

人文关怀融入试管婴儿治疗的必要性与实施路径探究

王 璐

1.天津中医药大学第一附属医院

2.国家中医针灸临床医学研究中心

摘要：随着辅助生殖技术的发展，试管婴儿治疗为众多不孕不育家庭带来希望。然而，治疗过程的复杂性和不确定性给患者带来沉重身心负担，人文关怀的融入显得尤为重要。本文深入剖析人文关怀融入试管婴儿治疗的必要性，并探讨其实施路径，旨在提升试管婴儿治疗服务质量，促进患者身心健康，推动辅助生殖领域的全面发展。

关键词：试管婴儿；人文关怀；必要性；实施路径

0 引言

不孕不育是全球性的医学和社会问题，影响着约10%–15%的育龄夫妇，给患者及其家庭带来生理、心理和社会等多方面的困扰。^[1]试管婴儿技术作为辅助生殖的重要手段，在帮助不孕不育夫妇实现生育愿望方面发挥了关键作用。但该技术涉及复杂的医疗流程、高昂的费用和不确定的结果，使患者承受着巨大的身心压力。人文关怀以尊重患者的人格、尊严和权利为核心，关注患者的心理、情感和社会需求，将其融入试管婴儿治疗，能有效缓解患者压力，提高治疗效果和生活质量。因此，研究人文关怀融入试管婴儿治疗的必要性与实施路径具有重要的现实意义。

1 人文关怀融入试管婴儿治疗的必要性

1.1 缓解患者心理压力

1.1.1 治疗过程的心理负担

试管婴儿治疗流程漫长而复杂，从前期全面的身体检查、药物促排卵阶段的频繁监测，到取卵手术的紧张、胚胎移植的忐忑，再到等待妊娠结果的煎熬，每一步都伴随着高度的不确定性。大量研究表明，约50%–70%的患者在治疗期间存在明显的焦虑、抑郁情绪。这种长期的心理应激状态严重影响患者的日常生活，如睡眠质量下降、食欲减退、注意力难以集中等^[2]。

1.1.2 心理压力对治疗的影响

长期的心理压力会干扰患者的内分泌系统，导致体内激素失衡。例如，焦虑和抑郁状态下，患者体内的皮质醇水平升高，可能影响子宫内膜的容受性，降低胚胎着床的成功率^[3]。此外，心理压力还可能使患者对治疗产生抵触情绪，降低治疗依从性，进一步影响治疗进程和效果。

1.2 提高治疗依从性

1.2.1 治疗依从性的重要性

试管婴儿治疗的成功离不开患者的积极配合，严格按照医嘱进行药物使用、按时复诊等是确保治疗效果的关键。治疗依从性高的患者，其试管婴儿的成功率可比依从性低的患者可提高约15%–20%。然而，复杂的治疗流程和心理压力往往使部分患者难以坚持规范治疗。

1.2.2 人文关怀对依从性的促进作用

医护人员给予患者充分的人文关怀，如耐心讲解治疗方案、解答疑问、关注患者的感受，能增强患者对治疗的信任和理解。当患者感受到被尊重和关心时，会更愿意主动配合治疗，按时按量服药，按时进行各项检查和治疗，从而提高治疗依从性，为治疗成功奠定基础^[4]。

1.3 促进患者生理健康

1.3.1 心理与生理的相互关系

心理状态与生理健康密切相关，负面情绪会对身体的生理功能产生不良影响。在试管婴儿治疗中，患者的焦虑和抑郁情绪可能引发机体的应激反应，导致免疫功能下降，影响卵巢的排卵功能和子宫内膜的环境，不利于胚胎的发育和着床。

1.3.2 人文关怀的生理调节作用

融入人文关怀的治疗环境，能让患者保持良好的心理状态。积极的心理状态有助于调节神经内分泌系统，增强机体的免疫力，改善卵巢和子宫的生理功能，为胚胎的着床和发育创造有利的生理条件，提高试管婴儿的成功率。

