

认知性心理护理在老年抑郁症护理效果分析

刘路

(湖北省钟祥市人民医院 临床心理科 431999)

摘要:目的:老年抑郁症实施认知性心理护理的效果分析。方法:选我院2022年10月至2023年10月医治的老年抑郁症90例患者临床资料,按照护理方法不同划分为观察组和对照组(各45例),对照组单独实施常规的护理,观察组实施认知性心理护理,比较两组护理效果。结果:护理后,观察组患者的抑郁程度评分比对照组低($P < 0.05$);观察组临床护理满意度比对照组高($P < 0.05$)。结论:老年抑郁症实施认知性心理护理具有更加明显的疗效,能够使患者的抑郁程度得到有效改善,提升患者的满意度。

关键词:认知性心理护理;抑郁症;护理效果

伴随近些年老龄化的社会问题不断加深之后,老年抑郁患者人数越来越多,患者因长时间处在悲观的心理状态下,易产生自杀的倾向,严重影响患者的日常生活^[1]。认知性心理护理是以患者为护理工作中心的新型干预方式,通过给予患者个性化的服务,使患者的抑郁情况得到有效缓解,从而帮助患者恢复健康,增强生活的质量。基于此,分析我院2022年10月至2023年10月医治的老年抑郁症90例患者实施不同护理干预的情况,现报告如下:

1. 资料与方法

1.1 基本资料

选我院2022年10月至2023年10月医治的老年抑郁症90例患者资料,并按不同护理方式分为观察组与对照组,观察组患者45例,男21例,女24例,患者的年龄为55~75岁,平均(65.01 ± 5.41)岁,其发病的时间约1~5年,而平均在(3.01 ± 0.68)年;在对照组45例患者中,男22例,女23例,患者的年龄为56~75岁,平均(65.48 ± 5.42)岁,其发病的时间约2~5年,而平均在(3.49 ± 0.69)年。两组患者的基线资料($P > 0.05$),有可比性。

1.2 方法

对照组患者实施常规的护理,医护人员应按照患者的症状给予其相应的治疗,对患者的抑郁情况进行详细的评估,讲解护理干预的具体措施和日常生活中需要注

意的各种事项等。观察组采取认知性心理护理干预:(1)分析患者的具体情况并给予针对性的宣教,多鼓励和支持患者。给患者讲解治疗成功的案例,帮助患者增强信心,使其更加信任医护人员,进而积极配合护理工作。加强与患者的交流,促使患者提升自我保护的意识,有效控制和预防各种风险事件的发生。对于患者的疑问应耐心解答,以听音乐或者读报纸等方式放松身心,帮助患者改善心理压力,避免出现抑郁情况。(2)通过群体心理指导模式,重建患者心理认知结构。护理人员需与患者深入沟通,对患者需求进行了解,使患者能够认清其思维及误区,并进行纠正。家属需注意与患者之间的沟通方式,防止对患者心理造成刺激而使其病情加重,鼓励患者积极参加团体活动,改善抑郁情绪,避免出现自杀和自残等情况。(3)护理人员应指导患者开展适当的锻炼,比如打太极和慢跑等,从而对其心理压力进行释放。观察患者的日常行为,若存在不当行为应及时纠正,指导患者培养正确的生活习惯,叮嘱其按照医嘱严格用药,使患者病情得到有效控制。

1.3 观察指标及评定标准

通过汉密尔顿抑郁量表对患者的抑郁程度进行评估,包含认知障碍、体质量、睡眠障碍及阻滞等,各项评分在0~5分,患者的评分高低与其抑郁情况成正比。通过问卷调查形式评估患者的护理满意度,90分以上表示非常满意,而60~89分表示满意,低于60分表示不满

意, 满意度=(非常满意+满意)/组例数×100%。

1.4 统计学处理

选择 SPSS22.0 研究软件统计分析数据资料, 通过[% (n)]表示计数的资料, X^2 比较检验, 记量数据以($\bar{x} \pm s$)表示, t 比较检验; $P < 0.05$ 差异有统计学意义。

表 1 比较患者的抑郁程度评分情况($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	认知障碍		体质量		睡眠障碍		阻滞	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	45	3.14 ± 0.69	1.19 ± 0.24	0.61 ± 0.17	0.19 ± 0.02	3.41 ± 0.52	1.52 ± 0.29	0.58 ± 0.15	0.14 ± 0.03
对照组	45	3.03 ± 0.57	1.62 ± 0.28	0.56 ± 0.05	0.28 ± 0.05	3.36 ± 0.51	1.78 ± 0.39	0.56 ± 0.11	0.32 ± 0.08

2.2 比较两组护理满意度

护理后, 观察组临床护理满意度比对照组高($P < 0.05$), 见表 2。

表 2 比较两组护理满意度(n/%)

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
观察组	45	25(55.56)	17(37.77)	3(6.67)	93.33
对照组	45	21(46.67)	14(31.11)	10(22.22)	77.78

3.讨论

本次研究结果显示, 护理后, 观察组患者的抑郁程度评分比对照组低, 原因分析为: 认知性心理护理具有全面性和系统性等优势, 应用在老年抑郁症患者中能够使其不良的心理情绪得到改善, 帮助患者增强疾病认知, 以正确的态度面自身疾病, 有效消除心理障碍, 提升临床护理效果。认知性心理护理通过给予患者针对性的心理疏导, 帮助患者重建信心, 使其以乐观的态度积极配合临床治疗及护理工作。且该护理模式要求加强患者认知的重建工作, 促使患者养成更加规律的日常生活习惯, 使其不良行为得到有效纠正, 进而帮助患者控制疾病的发展, 使其抑郁程度大大降低, 快速恢复健康^[2]。本次研究结果显示, 护理后, 观察组临床护理满意度比对照组高。认知性心理护理相比常规护理具有更高的实施价值, 不仅能够促使患者生活的质量大大提升, 而且能够使患

2.结果

2.1 比较患者的抑郁程度评分情况

护理后, 观察组患者的抑郁程度评分比对照组低($P < 0.05$), 见表 1。

者的合理需求得到满足, 有效消除其抑郁情绪。此外, 该护理模式能够对患者的心理状态及认知水平进行评估, 给予其针对性心理指导, 使其心理压力得到更好地释放, 有效克服心理阴影, 降低抑郁程度。而且经过家属的积极配合, 给予患者更多关心、爱护, 使患者负面情绪得到宣泄, 树立战胜疾病的信心, 积极配合医护人员的工作, 达到更好的治疗和护理效果, 使患者的临床护理满意度得到提升^[3]。

综上所述, 给予老年抑郁症患者认知性心理护理不仅能够使其抑郁程度大大降低, 而且能够为患者提供更好的护理服务, 也能够增强患者的护理满意度, 有效促进其早日康复。

参考文献:

- [1]林燕梅,黄丽英,黄塞珠.认知性心理护理在住院老年抑郁症患者中的应用价值和措施分析[J].中外医疗,2020,39(21):131-133.
- [2]毕伟红.认知性心理护理在老年抑郁症中的效果及满意度分析[J].中外医疗,2020,39(14):138-140
- [3]刘小琴,张培.心理认知护理在抑郁症患者中的效果和对生活质量的影响[J].中外医学研究,2020,18(13):101-103.