

# 脑卒中患者焦虑抑郁分析及护理

贾小荣

(陕西省人民医院 陕西西安 710068)

**摘要:**目的 对脑卒中病人出现的焦虑抑郁情况采取的护理方法进行研究;方法 自2020年2月至2020年7月来我院治疗的脑卒中并发焦虑抑郁情况的病人中抽取42人进行研究,并实施了有关护理措施,比较了护理前后的精神状态;结果 采取合理的护理措施后,病人的精神状态明显好转;结论 在脑卒中并发焦虑抑郁情况的病人护理过程中引入合理的护理方法能够有效改善病人的精神状态。

**关键词:**脑卒中;焦虑抑郁;护理

随着我国居民经济收入的不断提升,人们的生活方式发生了较大转变,同时患有脑卒中的病人数量越来越多。脑卒中是神经内科的一种多见病症,一旦出现脑卒中病状,则可能同时并发肢体运动不良、语言不清等各种功能障碍,有的病人还会出现情绪低沉、感知觉不灵敏、性格行为怪异等问题<sup>[1]</sup>。脑卒中焦虑抑郁是脑卒中病人经常出现的精神状态不良表现,对病人的疾病治疗与身体康复具有重大影响。所以要力争提前发现脑卒中病人存在的焦虑抑郁问题,尽快采取合理的康复手段给予护理,可有效稳定病人情绪,帮助病人正确面对自身病情,保证康复护理的稳定运行,收到较好的治疗护理效果<sup>[2]</sup>。为了全面掌握脑卒中并发焦虑抑郁的各种表现与护理方法,笔者自2020年2月至2020年7月来我院治疗的脑卒中并发焦虑抑郁情况的病人中抽取42人进行研究,主要过程如下。

## 1 基本资料

自2020年2月至2020年7月来我院治疗的脑卒中并发焦虑抑郁情况的病人中抽取42人进行研究,其中男25人,女17人,年龄处于41-71岁之间,年龄均值54.23岁。经有关科室认真审核,全部参与研究病人都符合脑卒中病症的特点,小学及以下文化程度21人,高中文化10人,专科以上文化7人,18人同时患有高血压,11人同时患有糖尿病,5人同时患有高血脂,8人同时患有心脏病。

## 2 脑卒中病人焦虑抑郁情况

经有关科室全面审核并引入有关评估量表,确定参与研究的42名脑卒中病人中,轻度焦虑抑郁21人,中度焦虑抑郁13人,重度焦虑抑郁8人。焦虑抑郁情况的主要表现为:病人对任何事物不感兴趣、夜晚不易入睡、产生较强的孤独感与无助感、情绪低沉、对将来生活充满失望、思维迟钝、运动能力下降等。

## 3 护理方法

### 3.1 改善病人的感知觉

一旦患有脑卒中病症,病人的生活则需要他人照顾,不能再担任当前工作,因此极易出现焦虑抑郁情绪,对将来生活失去信心,甚至有的病人还会出现抵触当前生活的现象,一味依靠他人照顾与关心,认为采取的各种治疗手段与护理措施不会明显改善病情,因此存在着悲观绝望的想法。护理人员要随时关注病人的情绪变化,确定病人出现的心理波动现象,在全面准确衡量病人心理变化的基础上,鼓励病人尽情倾诉自己的所思所想,及时采取针对性心理疏导措施,防止病人心理压力再次加大,尽快帮助他们摆脱不良情绪的干扰。有数据显示,针对脑卒中并发焦虑抑郁情况的病人提前采取合理的心理护理措施,可以有效控制病人的焦虑抑郁情绪,加快其神经功能恢复,保证治疗与护理活动的顺利开展,使其正确面对当前生活。心理康复指的是护理人员在掌握心理学知识与心理治疗方法的前提下,一旦发现脑卒中病人出现心理波动现象,要及时采取合理的护理方法调整病人心情,因此护理人员要具备较强的观察能力,要随时察觉病人心理变化,善于结合病人的心理状况及时采取正确的心理护理措施,力图将病人出现的不良心理消除于萌芽状态,防止发生意外情况。

### 3.2 创建安全稳定的护患关系

护理人员要在病人抢救与护理过程中表现积极,以尽快得到病人的信任,使病人对护理人员形成情感依赖。有数据显示,人们在

第一次接触某一事物时产生的情感反应将会影响其一生。因此病人在第一次与护理人员见面时,如果能够产生良好的印象则有利于保证护理工作的顺利实施。护理人员要对本职工作高度负责,要表现出同情病人的态度,本身还需掌握高超的护理技术与丰富的护理知识,要尊重病人做出的决定,利用正确的行为、良好的情感去感染病人,使病人感受到护理人员的真正付出,在得到病人信任后,有利于实现护患间的稳定交流,在对病人提供治疗与护理信息时,能够及时得到病人的支持与配合。护理人员要掌握高超的交流技巧,脑卒中病人大多思维灵敏度下降、语言表达不清、动作大多迟缓,而且生活需要他人照顾。所以护理人员在与病人交流时要鼓励病人尽情表达自己的所思所想,说出自己的亲身感受,此时护理人员要做到认真倾听,坚决杜绝烦躁、事不关己等不良态度。与病人交流过程中,要尽量使用热情、婉转的语言,还可尝试使用各种肢体语言,如眼神、手势、抚摸等,使病人意识到护理人员对自己的关心爱护,也可产生稳定病人心理的效果。

### 3.3 纠正不良思想

认知疗法指的是利用合理的行为帮助病人及时纠正出现的不良想法,防止其出现不良行为的一种护理方法。及时采取认知疗法可以有效减轻脑卒中病人出现的焦虑抑郁症状。护理人员要及时发现脑卒中病人存在的思想死板、情绪偏激、悲观失望等不良想法,帮助其纠正认知方式,促使病人重新形成正确的认知,防止其不良情绪的进一步发展,达到改善病人焦虑抑郁心境的目的。护理人员要对病人多鼓励多表扬,帮助病人重新树立坚强意志,支持病人尝试自主料理生活、主动面对病情发展等,促使其认知功能尽快恢复正常。

### 3.4 提倡家庭护理

脑卒中病人之所以产生不良情绪,家庭成员的不良护理占有较大比重,特别是脑卒中并发焦虑抑郁的病人,他们更需要得到家庭成员的关心与爱护,希望家庭成员多陪伴多探望自己,渴求护理人员在情感上支持与认可自己。因此护理人员要鼓励家庭成员增加探视次数,生活上多照顾病人,情感上以安慰、鼓励、支持等良好态度为主,使病人感受到家庭的温暖,尽快消除病人产生的孤独感。同时支持病人间相互交流,使其认识到自己只要能够主动配合医护人员,完全可以重新融入社会生活。

## 4 结果

参与研究的42名脑卒中并发焦虑抑郁的病人中,经过4个月的护理工作,40人的焦虑抑郁情况明显好转,表明及时采取正确的护理方法是一种最为合理的选择。

## 5 结论

针对脑卒中并发焦虑抑郁的病人同时实施药物治疗与正确的护理措施,可以有效控制病人的不良情绪,防止出现意外情况,使其重新正确面对当前生活,因此提前实施护理是一种最为合理的选择。

## 参考文献:

- [1] 黎娜,梁秀和.护士-配偶协同式注意力训练在中老年脑卒中后认知障碍康复护理中的应用[J]. 护理实践与研究. 2020(18)
- [2] 席非非.综合康复护理模式对老年COPD负性心理的影响[J]. 辽宁医学杂志. 2020(04)