑郁症心理护理中, 能够帮助患者改善其负性情绪, 提高疾病治疗效果<sup>[3]</sup>。本研究目标为观察疾病护理效果, 进一步分析综合性心理护理在研究对象护理中的应用价值, 现报道如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

研究围绕抑郁症患者开展, 始于2022年2月, 结束于2024年2月, 有68例患者满足此次研究需求, 分组后保证每组例数相同(34例)、护理措施不同, 其中分析组(男14例, 女20例)年龄均数是( $32.42 \pm 2.08$ )岁; 对照组(男15例, 女19例)年龄均数是( $32.47 \pm 2.02$ )岁。在统计学软件中对患者的基本信息进行比较分析, 结果发现组间数据差异不明显( $P > 0.05$ ), 可进行后续研究。

**纳入标准:** (1) 研究对象临床综合检查结果符合抑郁症诊断标准; (2) 自愿参与此次研究。

**排除标准:** (1) 依从性差, 不配合研究; (2) 合并患有痴呆、双相情感障碍以及阿尔兹海默病等其他精神障碍疾病。

### 1.2 方法

对照组, 常规护理, 根据住院患者实际情况予以健康宣教、

用药指导、饮食护理以及病情观察等护理干预, 根据患者病情变化对护理措施进行调整, 保证满足患者身心需求。

分析组, 在常规护理基础上加用综合心理护理, 具体护理内容如下: (1) 强化健康教育, 通过聊天的方式了解抑郁症患者对疾病的认知情况, 根据患者文化水平等相关信息, 通过多种途径向患者以及家属进行疾病知识宣教, 包括口头宣教、播放视频、分发健康手册等, 保证语言通俗易懂, 重点讲述抑郁症发生原因、症状表现、治疗等知识, 对患者及家属对疾病的错误认知予以纠正; (2) 强化交流沟通, 定期评估患者病情变化, 予以一对一的心理疏导, 经常与患者聊天, 鼓励患者说出内心想法, 并且温和、友善以及耐心的安慰患者, 帮助患者学会从多角度看待问题, 保持愉悦心情; 寻求家属帮助, 嘱咐家属延长陪伴患者时间, 多关心患者, 避免对患者产生不良刺激, 通过共同做游戏、聊天等转移患者注意力; (3) 强化心理干预方式, 结合患者性格之间的差异、予以不同心理护理方法, 若患者喜欢热闹, 可组织此类患者每周进行一次活动表演, 每次活动时间控制在15-20min, 让患者在小品、游戏以及话剧中放松身心; 若患者内向, 情绪敏感, 护理人员通过沟通交流、及时表扬以及肢体接触等予以鼓励; 若患者情绪激动、易怒, 护理人员认真倾听患者的想法, 并予以赞同, 通过组织读书以及手工制作等高度专注力的活动调整患者情绪状态; 若患者胆小、被动, 护理过程中对患者的进步予以奖励, 以此鼓励患者加入到活动中。

### 1.3 观察指标

抑郁症护理效果以患者疾病症状改善情况为标准, 若患者自残、自杀行为, 情绪低落、兴趣减退症状消失, 判定为显著见效; 若患者上述行为和症状与治疗前相比缓解, 则判定为初

步见效；若达不到以上标准则判定为未见疗效，最后统计显著见效和初步见效人数。生活质量的评价以生活质量核心问卷（QLQ-C30）为标准，共了解患者四方面的能力，分数高低代表患者相关能力高低<sup>[4]</sup>。

#### 1.4 统计学方法

本次实验数据应用 SPSS 24.0 软件进行统计学数据的分析， $P < 0.05$  代表差异有统计学意义。

#### 2 结果

##### 2.1 观察并统计抑郁症护理效果

结果对比差异明显，分析组为 94.12%，对照组为 76.47% ( $P < 0.05$ )，数据见表 1。

表 1 护理有效率对比 [n (%)]

| 分组       | 例数 | 显著见效       | 初步见效       | 未见疗效      | 总有效        |
|----------|----|------------|------------|-----------|------------|
| 分析组      | 34 | 20 (58.82) | 12 (35.29) | 2 (5.88)  | 32 (94.12) |
| 对照组      | 34 | 14 (41.18) | 12 (35.29) | 8 (23.53) | 26 (76.47) |
| $\chi^2$ |    |            |            |           | 4.221      |
| P        |    |            |            |           | 0.040      |

