

## • 护理研究 •

## 共情护理对抑郁症患者情绪及生活质量的影响

尤婉真

泉州市第三医院

**【摘要】目的** 探讨分析共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活功能改善的作用。**方法** 选取我院 2017 年 8 月~2018 年 8 月期间收治的 86 例抑郁症患者作为研究对象,分为对照组和观察组,对照组给予常规护理,观察组给予共情护理。对比分析两组患者抑郁情绪、生活功能改善情况。**结果** 护理前,两组患者抑郁评分(SDS)、生活功能各项评分基本相同,对比无统计学意义( $P > 0.05$ );护理后,两组患者的 SDS 评分、生活功能评分对比,有统计学意义( $P < 0.05$ );观察组护理满意度 95.35%,高于对照组 79.07%,有统计学意义( $P < 0.05$ )。**结论** 对抑郁症患者给予共情护理干预措施,改善了患者心态和生活质量,提高了临床护理满意度。

**【关键词】** 共情护理; 抑郁症; 抑郁情绪; 生活功能; 满意度

**【中图分类号】** R473.74

**【文献标识码】** A

**【文章编号】** 1009-3179 (2019) 04-198-02

抑郁症是神经科中一种常见症状,具有发病率高、自残率高、自杀率高的特征<sup>[1]</sup>。就目前而言,抑郁症已经成为全社会共同关注的公共卫生问题。在传统的护理中,药物治疗虽然取得了一定的疗效,但其效果并不十分理想,必须要辅以有效的护理干预措施,以提高患者的临床治疗效果<sup>[2]</sup>。所谓共情,是指站在别人的角度考虑问题,它意味着进入他人的私人认知世界,并完全扎根于此。”共情护理内容包括:健康教育、共情体验、积极倾听、对患者进行有效的陪伴,并实施其他的护理干预。为了进一步研究共情护理对抑郁症患者情绪及生活质量改善的作用,选取了 2017 年 8 月~2018 年 7 月期间收治的 86 例抑郁症患者作为对象,进行了详细的研究和总结:

### 1 资料与方法

#### 1.1 临床资料

以 2017 年 8 月到次年 8 月在我院接受治疗的患者作为本次研究对象,共 86 例,患者纳入的标准为:①符合 CCMD-S 或 ICD-10 诊断标准,且表现出不同程度的临床症状;②无严重的肝肾功能障碍;③无全身免疫系统疾病。对照组:43 例,男 21 例,女 22 例,年龄为 18-53,平均年龄为 (35.5±17.5),病程为 0.3-4 年,平均病程为 (2.15±1.85) 年;观察组:43 例,男 20 例,女 23 例,年龄为 20-55 岁,平均年龄为 (37.5±17.5),病程 0.5-4 年,平均病程为 (2.25±1.75) 年;经统计分析,两组患者临床资料基本相同,对比结果呈  $P > 0.05$ ,表示本次研究具有学术价值。

#### 1.2 方法

对照组患者主要按照医院的常规护理模式进行护理干预,主要是对患者进行基础性护理干预,并采用多种途径对其进行健康宣教,加强与患者之间的沟通和交流,及时做好患者的心理疏导工作等。观察组患者在此基础上给予共情护理干预,其内容包括:(1)健康教育:护理人员应掌握足够的理论知识、护理技能,以便在护理过程中,能够从患者的言语,以及肢体动作中,理解患者的想法,掌握患者的情绪,从而在护理过程中采用合理的方式对患者进行关心;同时,加强与患者之间的沟通,并根据患者的实际情况,采用多种方式

对患者进行健康宣教,使患者了解引发负面情绪的主要原因,并掌握正确的负面情绪疏导方法。(2)共情体验:在护理过程中,护理人员对患者的行为、表情进行详细观察,并仔细体会患者的情感,并在护理过程中,采用换位思考的方式,从患者的角度进行问题分析,感受患者的痛苦。护理人员对在沟通过程中所收集的信息进行有效的分析,并据此感受患者的情绪、感知,以更好地了解患者的内心世界;(3)积极倾听:全神贯注倾听患者的诉说,并在倾听的过程中,通过眼神、点头、手势等方式,对患者表示鼓励。另外,在倾听的过程中,护理人员还要密切注意患者的表情,以更好地掌握患者的情绪;(4)加强患者的陪伴:护理人员应做好患者的陪伴工作,并在陪伴过程中,指导患者认识到自身的发光点,增加患者内心的自信心,积极引导患者与外界进行交流,以促进患者的康复;(5)其他护理:组织患者进行丰富多彩的娱乐活动,如唱歌比赛、手工制作、下棋等,分散患者注意力,缓解其不良情绪;减少患者白天的休息时间,以提高患者夜晚睡眠质量;指导患者掌握放松的有效方法,如深呼吸、冥想等。

