

青少年抑郁症患者应用小组心理护理的效果研究

欧阳素华

郴州市第一人民医院输液室 湖南郴州 423000

[摘要]目的 研究小组心理护理在青少年抑郁症中的应用价值。**方法** 选择 2016 年 4 月-2017 年 10 月本院接诊的青少年抑郁症患者 70 例,采用随机数表法分成甲、乙两组(n=35)。所有患者都接受常规护理,甲组加用小组心理护理。分析两组心理状态的变化情况,比较 SDS 评分等指标。**结果** 甲组干预后的 SDS 和 SAS 评分依次是(31.9±6.7)分、(29.4±6.3)分,明显比乙组的(40.5±9.2)分、(36.8±7.5)分低,组间差异显著(P<0.05)。**结论** 积极采取小组心理护理措施对青少年抑郁症患者进行干预,可显著改善其焦虑、抑郁症状,促进病情恢复。

[关键词] 小组心理护理; 青少年; 应用价值; 抑郁症

[中图分类号] R473.74

[文献标识码] A

[文章编号] 1674-9561(2018)04-188-01

临床上,抑郁症也叫抑郁障碍,以长时间心情低落以及存在心境障碍等为主要病理特点,可对患者的身心健康造成较大创伤^[1]。近年来,社会压力与学习压力的增大,使得罹患抑郁症的青少年显著增加,且还呈现出了低龄化发展的趋势。对此,本文将以 70 例青少年抑郁症患者(接诊于 2016 年 4 月-2017 年 10 月)为对象,重点分析小组心理护理在青少年抑郁症中的应用价值,现作出如下报道。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2016 年 4 月-2017 年 10 月本院接诊的青少年抑郁症患者 70 例,根据随机数表法将之分成甲、乙两组,每组 35 例。甲组男性 19 例,女性 16 例;年龄为 13-17 岁,平均(15.4±1.2)岁。乙组男性 20 例,女性 15 例;年龄为 12-17 岁,平均(15.3±1.1)岁。两组都签订知情同意书,临床资料完整,获得医学伦理委员会批准。比较两组的年龄等基线资料,P>0.05,具有可比性。

1.2 排除和纳入标准

(1)纳入标准:经临床诊断确诊符合《疾病和有关健康问题国际统计分类》中的抑郁症诊断标准^[2],年龄在 12-18 岁之间,神志清楚。(2)排除标准^[3]:合并严重躯体疾病者,其他精神疾病者,病历资料不完整者,符合 ICD-10 精神疾病诊断标准者。

1.3 方法

两组都接受常规治疗,并在治疗期间实行常规护理,内容有:及时评估患者病情,耐心与患者沟通,并向患者详细介绍抑郁症的相关知识,正确指导用药。甲组同时加用小组心理护理法,具体如下:(1)成立心理护理小组,组员包括科室护士长以及 5 名具有高资历的护士。组织小组成员对青少年抑郁症的护理知识和技能进行培训,然后经考核通过后上岗。(2)根据患者的实际情况,结合临床经验,对患者进行多方面的干预,比如:健康教育、认知治疗以及行为训练等。在不同阶段中设定相应的护理目标,即:最开始时,要对患者进行认知护理;中期时,对患者进行情绪管理;后期时,施以应对管理;末期时,施以乐观面对未来护理。同时在各环节中为患者制定具有较高针对性的护理方案,比如:心理干预以及健康教育等。

(3)每周开展 1 次主题活动,3h/次,明确活动的主题和内容,让护患间通过沟通,建立起良好的护患关系。针对在活动中有良好表现的患者,需予以其相应的鼓励。活动结束后,为患者布置作业,在下次活动时检查患者作业的完成情况,对于作业完成情况比较好的患者,予以奖励。积极收集患者及其家属的反馈,并根据反馈的内容开展专家讲座,比如:药物副作用、生活环境、发病原因以及生活习惯的改善等。在活动开始前,护士要及时打电话告知患者,以提高患者参与活动的积极性。

1.4 评价指标

利用 SDS、SAS 量表^[4]对两组干预前以及连续干预 6 个月后的抑郁和焦虑程度进行评价,分值越高,提示抑郁和焦虑程度越重。

1.5 统计学分析

用 SPSS20.0 统计学软件分析研究数据,t 用于检验计量资料,即($\bar{x} \pm s$), χ^2 用于检验计数资料,即[n(%)],P<0.05 差异有统计学意义。

2 结果

干预前,甲组的 SDS 和 SAS 评分同乙组比较无显著差异,P>0.05。干预后,甲组的 SDS 和 SAS 评分明显比乙组低,组间差异显著(P<0.05)。如表 1。

表 1: 两组 SDS 和 SAS 评分的对比分析表(分)

组别	例数	SDS 评分		SAS 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
甲组	35	64.2±10.3	31.9±6.7	60.3±9.7	29.4±6.3
乙组	35	64.1±10.5	40.5±9.2	60.1±9.1	36.8±7.5
t		0.0402	4.4704	0.0889	4.4696
P		0.9680	0.0000	0.9294	0.0000

3 讨论

在人的一生当中,青少年是一个比较重要的时期,并且,在该时期当中,人会受到来自许多方面的刺激,使得其比较容易产生心理障碍,若这种心理障碍长时间存在且得不到有效的解决,将极有可能会引发抑郁症^[5],严重影响患者的身心健康。特别是在近几年当中,社会经济水平的提升,使得青少年所承受的学习以及社会压力显著增加,从而在一定程度上提升了青少年发生抑郁症的风险。因抑郁症的发生能够对青少年的生理和心理健康造成双重创伤,情况严重时,亦可让患者产生自杀等行为,给社会造成不良的影响。所以,临床需要加强对青少年抑郁症患者进行治疗和护理干预的力度。小组心理护理属于是一种比较现代化的心理干预手段,能够通过为患者营造一种良好心理环境的方式,起到减轻患者心理压力的作用;向患者详细介绍抑郁症的相关知识,并定期开展主题活动,能够让患者更加深层次的了解疾病,并有助于护患间的交流,让护患间能够建立起一种和谐、友好的关系;予以患者恰当的关心、安慰和鼓励,能够增强患者的自信心,提高治疗依从性,从而有助于促进其抑郁症状的缓解,提高预后。此研究中,甲组干预后的 SDS 和 SAS 评分明显比乙组低,组间差异显著(P<0.05)。总之,积极采取小组心理护理措施对青少年抑郁症患者进行干预,可显著提升其疗效,促进抑郁和焦虑症状缓解,建议推广。

[参考文献]

- [1] 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.
- [2] 彭菊意, 王磊, 刘明等. 青少年抑郁症病人的社会心理因素分析[J]. 护理研究, 2012, 26(1):31-32.
- [3] 于继兰. 心理护理在抑郁症患者临床护理中的应用[J]. 科技创新导报, 2015, (15):198-198.
- [4] 蒋惠珍, 李文昱. 100 例青少年抑郁症患者心理护理体会[J]. 医药前沿, 2012, 02(2):327.
- [5] 赵春慧, 李平, 冯青等. 青少年血液透析患者的心理状况调查及护理对策[J]. 现代医药卫生, 2011, 27(16):2503-2504.