1.4 增强患者社会适应能力

1.4.1 不孕不育带来的社会压力

在社会观念中，生育往往被视为家庭的重要责任，不孕不育患者可能面临来自家庭、社会的压力和误解，容易产生自卑、孤独等心理，导致社会交往减少，社会适应能

力下降。这种社会压力进一步加重了患者的心理负担,形成恶性循环。

1.4.2 人文关怀对社会适应的改善作用

通过人文关怀,为患者提供心理支持和社会支持,帮助患者正确看待不孕不育问题,增强自信心。同时,组织患者互助活动、提供家庭辅导等,能改善患者的家庭关系和社会交往,让患者更好地融入社会,提高社会适应能力,促进身心健康的全面恢复。

2 人文关怀融入试管婴儿治疗的实施路径

2.1 加强医护人员人文关怀素养培养

2.1.1 专业知识融合人文教育

对从事试管婴儿治疗的医护人员开展系统培训,内容不仅涵盖生殖医学专业知识的更新,如最新的促排卵方案、胚胎移植技术等,还深度融入医学人文课程,包括医学伦理学、医患沟通艺术、心理学基础等。通过理论授课、案例分析、小组讨论等形式,让医护人员理解人文关怀在试管婴儿治疗中的核心价值,明白尊重患者人格、关注患者情感需求是医疗服务的重要组成部分。

2.1.2 沟通技巧专项培训

组织沟通技巧特训营,模拟真实的医患沟通场景,让医护人员练习倾听、表达和反馈技巧。例如,学习如何运用开放式提问了解患者内心的担忧,用通俗易懂的语言解释复杂的医学术语,以及在患者情绪低落时给予恰当的情感回应^[5]。同时,引入角色扮演,让医护人员分别扮演患者和医生,亲身体验患者在治疗过程中的心理感受,从而提升共情能力,更好地与患者建立信任关系。

2.1.3 强化心理支持技能培训

邀请心理学专家对医护人员进行心理支持技能培训,使其掌握基本的心理评估方法和心理干预技巧,能够及时发现患者的心理问题,并给予有效的心理疏导和支持。对于心理问题较为严重的患者,能够准确转介到专业心理机构进行治疗。

2.2 优化就医环境

2.2.1 营造温馨舒适的物理环境

试管婴儿治疗场所的设计应注重营造温馨、舒适、安静的氛围。候诊区设置舒适的座椅、柔和的灯光、绿色植物,提供免费的饮用水、杂志;宣教区等,准备文字、图片或二维码式信息资源,如饮食、运动、诊疗流程、试管婴儿过程、取卵移植注意事项、保胎等,提供患者方便和提升就医体验。

缓解患者等待时的焦虑情绪;治疗室和手术室的布置

应简洁、明亮,温度和湿度适宜,减少患者的不适感。

2.2.2 构建和谐的就医氛围

加强医护人员之间的团队协作,建立良好的工作关系。医护人员之间相互支持、配合默契,能够为患者提供高效、优质的服务。同时,倡导积极向上的医院文化,让患者感受到医院的关爱和温暖,增强患者对医院的信任。

2.3 完善心理支持体系

2.3.1 建立全程心理评估机制

多阶段心理评估:在患者初次就诊时,运用专业心理测评工具,如症状自评量表(SCL-90)、焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)等,全面评估患者心理状态,并建立心理档案^[6]。在治疗过程中,定期(如促排卵阶段、胚胎移植前后)进行心理复查,及时掌握患者心理变化。治疗结束后,对妊娠成功和失败的患者分别进行针对性心理评估,为后续的心理干预提供依据。

2.3.2 提供个性化心理干预

根据心理评估结果,为患者提供个性化心理支持。对于轻度焦虑的患者,由医护人员在日常诊疗中给予心理疏导,分享成功案例,增强其信心;对于中度心理问题患者,安排专业心理咨询师进行一对一心理咨询,帮助患者应对压力和负面情绪;对于存在严重心理障碍的患者,及时邀请专业心理咨询师进行心理咨询和治疗。

2.3.3 组织患者互助活动

为试管婴儿患者组织互助活动,重点在于让患者在活动中获得情感支持、知识补充和放松。可以从交流分享、专家科普、心理疏导等角度构思活动内容,让患者之间分享治疗经验、交流心得体会,互相鼓励和支持。邀请治疗成功的患者分享成功经验,增强其他患者的信心。同时,通过开放线上交流平台,为患者提供随时交流和咨询的渠道。

