

心理护理对青少年抑郁障碍患者负性情绪和自尊的影响

叶平

(成都市第四人民医院 610000)

摘要:目的:探讨心理护理对青少年抑郁障碍患者负性情绪和自尊的影响。方法:选取我院2020年4月到2021年7月收治的青少年抑郁障碍症患者100例进行研究,平均分为两组,其中对照组50例,给予常规护理,观察组50例,给予心理护理。比较两种护理手段对青少年抑郁障碍症患者抑郁情绪和自尊水平的影响。结果:心理干预之后,观察组患者的自尊水平评分高于对照组;观察组患者的抑郁评分低于对照组,2组相比,差异具有统计学意义($P < 0.05$)。结论:心理护理干预应用于青少年抑郁障碍症患者,可以有效提高患者的自尊水平,降低患者的负面情绪,值得推行运用。
关键词:心理护理;青少年;抑郁障碍患者;负性情绪;自尊;应用效果

青少年抑郁障碍症是青少年心理健康出现的问题之一,归属于精神疾病的范畴。青少年正处于发育成长的关键时期,心理健康发展极为重要。所以,青少年的心理状况也是需要特别关注的一个方面,在对抑郁障碍症患者的护理上,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心理护理干预^[1-2]。在本次研究中,对我院2020年4月-2021年7月治疗的100例抑郁障碍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100例青少年抑郁障碍症患者分成两组。入选标准:(1)各位患者均患有抑郁障碍症,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100名患者分为对照组($n=50$,男性26例,女性24例,平均年龄为15.32岁)和观察组($n=50$,男性22例,女性28例,平均年龄为15.58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

将两组患者随机分成两组,并且选用两种不同的方式护理,对照组患者采用一般的护理方式干预,观察组患者在常规护理的基础上进行心理护理干预,其具体内容详细说明如下:(1)培养医护人员与患者良好的关系,在面对青少年患者的时候,医护人员要尽量使患者保持良好的心情,护理人员要有充足的耐心,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,医护人员要多多开导患者,通过聊天发泄等方式排解患者心中的忧愁。(2)针对患者的具体情况进行心理干预。由于每个患者经历和认识水平不一样,对抑郁症以及抑郁障碍症的认识不一样,所以说对不同的患者不能采用相同的心理干预,要深入的了解患者的情况,包括患者的家庭状况、兴趣爱好以及学业情况等。然后有针对性的进行心理干预。(3)综合采用各种形式,各种方式对患者进行心理干预。要改变患者的心理状况,减轻患者的焦虑情况,仅靠单一的心理干预手段是远远达不到理想效果的,要综合使用多种形式、多种方式对患者进行心理干预。可以多多开展有益于心理健康的活动和讲座,有趣的活动和宣传的讲座结合起来对患者进行心理干预,另外还可以按患者的需求,带领患者读书,听音乐,画画等。

1.3 指标判定

对比了在常规护理和采用临床心理护理干预两种护理方式下患者的自尊水平评分和抑郁评分。

1.4 统计学方法

用SPSS17.0数据统计软件,计量资料($\bar{x} \pm s$)采用两种独立样本 t 检验,计数资料采用卡方检验;计数资料用百分比表示,采用 χ^2 检验。当 $P < 0.05$ 时,差异具有统计学意义。

2.结果

2.1 两组患者自尊水平评分比较($\bar{x} \pm s$)

观察组患者的自尊水平评分高于对照组,如表一所示:

表一:两组患者的SES评分对比

组别	SES评分	
	干预前	干预后
对照组(50例)	24.85 ± 1.85	26.65 ± 1.68
观察组(50例)	25.06 ± 2.09	28.80 ± 2.63
t	0.505	3.977
P	0.015	0.001

2.1 两组患者SDS评分比较($\bar{x} \pm s$)

观察组患者的SDS评分明显低于对照组,如表二所示:

表二:两组患者的SDS评分比较

组别	SDS评分	
	干预前	干预后
观察组(50例)	68.15 ± 11.85	51.70 ± 7.76
对照组(50例)	68.56 ± 2.09	66.20 ± 8.63
t	0.405	3.987
P	0.001	0.001

3.讨论

抑郁障碍症是一种常见的精神疾病。当下,社会节奏越来越快,青少年学业和生活上的压力越来越大,这也使得青少年患抑郁障碍症的可能性增加。抑郁障碍症主要症状是情绪低落、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^[3-4]。为了避免上述情况的发生,就要对青少年抑郁障碍症患者进行心理护理,通过心理护理来减轻患者的心理压力,从而促进患者的心理健康。

所谓心理护理干预就是一种在常规护理方法基础上一种更加科学合理护理手段。相对与传统的护理模式,认知心理护理能不仅关注患者的身体健康,也能够及时关注患者的心理状况^[5]。在这种护理模式下,医护人员及时的重视患者的心理情况,缓解患者的心理焦虑,也有利于患者的心理健康^[6]。本研究也表明,相比于传统的护理模式,心理护理模式在应用效果上更具有优势,在常规性护理的基础上实施心理护理干预,会减少患者的SDS的评分,提高患者的SES评分,能够有效减少患者的焦虑和抑郁,促进患者的心理健康,对青少年抑郁障碍症患者的疗效更好。

综上所述,和常规护理相比,在常规护理的基础上对抑郁障碍症患者进行心理护理干预,会减少患者的焦虑情绪、改善患者的心理状况,具备良好的辅助作用,具有极大的临床应用价值,值得广泛推广的。

参考文献

- [1] 鲍丽萍,沈斌华,李业平,等. 萨提亚模式心理护理对青少年抑郁障碍患者负性情绪和自尊的影响[J]. 解放军护理杂志,2022,39(3):66-69.
- [2] 王雪荣. 护理干预对青少年品行障碍患者心理状况的影响[J]. 护理实践与研究,2012,9(7):132-133.
- [3] 彭红,陶莉,顾静,等. 分级心理护理干预体系改善儿童青少年住院患者焦虑抑郁情绪的应用效果分析[J]. 国际医药卫生导报,2022,28(6):773-776.
- [4] 陈欣. 青少年抑郁症患者的小组心理护理应用效果观察[J]. 继续医学教育,2017,31(8):113-115.
- [5] 梁巧玲,谭宇康,梁嘉权,等. 积极心理干预在抑郁障碍伴非自杀性自伤行为青少年中的应用效果[J]. 中国临床护理,2022,14(2):94-97,101.