

# 基于同理心理理论谈呼吸内科新型冠状病毒肺炎疫情的应急 护理管理

彭园

(重庆医科大学附属第二医院 重庆 404000)

**摘要:**我国湖北省武汉市自2019年12月起陆续有多例感染新型冠状病毒肺炎的患者出现,自此之后该疫情逐步向全国各地与他国蔓延。作为一种急性感染性疾病,新型冠状病毒肺炎具有极强的传染性,会对患者的躯体健康产生严重影响,甚至威胁其生命安全,同时,大部分患者在感染后亦会存在一定的心理方面问题,在结果治疗过程中表现出焦虑、抑郁、悲观、绝望等负面情绪,对其疾病康复十分不利。所以,在积极为新型冠状病毒肺炎患者实施治疗的同时亦需对其心理的健康状态予以充分注重。本研究将以同理心理理论作为出发点,着重探讨呼吸内科新型冠状病毒肺炎疫情的应急护理管理,以期能对新型冠状病毒肺炎疫情的防范有所助益。

**关键词:**同理心理理论;呼吸内科;新型冠状病毒肺炎;疫情;应急护理管理

新型冠状病毒感染患者通常具有干咳、发热、无力、肌痛等临床表现,少数可见头痛、腹泻、痰多、咯血等症,若患者病情持续进展,则其所面临的呼吸窘迫综合征、多器官功能衰竭、凝血系统功能紊乱、脓毒性休克症状发生风险将大大提升,甚至死亡。我国卫生健康委员会于2020年1月20日在乙类传染病中纳入新型冠状病毒肺炎,并遵循甲类传染病防控措施对其进行管理。新型冠状病毒感染患者中大部分症状较轻,预后良好,但患者患病期间均普遍存在一定不良心理情绪,不仅会降低其对各项治疗、护理措施的配合度,亦会对其疾病治疗效果造成负面影响<sup>[1]</sup>。因此,积极寻找出一种能够有效强化轻症新型冠状病毒肺炎患者治疗信心、改善其负性心理的护理管理方案具有相当的必要性。

## 1. 轻症新型冠状病毒肺炎患者的心理特点

人的身体、行为、认知、情绪皆会在遭遇不易控制的危机事件时出现一系列异常反应,就新型冠状病毒肺炎疫情来说,轻症患者机体的抵抗能力本就因感染病毒而有所下降,再加上疫情形势如此紧张、严峻,尚未总结出一种特异性治疗方法,其心理方面所承受的压力更会激增,进而产生恐惧、焦虑、紧张、不安、烦躁、孤独等诸多不良情绪,对治疗、护理工作的顺利实施造成阻碍<sup>[2]</sup>。

## 2. 同理心理理论

同理心所指的是站在对方的角度来设身处地的为其考虑,对对方的想法、感受、情绪、立场进行体会与理解,亦被叫做共情、换位思考、情感转移。对于人类来说,获得他人的理解是最最基本的一项需求,当一个人独特的个性、思想、感受能够正确的被其他人理解时,其所获得的满足感是无可比拟的,此时其两者之间的交往亦能得到更深一步的发展与升华。同理心护理是一项十分重要的心理护理手段,其中主要包括用心倾听、换位思考、积极回应等内容,具体实施过程中护理人员能通过对患者的心理进行认真感受、想象,并予以患者充分的关怀、体谅、尊重,站在患者的角度对相关问题进行剖析和思考来寻找出护患沟通的最佳契合点,进而有效帮助患者消除其负面心理情绪,最终达到提升患者治疗、护理依从性,改善其心理状态、构建良好护患关系的目的<sup>[3]</sup>。

## 3. 基于同理心理理论的呼吸内科新型冠状病毒肺炎疫情应急护理管理

### 3.1 用心倾听

倾听是一种十分常见的心理疏导措施,亦是确保人与人之间顺利沟通、交流的基础。对于轻症新型冠状病毒肺炎患者,护理人员应主动与之展开交流,鼓励其说出内心想法,并在倾听的过程当中敏锐的捕捉、观察患者的动作、表情,注意倾听过程中不要打断患

者,并在获取信息的同时做到于需要予以反馈的节点认真作出适宜反应,通过对语言、眼神、肢体等多种沟通方法的灵活运用来使患者明确感受到其心中所想得到了护理人员理解。同时,护理人员在对轻症新型冠状病毒肺炎患者的诉说进行聆听时,还应积极通过提问的方式对其加以诱导,并在进一步与患者展开交流时所获取的信息进行及时的分析、整理。

### 3.2 换位思考

护理人员在和轻症新型冠状病毒肺炎患者进行交流时应站在患者的角度考虑问题,设身处地的体会、了解、感受其想法、心态,例如:若自己是感染了新型冠状病毒的患者,我会是何种心态、会存在什么内心疑虑、会想要从护理人员处获取什么信息等,充分运用观察、想象等手段对患者当时的心理状态进行感知,切身体会其复杂的心理情绪,做到与患者同步,主动为其提供帮助,并针对其不良心理情绪实施疏导,多多为其提供合理建议,将和谐的护患关系建立起来,达到共情的目的<sup>[4]</sup>。

### 3.3 积极回应

对于轻症新型冠状病毒肺炎患者,护理人员要对其表现出充分的尊重和接纳,理解其因对自身病情的紧张、担忧而表现出的不友好态度,主动予以其关心、鼓励合安慰,做到想患者所想,尽己所能的为其提供帮助,使之真真切切的感受到来自护理人员的关怀,达到护患之间情感的共鸣,帮助轻症新型冠状病毒肺炎患者恢复心理健康,确保为其应用的各项治疗、护理措施皆能发挥出最佳效果。

## 4 结语

新型冠状病毒肺炎轻症患者常会在治疗过程中对自身病情进展、治疗效果及是否会重复感染等问题十分担忧,并同时出现孤独、紧张、抑郁、不安等负面情绪,十分不利于其病情康复。此种情况下,护理人员应做到站在患者的角度思考,予以其充分的理解、尊重,充分利用同理心理理论,积极拉近与患者之间的距离,消除其不良情绪,使之积极、乐观的接受治疗,以更快康复。

## 参考文献:

- [1]杨洋,耿岩,马涛.新型冠状病毒肺炎疑似人员隔离期不良情绪分析及心理护理[J].全科护理,2020,18(5):555-556.
- [2]张凤,何海燕,曹国强,等.新型冠状病毒肺炎住院患者言行特点分析与护理对策[J].解放军护理杂志,2020,37(2):16-17.
- [3]洪艺玲.论同理心在护患关系中的应用[J].母婴世界,2017,12(3):235,237.
- [4]黄丽萍.护士同理心在护理实践中的思考和探索[J].家庭医药,2019,17(9):215.