



· 论 著 ·

心理护理对抑郁症患者情绪及自我接纳的影响分析

王玉平 (邵阳市脑科医院 湖南邵阳 422000)

摘要: **目的** 探究抑郁症患者运用心理护理干预后在情绪和自我接纳方面产生的影响。**方法** 选取 102 例在 2016 年 3 月-2017 年 10 月本院收治的抑郁症患者, 根据随机分组原则分为观察组 (心理护理) 和对照组 (常规护理) 各 51 人。比较两组焦虑、抑郁评分及自我接纳评分情况。**结果** 与对照组相比, 观察组焦虑、抑郁评分均较低 ($P<0.05$); 自我接纳评分较高 ($P<0.05$)。**结论** 抑郁症患者运用心理护理干预后, 在促进不良情绪有效改善的同时, 使得自我接纳程度明显提高, 推广价值较显著。

关键词: 心理护理 抑郁症 不良情绪 自我接纳

中图分类号: R473.74 **文献标识码:** A **文章编号:** 1009-5187 (2018) 02-054-01

在不断发展我国护理事业的影响作用下, 对于护理模式来说, 其不断转变为整体护理模式, 明显凸显了心理护理的显著作用^[1]。在护理过程中, 对心理学知识有效运用, 疏导患者的疑难问题和精神痛苦, 使他们的心理状态得到积极影响, 从而使其身心获得最舒适状态的护理模式为心理护理。对抑郁症患者实施有效的心理护理是一项十分关键的内容^[2]。本文对在 2016 年 3 月-2017 年 10 月本院收治的 102 例抑郁症患者运用心理护理干预后在情绪和自我接纳方面产生的影响予以有效研究, 相关内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取在 2016 年 3 月-2017 年 10 月本院收治的 102 例抑郁症患者, 分为对照组 (51 人) 和观察组 (51 例), 均按照随机分组原则划分。其中, 观察组男性患者和女性患者人数之比为 27:24, 年龄在 24 至 84 岁范围内, (54.31±2.08) 岁为平均年龄。对照组男性患者和女性患者人数之比为 25:26, 年龄在 20 至 76 岁范围内, (48.33±1.68) 岁为平均年龄。两组不存在影响组间对比的差异, $P>0.05$, 能够实施对比统计。

1.2 临床纳入标准

(1) 两组患者均经精神鉴定确诊为抑郁症; (2) 两组患者及家属均自愿加入本次研究, 并将知情同意书签订。

1.3 方法

1.3.1 对照组: 予以对照组常规护理措施。主要方法为: (1) 入院后, 对患者进行积极沟通和交流, 有利于对患者基本情况充分了解, 同时对患者实施健康教育, 使患者对自身疾病充分认识, 使其对正确治疗态度积极树立, 有利于患者对各种诊疗工作积极配合。此外, 护理人员与家属之间的有效沟通、交流也十分重要, 使家属对家庭支持的重要作用充分认识, 并将相关注意事项向家属告知, 从而使危险因素减少对患者的刺激。(2) 护理人员应当积极干预患者的生活习惯和饮食习惯, 根据患者实际病情状况, 对饮食食谱进行个性化制定, 嘱患者一定要做到严格禁烟禁酒, 少食生冷食物和刺激食物, 少食多餐等。(3) 用药护理: 嘱患者对治疗药物按时服用, 在服药期间, 护理人员应当紧密跟随患者, 以免多服、少服或漏服的情况发生。此外, 向患者家属详细告知药物禁忌。

1.3.2 观察组: 除上述常规护理外, 对观察组患者实施心理护理干预, 方法为: (1) 对心理护理方案进行针对性制定, 每次 40 分钟为心理干预时间, 一周治疗 1 次。(2) 由于抑郁患者存在一定的特殊性, 导致出现失眠症状, 严重者会发生自杀行为。护理人员需要对患者的心理情绪和自我认识状况积极评估, 使其焦虑和紧张情绪得到有效缓解。(3) 针对不良情绪的消极影响向患者详细介绍, 并把成功病例向患者进行介绍, 促进其不良情绪得到消除, 同时能够将防御心理有效放松, 但需要注意的是, 在和患者交流、沟通过程中, 一定要做到态度和蔼, 不能表现出强硬态度, 以免对患者产生刺激。(4) 面对患者的不同心理问题, 帮助患者对错误的自我认知积极纠正, 指导患者对其他相关负性情绪有效区分, 有利于患者对自我价值积极肯定, 同时能够对自我情感需求有效接纳和了解。

1.4 观察项目

比较两组焦虑、抑郁评分及自我接纳评分情况。

1.5 统计学方法

选择 SPSS16.0 系统软件, (均数±方差) 表示计量资料, 用 t 检验 [$n(\%)$] 表示计数资料, 用 χ^2 检验, 用 $P<0.05$ 表示存在统计学意义。

2 结果

2.1 两组焦虑、抑郁评分对比

观察组焦虑、抑郁评分分别为 (45.21±3.11) 分、(44.51±2.63) 分均明显优于对照组患者的焦虑评分 (49.08±2.14) 分和抑郁评分 (48.62±1.54) 分 ($P<0.05$), 存在一定统计学意义。

2.2 两组自我接纳评分对比

相比于对照组, 观察组自我接纳评分 (48.66±3.73) 分较高 ($P<0.05$), 如下表 1。

表 1: 比较两组自我接纳评分情况 ($\bar{x}\pm s$, 分)

组别	例数	自我接纳评分
观察组	51	48.66±3.73
对照组	51	37.54±3.82
χ^2		9.574
P		<0.05

3 讨论

抑郁症对患者身心健康的危害较大, 他们多存在较低自我接纳程度、较差的自我评价及自我封闭等特点, 甚者会出现自杀情绪^[3]。

在不断发展医疗理念的影响作用下, 护理模式开始转变为整体护理, 在临床护理实践中, 心理护理具有十分显著的作用。抑郁症患者具有抑郁情绪的同时, 还存在焦虑情绪, 尤其在治疗期间, 由于改变了社会角色, 会加重患者的焦虑、抑郁情绪。同时因在改变人际关系和生活环境的影响下, 导致诸多心理问题存在, 加强对患者的心理护理, 能够促进患者病情显著改善^[4]。本文通过对抑郁症患者运用心理护理干预后在情绪和自我接纳方面产生的影响予以有效研究, 结果显示, 与对照组相比, 观察组焦虑评分 (45.21±3.11) 分、抑郁评分 (44.51±2.63) 分均较低 ($P<0.05$); 观察组自我接纳评分 (48.66±3.73) 分高于对照组的 (37.54±3.82) 分 ($P<0.05$)。

综上所述, 抑郁症患者运用心理护理干预后, 能够使自我接纳程度有效提高, 并不断改善抑郁、焦虑等不良情绪, 其临床价值十分显著。

参考文献

- [1] 冷文娟, 罗新. 对抑郁症患者进行心理护理后情绪及自我接纳的影响分析[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2017, 2(26):125, 129.
- [2] 陈俊娟, 陈文华, 张智等. 心理护理对抑郁症患者情绪及自我接纳的影响[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2017, 2(35):110, 115.
- [3] 翟利杰. 心理护理对抑郁症病人情绪与自我接纳的干预价值研究[J]. 黑龙江科学, 2017, 8(8):98-99.
- [4] 许英, 江莎. 心理护理对抑郁症患者情绪及自我接纳的影响观察[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2017, 2(34):142, 198.
- [5] 王凤艳. 心理护理对抑郁症患者情绪及自我接纳的影响分析[J]. 当代医学, 2017, 23(8):174-175.