#### 1.3 观察指标与判断标准

利用抑郁自评量表(SDS),对两组患者的焦虑、抑郁程度进行评定。分值越高,患者的抑郁程度越高;

利用 SF-36 生活质量调查表,对两组患者的生活质量进行评分。患者得分与其生活功能呈正比例关系<sup>[3]</sup>;

利用护理满意度调查表,对两组患者护理满意度进行评定。90 分以上表示满意,70-90 分表示一般满意,70 分以下表示不满意。

#### 1.4 统计学分析

利用统计软件统计分析。用 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示计数资料,以  $t$  检验。用 (%) 表示计量资料,以  $\chi^2$  检验。 $P < 0.05$  为有意义。

### 2 结果

#### 2.1 两组患者治疗前后 SDS 评分对比

表 1: SDS 评分对比

| 组别  | 例数 | 护理前      | 护理后        |
|-----|----|----------|------------|
| 对照组 | 43 | 68.5±5.6 | 43.16±3.41 |
| 观察组 | 43 | 67.0±4.9 | 30.09±4.28 |
| t   |    | 1.322    | 15.562     |
| P   |    | 0.190    | 0.000      |

如表 1 所示:护理前,SDS 评分无明显差异,无统计学意

作者简介:尤婉真(1985-),女,本科,护师职称,从事精神科护理方面工作。

义 ( $P > 0.05$ )；护理后，两组患者 SDS 评分均出现了下降，但观察组低于对照组，对比结果呈  $P < 0.05$ ，有统计学意义。

## 2.2 生活功能评分对比

如表 2 所示：护理前，两组患者生理职能、社会功能、

情感职能三项评分基本相同，对比结果呈  $P > 0.05$ ，无统计学意义；护理后，观察组患者生理职能、社会功能、情感职能三项评分高于对照组，对比结果呈  $P < 0.05$ ，有统计学意义。

表 2：两组患者护理前后生活功能评分对比

| 组别  | 例数 | 干预前        |            |            | 干预后        |            |            |
|-----|----|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
|     |    | 生理职能       | 社会功能       | 情感职能       | 生理职能       | 社会功能       | 情感职能       |
| 对照组 | 43 | 32.05±0.25 | 20.33±0.23 | 19.43±0.75 | 36.41±0.39 | 28.43±0.35 | 27.43±0.78 |
| 观察组 | 43 | 32.11±0.34 | 20.37±0.31 | 19.58±0.81 | 39.73±0.51 | 29.91±0.41 | 28.99±0.67 |
| t   |    | 0.932      | 0.680      | 0.891      | 33.909     | 18.003     | 9.949      |
| P   |    | 0.354      | 0.499      | 0.375      | 0.000      | 0.000      | 0.000      |

## 2.3 护理满意度对比

经护理干预后，对照组：满意 13 例，一般满意 21 例，不满意 9 例，满意度为 79.07% (34/43)；观察组：满意 19 例，一般满意 22 例，不满意 2 例，满意度为 95.35% (41/43)；两组数据对比，结果呈  $\chi^2=11.317$ ,  $P=0.001$ ，有统计学意义。

## 3 讨论

抑郁症属于心理疾病范畴，临床上，患者主要表现为躯体不适、睡眠障碍、兴趣减少、情绪低落、思维迟缓等，并伴有不同程度的自杀倾向。传统的药物对症治疗，对患者抑郁情绪、生活功能的改善并不十分明显<sup>[4]</sup>。因此，必须要在治疗的过程中，辅以有效的心理干预措施，以有效提高患者的临床治疗效果。

就目前而言，对抑郁症的发病机制仍不明确，但在临床研究中发现，对患者进行有效的心理干预措施，可有效缓解患者的病情。共情护理模式，就是一种特殊的心理护理模式，主要是在具体的护理过程中，护理人员充分发挥共情的优势，站在患者的立场进行思考，感知患者的情绪，从患者在沟通过程中所表现出的情绪、肢体动作等，洞察患者的心理特征，掌握患者的情绪。并据此作为依据，制定出有针对性的护理方案；另一方面，护理人员在与患者沟通的过程中，要积极的倾听患者的倾诉，观察患者倾诉过程中的动作、表情和行为，

