

探索心理护理及心理干预对抑郁症患者自伤自杀行为影响

袁伟

(成都市第四人民医院 四川 成都 610000)

摘要：目的：分析抑郁症患者中心理护理及心理干预的应用效果。方法：选取我院近2年（2019年8月–2021年9月）诊疗的抑郁症患者78例，回顾临床资料。将实施心理护理及心理干预的39例患者作为观察组，将实施常规护理的39例患者作为对照组。观察两组护理效果。结果：观察组患者依从性更高，与对照组相比差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）；观察组患者发生自伤自杀概率更低，与对照组相比差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）。结论：通过在抑郁症患者护理中实施心理护理及心理干预，可有效提高患者医疗护理依从性，从而更好地接受治疗，同时还能减少自伤自杀的发生概率，更好地提高治疗效果，临床应用价值确切。

关键词：抑郁症；心理护理；心理干预；依从性；自伤自杀；治疗效果

现代社会高度竞争性的社会环境下，人们常常遇到一些心理症状或心理疾病。抑郁症以显著而持久的心境低落为主要临床特征，其情绪的消沉可以从闷闷不乐到悲痛欲绝，自卑抑郁，甚至悲观厌世，可有自杀企图或行为^[1]。部分病例有明显的焦虑和运动性激越，严重者可出现幻觉、妄想等精神病性症状。目前对于该病症的治疗推广综合治疗。综合治疗分为药物治疗和非药物治疗两大类，其中非药物治疗主要涉及物理治疗和心理治疗两大类^[2]。心理治疗被广大患者所接受，对抑郁症患者回归家庭、回归社会有非常重要的作用。故而本研究针对抑郁症患者采用心理护理及心理干预，取得了满意的效果，现报道如下：

1. 研究资料及方法

1.1 研究资料

选取我院近2年诊疗的抑郁症患者，回顾分析探讨护理干预效果。其中39例对照组患儿（男16例，女23例）年龄在17–53岁（平均 35.24 ± 0.18 岁）；文化程度：初中15例、高中及以上24例。39例观察组患者（男11例，女28例）年龄在15–64岁（平均 39.56 ± 0.17 岁）；文化程度：初中11例、高中及以上28例。上述病例资料比较均衡性良好（ $P>0.05$ ），有可比性。

1.2 方法

两组患者均给予由丹麦灵北药厂生产的黛力新口服，2片/d，治疗。对照组则给予基础的护理。观察组患者则予以心理护理干预，护理措施包括：

①对患者全面评估，根据患者的临床疾病特征、首发症状、发病年龄等，结合临床工作经验，并请专家指导，制定心理护理计划。同时多与患者对话沟通，建立护患信任关系。

②多倾听患者的心声，适当疏导患者的心理，让患者感受到被重视和关心。期间要积极引导患者正确的宣泄方法，为其创造倾诉发泄的环境，以便给其心理减压。同时要鼓励患者，给患者建立信心。

③治疗期间会有部分患者出现情绪消极、悲观、失望，甚至自伤自杀念头的出现，这时需要加强重视，认真观察其心理变化，重点关注其情绪及躯体症状的变化，及时发现问题，及时处理。与此同时要对服药的患者加强关注，避免他们通过药物选择自杀。多鼓励患者多运动，通过运动转移对病情的注意力，使其情绪得到良好的疏导，缓解其消极情绪，淡化自伤、自杀念头。同时也便于患者积极主动配合医生进行治疗，这对控制病情，促进其康复有重要意义。

1.3 统计学方法

用统计学软件（SPSS23.0版本）分析数据， t 检验计量资料，表示为 $\bar{x} \pm s$ ， χ^2 检验计数资料，表示为%，若 $P<0.05$ ，则有统计学意义。

1.4 观察指标

依从性^[3]：分为完全依从（患者对疾病的治疗及护理完全理解并配合）；基本依从（患者对疾病的治疗和护理基本能配合）；不依从（患者对疾病的治疗和护理配合性极低）。护理依从性=完全依从率+基本依从率。

同时记录两组患者自伤自杀的发生概率。

2. 结果

2.1 两组患者依从率对比

本研究结果显示，观察组患者依从率84.62%；对照组患者依从率53.85%。可知，观察组患者依从率更高，差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）。见表1。

表1 两组患者依从率对比[n,(%)]

组别	例数	依从	基本依从	不依从	依从率
观察组	39	15	18	6	84.62
对照组	39	9	12	18	53.85
χ^2	–				75.061
P	–				0.001

2.2 两组患者自伤自杀发生率对比

本研究结果显示，观察组患者发生自伤自杀3例，占7.69%；对照组患者发生自伤自杀11例，占28.21%。可知，观察组患者发生自伤自杀发生率更低，差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）。见表2。

表2 两组患者自伤自杀发生率对比[n,(%)]

组别	例数	自伤自杀例数	占比(%)
观察组	39	3	7.69
对照组	39	11	28.21
χ^2	–	–	12.517
P	–	–	0.001

3. 讨论

抑郁症患者常见的临床症状有情绪低落、心境低落、闷闷不乐、悲痛欲绝、思维迟缓、运动抑制、焦虑等，严重者会使自杀企图发展成自杀行为，应提高警惕。除了积极给予患者药物治疗外，还应积极给予心理疏导治疗。

为更好提高患者接受治疗和um高治疗效果，我们在治疗的同时予以心理护理及心理干预，首先要求护理人员要具备耐心倾听，及时疏导的能力。在耐心倾听患者主诉，并站在患者的角度去感受和理解，并积极帮助其解决问题，利用语言交流，引导患者将内心的苦闷说出来，并适当回应，给予同情、理解和安慰；其次是重视其情绪和生理症状的改变，加强安全护理，预防自伤和自杀的发生。为使患者精神舒畅，要求护理人员在提供心理护理过程中，尊重患者，建立良好的护患关系，具备强烈的责任心、同情心和爱心，以消除或降低自伤自杀意念。在实际护理过程中，结合临床经验，笔者认为还应按时巡视病房，及时发现自杀企图，及时发现患者自伤自伤的伪装。加强防范。此外，还要掌握各项应急能力，一旦发生意外事件要及时实施有效的护理措施。

综上所述，在抑郁症患者护理中，要做好心理疏导，及时使用心理干预，以此来提高患者依从性，有利于临床疗效的提高，减少患者自伤自杀风险的发生，临床应用价值显著。

参考文献：

- [1]许秀娟. 健康教育及心理护理干预对抑郁症患者心理状况及生活质量的影响[J]. 中国保健营养, 2020, 30(35): 209–210.
- [2]王雪. 心理护理干预对抑郁症患者心理状况及生活质量的影响[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2020, 8(26):124+130.
- [3]张娟. 抑郁症患者实施心理护理的方式及价值探究[J]. 中国医药指南, 2020, 18(5):242–243.