

心理干预对新型冠状病毒肺炎隔离病房患者焦虑抑郁情绪的影响

李晴晴 舒勤琴 夏晓琴 沈燕雯 姚婷婷 陈玉婷^{通讯作者}

(同济大学附属上海市第四人民医院 200080)

摘要:目的:探讨对新型冠状病毒肺炎(以下简称“新冠肺炎”)隔离病房患者采取心理干预的应用价值,观察对其焦虑、抑郁情绪的改善情况。方法:选取2022年3月到2022年5月期间新冠肺炎隔离病房收治的200例患者,随机编号均分2组,对照组隔离期间为其提供常规护理,研究组隔离期间为其提供心理干预。结果:研究组焦虑、抑郁评分低, $P < 0.05$;研究组护理满意度评价高, $P < 0.05$ 。结论:对新冠肺炎隔离病房患者加强心理干预可缓解其不良情绪,建议推广。

关键词:新型冠状病毒肺炎;隔离;心理干预

新型冠状病毒感染肺炎可引发消化道、呼吸道以及神经系统疾病,自2019年12月疫情爆发后全国各级医疗机构均给予了物力、人力等大力支持,使疫情得到了良好的遏制^[1]。然而2022年3月以来又有多地出现感染病例,因新冠肺炎具有较强的传染性,为了抑制病毒的不断扩散,对已感染者需采取隔离措施,很多患者对自身感染新冠肺炎加上对隔离环境的陌生,很容易出现焦虑、恐慌、绝望等负面情绪,为此有必要采取一定的干预手段缓解患者的症状^[2]。本次研究心理干预的应用价值,汇报如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取200例新冠肺炎隔离病房收治的患者,随机编号均分2组,对照组纳入100例(男/女=57/43),年龄及均值20~68(44.36±2.63)岁;研究组纳入100例(男/女=53/47),年龄及均值22~65(44.27±2.54)岁,一般资料经统计学分析与计算 $P > 0.05$ 。纳入标准:(1)确诊为阳性病例;(2)患者均在第一时间采取隔离措施;(3)患者在知情且自愿下参与研究,配合相关检查与调查问卷的填写。排除标准:(1)精神、认知异常无法交流者;(2)合并多器官功能衰竭者。

1.2 方法

对照组:为该组患者提供常规护理,给予新冠肺炎相关健康宣教,介绍隔离病房环境,督促患者按时用药。

研究组:该组患者在常规护理中加强心理护理。

(1)健康宣教:入院后针对新冠肺炎感染原因、隔离目的以及相关注意事项等进行讲解,为患者建立正确的疾病认知,提高患者的配合度。告知患者可活动的范围以及解决生活需要的途径,预防患者在陌生环境中出现应激反应。耐心解答患者的疑虑,让患者认识到配合治疗可战胜疾病,提高患者的依从性。

(2)心理疏导:①森田疗法:引导患者感染新冠肺炎后以平常心对待,让其正面接受疾病并接纳隔离处境,不要过多关注检验结果,了解患者的兴趣爱好并寻求适当的情绪宣泄方式缓解其心理压力。对症状较轻者可通过写日记、做运动等方式分散注意力,若患者存在精神病性症状或有睡眠障碍可遵医嘱给予镇静药物,用药期间密切监测其是否发生不良反应。②暗示疗法:通过动作、语言等有意识的形象患者行为,通过手绘卡片、播放新闻、分享治愈的病例等给到患者积极向上的心理暗示,增加患者的信心,告知患者一些身体上的反应是正常现象,不必过于担忧,通过音乐、正念冥想等消除其恐惧、焦虑等负面情绪。

1.3 观察指标

(1)对比负面情绪评分,采用HAMA/HAMD汉密尔顿焦虑/抑郁量表,评分从低到高表示焦虑或抑郁症状从轻到重。

(2)对比护理满意度。

1.4 统计学分析

使用SPSS 23.0软件分析与处理本轮研究中的各项数据, $\bar{x} \pm s$ 表示计量资料,均符合正态分布,用 T 值检验数据;(%)表示计数资料,用 χ^2 值检验数据。 $P < 0.05$ 有统计学意义。

2 结果

2.1 情绪评分

见表1,护理后,研究组HAMA、HAMD评分均较低, $P < 0.05$ 。

表1 情绪评分($\bar{x} \pm s$,分)

组别	HAMA 评分		HAMD 评分	
	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组 (n=100)	19.23 ± 4.92	16.72 ± 4.02	18.32 ± 4.23	16.93 ± 5.33
研究组 (n=100)	19.17 ± 5.11	12.66 ± 3.43	18.25 ± 4.34	13.82 ± 5.12
T 值	0.0846	7.6829	0.1155	4.2080
P 值	0.9327	< 0.001	0.9082	< 0.001

2.2 护理满意度

见表2,研究组护理满意度高, $P < 0.05$ 。

表2 护理满意度[n(%)]

组别	非常满意	比较满意	不满意	满意度
对照组 (n=100)	45(45.00)	41(41.00)	14(14.00)	86(86.00)
研究组 (n=100)	59(59.00)	36(36.00)	5(5.00)	95(95.00)
χ^2 值	-	-	-	4.7107
P 值				0.0299

3 讨论

新冠肺炎感染是一次全球范围内的突发公共卫生事件,该疾病具有较强的传染性且规模较大。患者经确诊后需要立即采取隔离措施,因对自身疾病的担忧、对隔离环境的陌生感以及担心家人、朋友被传染会受到网络暴力等,很容易出现焦虑、恐慌、悲观等消极情绪,典型的表现是被动等待、丧失信心、食欲下降、睡眠障碍等,不仅影响治疗效果,严重者还可能出攻击、轻生等极端行为^[3]。为了改善这种现状,有必要对隔离患者实施有效的干预手段。心理干预与躯体干预同等重要,通过加强健康宣教纠正患者以往错误的认知,树立战胜疾病的信心并重建对生活的希望,同时引导患者将内心想法表达出来,减轻心理负担,通过分散注意力、心理暗示等措施影响其心理情绪进而解除精神上的压力,改善其负面情绪,让患者感受到即便在陌生的环境也能得到关怀,可增加患者的安全感,维持平稳的心理状态。本次研究中加强心理干预的研究组焦虑、抑郁症状评分显著低于常规护理的对照组, $P < 0.05$ 。

综上所述,在新冠肺炎隔离病房患者护理中加强心理干预有确切的效果,可缓解其心理负担,消除不良情绪,建议推广应用。

参考文献:

[1] 黄雪花,李菊花,喻红,等. 正念减压与心理健康教育对新冠肺炎隔离病房医护人员心理干预效果的比较[J]. 成都医学院学报,2021,16(2):197-202.

[2] 胡洁,于丰,刘义兰,等. 新冠肺炎疫情背景下隔离病房的人文关怀实践研究[J]. 中国医学伦理学,2021,34(7):903-908.

[3] 汪文洋,胡玲,童姝睿,等. 综合培训和管理在新型冠状病毒肺炎患者诊疗及护理中的应用[J]. 肝脏,2020,25(4):352-354.