对患者进行充分的鼓励和关心，使得患者感受到亲人的温暖，正确认知人生的价值，进而有效缓解其负面情绪<sup>[5]</sup>。

本次研究结果表明：通过共情护理干预后，患者的抑郁评分下降至 (30.09±4.28)，生理职能、社会功能和情感职能评分，分别为 (39.73±0.51)、(29.91±0.41) 和 (28.99±0.67)，其护理满意度为 95.35%。

综上所述，共情护理模式，有效缓解了患者的抑郁情绪，并提高了患者的生活功能，具有的临床应用和推广价值。

## 参考文献：

- [1] 梁秀容. 共情护理对抑郁症患者抑郁情绪和生活功能的改善作用 [J]. 华夏医学, 2015, 28(06):138-141.
- [2] 宋乃云, 孙玉梅, 王彦芳. 共情护理对抑郁症病人抑郁情绪及生活功能的影响 [J]. 护理研究, 2016, 30(22):2771-2772.
- [3] 耿萍. 共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活功能的改善作用分析 [J]. 中国继续医学教育, 2017, 9(04):220-221.
- [4] 唐海燕. 共情护理对抑郁症患者的抑郁情绪及生活功能的改善效果分析 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2017, 2(28):119-120.
- [5] 张锋. 抑郁症患者中应用共情护理的改善作用与情绪及生活功能影响 [J]. 临床医药文献电子杂志, 2018, 5(17):111-112.

(上接第 197 页)

( $P < 0.05$ )。详见表 3。

## 3 讨论

快速康复理念整合了多门外科的康复理念，强调对围手术期患者采用人文关怀护理。该理念随着人们对服务水平的提升，在临床护理中得到了广泛应用，并取得了一定的成效<sup>[5]</sup>。它能充分优化护理思维和决策能力，注重患者在心理和疼痛方面的护理，在心脏外科手术中实施快速康复护理干预，能有效缩短治疗时间，帮助患者快速回复健康<sup>[6]</sup>。谢贵英<sup>[7]</sup>的研究中，选取了 78 例进行心脏外科手术的患者为研究对象，研究发现，观察组患者的护理服务满意度 97.44%，高于对照组 76.92%；护理后，VAS 评分的改善幅度大于对照组；且术后麻醉苏醒时间、术后下床时间、住院总治疗时间均短于对照组 ( $P < 0.05$ )，和本文完全一致。而本文中发现，实验组患者的护理服务满意度 97.50%，高于对照组 72.50%；且术后麻醉苏醒时间、术后下床时间、住院总治疗时间均短于对照组 ( $P < 0.05$ )。此外，实验组 VAS 评分在护理后的改善幅度大于对照组 ( $P < 0.05$ )。

综上所述，对需进行心脏外科手术的患者实施快速康复护理干预，能有效改善患者的疼痛程度，缩短住院时间和术

后恢复时间，减少并发症发生率，提升患者的护理满意度，值得在临床护理中广泛应用。

## 参考文献：

- [1] 纪会娟, 蒋玉娜, 郝娜. 快速康复外科理念在小儿心脏外科手术护理中的应用效果观察 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4(10):2+6.
- [2] 商显梅. 快速康复外科理念在心脏外科术后护理中的应用及其对护士职业认同感的影响 [J]. 中国医学创新, 2019, 16(07):88-91.
- [3] 刘海英. 快速康复外科理念在心脏外科手术护理中的应用 [J]. 中国医药指南, 2019, 17(06):227-228.
- [4] 张静. 快速康复外科理念在胸外科手术护理中的应用效果观察 [J]. 中国初级卫生保健, 2019, 33(01):82-83.
- [5] 文琼, 周雁荣. 快速康复外科理念在心脏外科手术护理中的开展与效果 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2018, 3(41):131-132.
- [6] 钱志芳. 快速康复理念在胃肠外科手术患者护理中的应用效果 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2018, 3(36):76-77.
- [7] 谢贵英. 快速康复外科理念在心脏外科手术护理中的应用 [J]. 当代护士 (中旬刊), 2018, 25(06):33-35.