

综合护理联合心理认知干预对抑郁症患者心理波动的影响

毛新玲 周娟慧

(衢州市第三医院 浙江省 衢州市 324000)

摘要:目的:探索综合护理联合心理认知干预对抑郁症患者心理波动的影响。方法:以100例我院在2020年5月--2021年7月接诊的抑郁症患者为研究对象,通过抽签将其分为观察组和对照组,每组患者50例,观察组患者采用综合护理联合心理认知干预进行护理,对照组患者采用常规护理方式进行护理干预,对比其护理效果。结果:经过护理干预后,2组患者有明显改善,但观察组患者改善更好,抑郁、焦虑评分少于对照组,组间数据比较有统计学意义, $p < 0.05$ 。结论:在对抑郁症患者进行护理干预时,采取综合护理联合心理认知干预作用明显,能显著改善患者焦虑、抑郁评分,值得推广应用。

关键词:综合护理;心理认知;抑郁症;心理波动;

随着工作和生活压力大,抑郁症患者每年都呈现出上升趋势,据世界卫生组织统计,抑郁症已成为全球第二大疾病^[1]。抑郁症是情绪类疾病,主要与环境压抑、人际关系不畅、性格等息息相关,临床表现为悲观、情绪持续低落、精神状态差等,抑郁症严重者甚至出现自残、轻生等现象,对患者的生活和工作造成严重影响^[2]。本院选择100例抑郁症患者分组进行研究,取得了较好的研究效果,现作如下报告。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取100例患者采用随机抽签的方式进行分组研究,每组患者50例。观察组患者男性($n=20$),女($n=30$),年龄最小13岁,最大55岁,均龄(41.28 ± 1.03)岁,其中轻度抑郁症患者15例,中度30例,重度5例。对照组患者男性($n=22$),女($n=28$),年龄最小14岁,最大54岁,均龄(43.32 ± 1.05)岁,轻度抑郁症患者16例,中度28例,重度6例。两组患者一般资料进行统计学分析,无统计学差异, ($p > 0.05$)。

1.2 方法

对照组患者采用常规护理干预进行护理,观察组患者采用综合护理联合心理认知干预进行护理干预,具体如下:1、综合护理:护理人员对患者的病情、基本资料做到心中有数,在护理时能以共情心理同病人进行交流,获得患者的认可,建立良好的医患关系。护理人员要将患者当作亲人,对患者多一些关心和问候,使患者体验到来自亲人的爱,同时为患者提供温馨、舒适的住院环境,使患者能有好的心态接受治疗,同时清除病房内会对患者造成伤害的物品,避免患者受到刺激做出自残和轻生行为。在饮食方面,由营养师制定科学的饮食计划,并由专人负责患者的饮食,使患者在饮食中也能体会到来自家人和护理人员的爱,从而提高生活激情。2、心理认知干预:护理人员在和患者相处时保持足够的耐心和尊重,多和患者进行沟通,在倾听患者主诉时不打断患者的述说,不对患者的话语做出评价,但要对患者的述说做出回应;在倾听患者的心理时,要对患者的遭遇或不公表示共情,从而引导患者抒发不良的心理;在平时可为患者播放轻松、愉快的音乐,使患者心情保持愉悦等。

1.3 观察指标

对比2组患者的生活质量评分和焦虑抑郁评分,焦虑、抑郁评分采用汉密尔顿抑郁量表和焦虑量表进行,得分越高,焦虑、抑郁越严重,反之,则患者焦虑、抑郁程度较轻。

1.4 统计学方法

将数据进行统计学分析,软件采用SPSS21.0,计量采用($\bar{x} \pm s$)

表示,行t检验,当 $P < 0.05$ 时差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者焦虑、抑郁评分对比

护理前,观察组:焦虑评分(72.38 ± 2.13),抑郁评分(69.59 ± 3.15);对照组:焦虑评分(72.36 ± 2.15),抑郁评分(69.62 ± 3.13),对比2组患者焦虑、抑郁评分,数据经分析无统计学意义, $p > 0.05$;护理后,患者焦虑评分如下:观察组(32.63 ± 1.36),对照组(49.33 ± 3.12);抑郁评分:观察组(33.61 ± 1.22),对照组(46.33 ± 2.69), ($t_1=34.6954$, $p_1=0.0000$; $t_2=30.4510$, $p_2=0.0000$)。2组数据经统计学分析有意义, $p < 0.05$ 。

3 讨论

工作节奏的加快和生活压力的加大,越来越多的人患上了抑郁症,对患者的工作、学习和生活造成了不利影响。抑郁症作为一种情绪功能障碍疾病,发病原因复杂多样,如不及时进行治疗,长期发展甚至会使患者出现自残、轻生的行为,威胁患者的生命安全^[3]。抑郁症作为一种周期性疾病,在治疗的同时必须给予患者好的护理措施进行护理干预才能使治疗有效果。综合护理是兼顾患者全方位需求,以患者为中心护理模式,通过对患者多角度、全方位的护理干预,使患者得以感受到来自家人和护理人员的人文关怀和爱,重拾生活信心和激情,消除不良情绪的一种护理方法,效果明显^[4]。此次研究选择100例患者分别采用不同的护理方式进行护理干预,在护理后患者均有所好转,但采用综合护理联合心理认知干预的观察组患者效果更加突出,其焦虑、抑郁评分在护理后明显低于对照组的评分,数据经统计学分析发现差异有意义, $p < 0.05$ 。

综上所述,在抑郁症患者的护理中,采用综合护理联合心理认知干预效果显著,在临床有积极的作用。

参考文献

- [1]卢书艳.综合护理联合心理认知干预对抑郁症患者心理波动的影响[J].中国保健营养,2021,31(1):162.
- [2]许晓静,王晓轩,张新风.综合心理护理对抑郁症心理波动的效果研究[J].中国继续医学教育,2019,11(26):182-185.
- [3]李海燕,徐捷,陈喜梅,等.正念认知疗法联合综合护理模式在抑郁症患者中的效果研究[J].中国当代医药,2021,28(24):266-268,272.
- [4]李巍.认知性心理护理应用于老年抑郁症患者中的效果[J].中国医药指南,2020,18(28):128-129.
- [5]卢婉波,章燕利.综合护理联合心理认知干预对抑郁症患者心理波动的影响研究[J].护士进修杂志,2019,34(7):642-644.