##### 2.2 评估并比较两组患者生活质量评分变化

经为期 6 周护理，分析组 QLQ-C30 评分各项指标均明显高于另一组，差异显著 ( $P < 0.05$ )，数据见表 2。

表 2 QLQ-C30 评分对比 ( $\bar{x} \pm s$ ) n=34

| 组别  | 躯体功能         |              | 社会功能         |              | 角色功能         |              | 认知功能         |              |
|-----|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|     | 护理前          | 护理后          | 护理前          | 护理后          | 护理前          | 护理后          | 护理前          | 护理后          |
| 分析组 | 50.41 ± 1.23 | 71.81 ± 2.96 | 58.45 ± 1.46 | 70.15 ± 1.75 | 70.45 ± 1.44 | 82.45 ± 5.78 | 59.75 ± 1.16 | 70.15 ± 3.73 |
| 对照组 | 50.43 ± 1.45 | 65.45 ± 1.24 | 58.54 ± 1.67 | 66.15 ± 1.08 | 70.47 ± 1.48 | 76.72 ± 3.69 | 59.73 ± 1.08 | 62.72 ± 2.36 |
| t   | 0.061        | 11.556       | 0.237        | 11.342       | 0.056        | 4.872        | 0.074        | 9.815        |
| P   | 0.951        | 0.000        | 0.814        | 0.000        | 0.955        | 0.000        | 0.942        | 0.000        |

#### 3 讨论

近年来，受生活节奏加快、人们生活压力大等因素影响，我国抑郁症患者人数越来越多，因疾病具体发生机理和原因尚不明确，导致治疗结果不够理想<sup>[5]</sup>。既往抑郁症护理中以常规护理干预为主，对患者的心理护理重视程度不高，同时因为心理护理措施比较单一，导致心理护理效果不理想、患者不良情绪改善不明显。综合性心理护理将心理干预作为工作重点，结合全面、综合护理手段改善患者心理状态，逐渐应用于抑郁症等

多种精神类疾病心理护理中<sup>[6]</sup>。

在本次研究中，将抑郁症患者分为干预措施不同的两组，最终得到有明显差异的护理结果，在护理有效率对比中，分析组显著见效和初步见效人数更多 ( $P < 0.05$ )，在生活质量评分对比中，分析组各项生活质量指标评分高于对照组 ( $P < 0.05$ )，以上研究结果进一步验证了综合心理护理在抑郁症患者护理中的应用价值，对以上结果得出原因进行分析，原因一，综合性心理护理是优质护理干预模式中的一种，以患者实际情况为依据，从多方面对患者展开心理疏导，一方面能够帮助患者更好地掌控自己的情绪，另一方面能够用积极乐观的心态面对人和事<sup>[7]</sup>。原因二，综合性心理护理中重视对患者以及家属的健康教育，能够增加患者对疾病的了解，摒弃对抑郁症的错误认知，促使患者意识到主动配合治疗和护理干预对于疾病治愈的重要性。原因三，综合性心理护理以患者性格特点作为工作的出发点，实现针对性的疏导，进而避免负面情绪在患者心中累积；采用个体化心理护理，有针对性的改善患者因疾病导致的不良心理状态。原因四，综合性心理护理通过调整患者身心状态、纠正错误行为，提高患者生活质量。

综上所述，对于抑郁症患者来说，综合心理护理的应用效果理想，具有多重护理优势，一方面能够提高护理效果，另一方面能够改善患者生活质量，在临床上可广泛应用。

#### 参考文献：

[1]刘媛丽,刘倩,孙文文.综合性心理护理对抑郁症患者的影响[J].心理月刊,2023,18(7):111-113.

[2]金惜俭,杨茂盛.阶梯式心理护理模式对更年期抑郁症病人不良情绪、心理弹性及应对方式的影响[J].循证护理,2023,9(5):935-938.

[3]翁春霞.心理护理改善抑郁症患者睡眠质量和临床症状的效果观察[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(2):333-335.

[4]于庆芳.综合性心理护理对抑郁症患者治疗依从性及生活质量的干预价值[J].中国医药指南,2023,21(12):151-153.

[5]王娟.综合性心理护理对抑郁症患者的应用价值[J].基层医学论坛,2023,27(3):85-87.

[6]施玉娟.心理护理对抑郁症患者情绪及自我接纳的影响[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(14):138.

[7]张静,雷成凤.心理护理干预对改善精神分裂症患者抑郁症状的临床效果分析[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(16):116.