

青少年抑郁症患者应用心理护理的效果分析

孙丽岩

(通辽市第三人民医院 内蒙古通辽 028000)

摘要:目的:研究青少年抑郁症患者应用心理护理的效果。方法:选择2022年12月至2023年11月本院接诊青少年抑郁症患者70例进行研究,随机分为对照组(常规护理)和观察组(常规护理+心理护理),各35例,比较护理效果。结果:观察组情绪状态、功能失调改善情况、生活质量及依从性均好于对照组, $P<0.05$ 。结论:对于青少年抑郁症患者来说,要保证对症治疗的同时辅助开展心理护理,以此帮助减轻患者的身心负担,促使其不良情绪得到改善,也能使机体的功能得到恢复,生活水平提升,患者可以做好配合,临床应用价值较为显著。

关键词:青少年;抑郁症;心理护理;临床效果

在临床上,抑郁症是较为多见的一种心理疾病,患者患病后会表现出明显的情绪低落、紊乱的状况,对患者的负面影响较为突出。随着社会的发展,学业负担及社会压力都明显提高,这也导致我国青少年抑郁症患者数量不断增加,且起病年龄逐渐降低,进而致使其健康安全受到一定的威胁。随着医疗模式改革的持续深入,以往的医疗模式出现改变,人们对于护理服务的关注度逐渐提升^[1]。以往护理模式主要为常规护理,此种护理模式对于患者疾病本身的关注度较高,并没有给予患者情绪问题以足够的重视,所以需要进行完善优化。而心理护理则可以更好地关注到患者心理层面的需要,护理人员在对患者进行照顾的时候,要利用好心理学的相关技巧及理论,对患者的心理行为进行影响,确保其在临床治疗及护理过程中均可以维持较佳的情绪状态^[2]。为此,本文重点研究青少年抑郁症患者应用心理护理的效果,具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择2022年12月至2023年11月本院接诊青少年抑郁症患者70例进行研究,随机分为对照组和观察组,各35例。对照组:男女人数19:16,年龄12-18(13.4 ± 1.6)岁。观察组:男女人数18:17,年龄11-17(14.1 ± 1.3)岁。两组一般资料无显著差异, $P>0.05$ 。

1.2 方法

对照组:采用常规护理,护理人员遵医嘱指导患者用药,对药物治疗效果进行观察,并做好相应的评估工作。积极和患者进行沟通,拉近双方距离,减少矛盾及纠纷的发生。

观察组:在对照组基础上增加心理护理,主要包括:

(1)形成优质护患关系:受到疾病影响,患者的情绪往往表现得较为低落,少言语,表现得较为沮丧,护理依从性较差,则护理人员要保证能充分尊重理解患者。积极和患者进行接触,加强交流,给患者机会将自己的

想法说出来,护理人员做好倾听者的工作,并积极安抚鼓励患者,为其提供必要的支持,给患者更多的关心及温暖^[3]。(2)改变认知结构:患者通常并不了解自己,也会过高地对当下的问题进行估计。则护理人员要进行清晰明了的解释,帮助患者对疾病更为了解,也能掌握自身的机体状况,护理人员积极进行健康教育,提升患者的认知水平,对于患者的错误认知,及时纠正,令患者可以正视疾病,保持较为积极的应对态度。(3)强化心理干预:护理人员需强化和患者的沟通,以此对患者的特征及兴趣偏好等进行了解,也要掌握患者表达情绪过程中表情、动作等出现的改变,利用一系列干预方法及技巧,对患者的情感行为进行介入,帮助转变患者的认知,使其表现得更为积极主动,同时根据实际需要及时开展心理疏导,以此稳定患者的情绪状态。可以引导患者对没有患病时候的情况进行回忆,也要对患者进行鼓励,让其列举出自身的优势,这可以帮助提升患者的自信心^[4]。在患者治疗过程中,护理人员要关注到患者实际的情绪感受,学会换位思考,更好地对患者进行理解,帮助患者对生活进行较为积极的感知。

1.3 观察指标

①情绪状态:以焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)进行评估,得分越高则患者情绪状态越差。②功能失调情况:以功能失调性态度问卷(DAS)进行评估,得分越高则患者功能失调越严重。③生活质量:以生活质量综合评定问卷(GQOLI-74)进行评估,得分越高则患者生活质量越好。④依从性:完全依从:患者可以遵医嘱按时按量用药,保证健康饮食,日常能积极运动,有较佳的精神状态,没有并发症出现。部分依从:患者可遵照医嘱中的大多数内容,饮食和运动保持正常,精神状态较佳,没有出现并发症。不依从:不能遵医嘱按时按量用药,不能保证科学饮食,缺少规范运动,精神状态较差,有一定程度的并发症。

