

共情护理对抑郁症病人抑郁情绪及生活功能的影响

唐学秋

(成都市第四人民医院 610036)

摘要:目的:探讨共情护理对抑郁症病人抑郁情绪及生活功能的影响。方法:选取该院2019年1月到2021年1月收治的抑郁症患者60例进行研究,平均分为两组,其中对照组30例,给予常规护理,观察组30例,给予共情护理模式干预。比较两种护理手段对抑郁症患者抑郁焦虑情绪和社会功能的影响。结果:观察组在干预前后的生活功能好转程度明显优于对照组,观察组的在干预前后的抑郁和焦虑情绪评分明显低于对照组,差异具有统计学意义($P < 0.05$)。结论:共情护理干预应用于抑郁症患者,可以使患者保持良好的心理状态,增强患者的生活功能值得推行运用。
关键词:共情护理;抑郁症病人;抑郁情绪;生活功能

抑郁症是指患者心理健康出现问题,所以在治疗的时候,患者的心理状况也是需要特别关注的一个方面,在对抑郁症患者的护理上,仅采用常规的护理方式是达不到理想效果的,应该在常规的护理基础上对患者进行共情护理干预^[1]。在本次研究中,对我院2019年1月-2021年1月治疗的60例抑郁症患者进行分组论述此观点,现报道如下:

1. 一般资料与方法

1.1 一般资料

本研究按照随机排列的方式将60例抑郁症患者分成两组。入选标准:(1)各位患者均患有抑郁症状,并具有详细完备的病例资料。(2)无严重的精神疾病。通过随机分组的方法将60名患者分为对照组($n=30$,男性16例,女性14例,平均年龄为35.32岁)和观察组($n=30$,男性12例,女性18例,平均年龄为35.58岁)。对照组和观察组的基本资料差异无统计学意义($P > 0.05$)。

1.2 护理方法

对照组给予常规护理;观察组给予共情护理:(1)在实施共情护理干预之前,要建立专门的共情护理管理小组,对护理人员进行定期的培训和考核,在培训中,护理人员要对共情护理的概念有一个明确的认识,积极的查阅有关的文献资料,寻找实现共情护理干预的科学依据,具体分析患者的情况,进行针对性的共情护理指导。对护理人员的学习结果进行考核的时候,要遵循理论和实践相结合的原则,对护理人员的各项实操技能进行评分,选取优秀的共情护理人员。还可以开展共情护理交流经验会,为了为抑郁症患者更好的护理服务,护理人员之间可以互相交流学习心得。(2)培养医护人员与患者良好的关系。在面对患者的时候,医护人员尽量要保持良好的心情,多询问患者的情况,要及时了解患者的心理状况以及心理需求。如果患者心情处于低落状态时,医护人员要学会换位思考,站在患者的角度上思考问题,多多开导患者,通过聊天发泄等方式排解患者心中的忧愁。(3)注重信息的反馈。护理人员要更加积极地与其进行沟通交流,在交流中寻找有效信息。并对患者的问题及时作出回应,可以是眼神的交流,也可以通过肢体语言向其表达认可,向其传达病情治疗进展顺利的信号,为其树立生活的信心。并找时间对患者的家属进行针对性的指导,让家属对患者进行亲情安慰,使患者充分感受到温暖,使其重拾对未来社会的期望以及美好生活的憧憬。(4)护理人员要认真分析每位患者的病因、患病程度等基本信息,然后为患者制定具有针对性的护理方式,可以为患者放一些舒缓的音乐,缓解患者的情绪,护理人员可给患者细致耐心的讲解一些疾病的相干知识,让患者感受到来自周边人的关心,让患者不再一直沉浸于自己的苦闷、自卑等缺少光亮的内心世界。

1.3 观察指标

观察比较两组患者抑郁情绪和生活功能的变化。采用SDS和SDS量表来比较两组患者抑郁和焦虑情绪的变化;采用SSFPI评定量表来比较两组患者社会功能的变化。

1.4 统计学分析

利用SPSS21.0统计软件进行统计分析,计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示,组间比较采用t检验;计数资料用率(%)表示,组间比较采用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 差异有统计学意义。

2. 结果

2.1 两组患者的SDS和SAS评分比较

观察组SDS和SAS评分明显低于对照组($P < 0.05$)。

表1: 两组患者的SDS和SAS评分对比($\bar{x} \pm s$)

组别	SDS/SAS 评分	
	SDS	SAS
对照组(30例)	52.35 ± 2.55	55.78 ± 7.85
观察组(30例)	48.74 ± 2.43	52.35 ± 5.86
t	2.842	2.894
P	0.006	0.005

2.2 两组患者SSFPI评分比较($\bar{x} \pm s$)

干预前后,观察者患者的SSFPI评分明显高于对照组, ($P < 0.05$),如表2所示,

表2: 两组患者的SSFPI评分比较($\bar{x} \pm s$)

组别	SSFPI 评分	
	干预前	干预后
观察组(30例)	12.76 ± 1.78	30.15 ± 2.75
对照组(30例)	13.05 ± 2.07	26.13 ± 1.68
t	0.713	8.346
P	0.478	0.001

3. 讨论

抑郁症是一种常见的心理疾病。当下,社会节奏越来越快,人们的压力越来越大,这也使得人们患抑郁症的可能性增加。抑郁症患者的主要症状包括情绪低落、消沉等,这不仅会给患者的心理带来压力,也会给患者的生活带来很大的影响^[2-3]。

抑郁症患者在治疗的过程中花费大量的人力物力和财力,这也会给患者的家人也会带来一定的压力,这些都可能导致患者抑郁程度加重,甚至出现自杀的倾向^[4]。为了避免上述情况的发生,就要对抑郁症患者进行共情护理,通过共情护理来减轻患者的心理压力,从而促进患者的心理健康。共情护理模式能够实时关注患者的心理状况。医护人员主与抑郁症患者进行积极有效的交流,通过换位思考,做患者亲切的聆听者,真正地走进患者,了解患者在治疗过程中的心理变化历程,以采取不同的方式来帮助患者在整个治疗阶段始终保持最适宜的身心状态。

总而言之,共情护理不仅能让患者称心,而且还能使得护理质量得到进一步的提升,具有极大的临床应用价值,值得推行运用。

参考文献

- [1] 张小燕,涂细金,林淑清. 共情护理对抑郁症病人抑郁情绪及生活功能的影响作用[J]. 东方药膳,2021,000(5):274.
- [2] 宋乃云,孙玉梅,王彦芳. 共情护理对抑郁症病人抑郁情绪及生活功能的影响[J]. 护理研究,2016,30(22):2771-2772.
- [3] 陈芸,张小凤,朱雅琴. 共情护理对抑郁症病人抑郁情绪及生活功能的影响[J]. 饮食保健,2019,6(23):246-247.
- [4] 谭艳,官迪. 共情护理对抑郁症病人抑郁情绪及生活功能的影响作用探讨[J]. 健康之友,2021, 000(1):190.