1.4 统计学分析

应用 SPSS 26.0 统计分析数据, 计数数据、计量数据记为[n (%)]、($\bar{x} \pm s$), 行 χ^2 检验、t 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

表 1 两组情绪状态和功能失调情况比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	SAS		SDS		DAS	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	35	55.34 ± 6.52	31.11 ± 3.76	58.72 ± 6.73	34.26 ± 3.61	149.95 ± 9.63	118.62 ± 6.54
对照组	35	54.22 ± 6.53	39.96 ± 4.24	58.51 ± 6.74	41.12 ± 4.57	148.43 ± 9.56	125.54 ± 7.71
t		0.617	8.674	0.123	6.579	0.643	3.796
P		0.542	0.001	0.907	0.001	0.526	0.001

2.2 两组生活质量比较

表 2 两组生活质量比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	物质生活	躯体功能	社会功能	心理功能	生活质量
对照组	35	52.34 ± 4.51	51.73 ± 3.94	50.92 ± 3.45	51.13 ± 4.24	206.15 ± 16.22
观察组	35	57.13 ± 4.75	56.52 ± 4.16	55.74 ± 3.93	55.52 ± 3.76	224.91 ± 16.63
t		4.875	5.634	6.127	5.196	5.423
P		0.001	0.001	0.001	0.001	0.001

2.3 两组依从性比较

见表 3。

表 3 两组依从性比较[n (%)]

组别	例数	完全依从	部分依从	不依从	依从性
对照组	35	12 (34.29)	15 (42.86)	8 (22.86)	27 (77.14)
观察组	35	16 (45.71)	18 (51.43)	1 (2.86)	34 (97.14)
χ^2					6.152
P					0.010

3 讨论

青少年抑郁症患者往往会出现情绪低落的状况, 且会丧失兴趣, 容易生气, 对其正常的社交关系会造成明显的影响, 若状况较为严重, 则其正常的生活及学习也会受到阻碍。相关研究表明, 利用以抑郁为靶点的联合治疗方案, 能促使抑郁症的发病风险下降, 保障实际的疗效, 同时可以使精神应激的状况得到改善^[5]。借助于科学的心理护理的开展, 患者能了解到自身状况, 对其存在的不良情感进行调整, 同时在临床治疗和护理开展过程中体现出自己的价值, 这对于患者的健康可以起到良好的促进作用, 青少年是较为特殊的群体, 内心往往较为敏感, 且比较脆弱, 外界环境及众多影响因素都可能会影响到他们的心情, 进而有不良情绪产生。借助心理干预, 以此帮助改善其长时间存在的负面情绪状态, 放松患者的精神, 保证其可以正常的生活学习^[6]。另外, 也要重视患者家属的价值, 引导其发挥亲情支持的力量,

2 结果

2.1 两组情绪状态和功能失调情况比较

见表 1。

见表 2。

护理人员要帮助家属正确认识疾病, 使其可以多鼓励陪伴患者, 做良好的倾听者, 使患者获得温暖, 提升患者的自信心。

结果显示, 观察组情绪状态、功能失调改善情况、生活质量及依从性均好于对照组, $P < 0.05$ 。综上, 对于青少年抑郁症患者来说, 要保证对症治疗的同时辅助开展心理护理, 以此帮助减轻患者的身心负担, 促使其不良情绪得到改善, 也能使机体的功能得到恢复, 生活水平提升, 患者可以做好配合, 临床应用价值较为显著。

参考文献:

- [1]贾艳丽,袁艳宵,刘雪婷.心理护理在青少年抑郁症患者中的应用效果探讨[J].心理月刊,2021,16(20):139-141.
- [2]王婷.护理干预对青少年抑郁症患者的临床效果分析[J].智慧健康,2021,7(17):120-122.
- [3]刘珍.心理护理在青少年抑郁症患者中的应用效果[J].中外女性健康研究,2022(19):151-152.
- [4]胡俊,鲍丽萍,李业平,等.以“萨提亚冰山理论”为核心的心理护理在青少年抑郁症患者中的应用[J].皖南医学院学报,2023,42(3):296-299.
- [5]王俊,李婷.小组心理护理在青少年抑郁症患者中的临床效果[J].饮食保健,2020,7(7):125.
- [6]霍苗苗.心理护理在青少年抑郁症患者中的应用效果探讨[J].特别健康,2021(25):260.