2.4 强化健康教育

2.4.1 丰富健康教育内容

除了详细介绍试管婴儿治疗流程、注意事项、药物使用方法等基础医学知识外,还增加生活方式指导,如饮食营养搭配(针对促排卵阶段和孕期的特殊营养需求)、适度运动建议(告知患者哪些运动适合治疗期间进行)、睡眠管理技巧等。同时,普及心理调适方法,如放松训练(深呼吸、渐进性肌肉松弛)、冥想等,帮助患者缓解治疗压力。

2.4.2 多样化健康教育方式

采用线上线下相结合的方式。线下举办定期的健康教

育讲座,邀请生殖专家、营养师、心理咨询师等不同领域专业人员授课,并设置互动答疑环节;发放图文并茂、通俗易懂的宣传手册和科普资料。线上搭建微信公众号、患者交流 APP 等平台,推送科普文章、动画视频、在线课程等,方便患者随时获取信息。此外,利用电话随访、微信咨询等方式为患者提供个性化的健康咨询服务。

2.4.3 贯穿治疗全程的健康教育

将健康教育贯穿于试管婴儿治疗的全过程。在初诊时,向患者介绍治疗的基本流程和注意事项;在治疗过程中,根据不同阶段的特点,及时给予相应的健康教育内容;在治疗结束后,为患者提供随访和康复指导,确保患者在整个治疗过程中都能获得及时、准确的健康信息^[7]。

2.5 关注患者家庭支持

2.5.1 开展家庭健康教育

为患者及其家庭成员举办家庭健康教育讲座,让家庭成员了解试管婴儿治疗的相关知识和患者可能面临的心理压力,提高家庭成员对患者的理解和支持能力。同时,指导家庭成员如何在生活中关心、照顾患者,营造良好的家庭氛围。

2.5.2 促进家庭成员沟通

医护人员关注患者家庭关系,当发现家庭内部存在矛盾或沟通不畅时,及时介入调解。通过家庭会议、心理咨询等方式,帮助家庭成员之间建立有效的沟通渠道,共同面对不孕不育问题,增强家庭凝聚力,为患者创造一个和谐稳定的家庭环境,助力试管婴儿治疗的顺利进行。

3 结论

人文关怀融入试管婴儿治疗具有不可忽视的必要性,对缓解患者心理压力、提高治疗依从性、促进生理健康和增强社会适应能力等方面发挥着重要作用。通过加强医护人员人文关怀素养培养、优化就医环境、完善心理支持体系、强化健康教育和关注患者家庭支持等实施路径,能够

将人文关怀全面、深入地融入试管婴儿治疗的各个环节。这不仅有助于提高试管婴儿治疗的成功率和患者的生活质量,也体现了医疗服务的人文精神,推动辅助生殖技术的健康、可持续发展。未来,应不断探索和完善人文关怀在试管婴儿治疗中的应用模式,为更多不孕不育家庭带来希望和福祉。

参考文献:

- [1]吴梅利洋,蒋灵俊,曾铁英,等.不孕不育患者心理痛苦研究进展[J].护理学杂志,2024,39(16):120-124.
- [2]熊丽华.大理地区关于正念认知干预对体外受精-胚胎移植患者焦虑情绪、睡眠质量及妊娠结局的影响[D].大理大学,2023.DOI:10.27811/d.cnki.gdixy.2023.000590.
- [3]袁德慧.妊娠女性不同时期非稳态负荷及其影响因素的研究[D].安徽医科大学,2023.DOI:10.26921/d.cnki.ganyu.2023.001194.
- [4]林贺,蒋乐萍,徐香荷.对试管婴儿产妇心理护理的效果评价[J].中医药管理杂志,2015,23(20):63-64. DOI:10.16690/j.cnki.1007-9203.2015.20.025.
- [5]谢春,左毅玲,马明珠,等.问题解决模式在慢性病患者健康行为管理中的应用进展[J/OL].现代医药卫生,1-5[2025-04-11].<http://kns.cnki.net/kcms/detail/50.1129.R.20250331.1141.020.html>.
- [6]揭康丽,郑序.影响试管婴儿妊娠成功率的不孕症患者心理因素分析[J].心理月刊,2024,19(23):74-76. DOI:10.19738/j.cnki.psy.2024.23.019.
- [7]胡小菊.人文关怀理念护理在试管婴儿孕产妇先兆流产中的应用效果观察[J].现代诊断与治疗,2021,32(17):2855-2856.

作者简介:王璐(1990—)女,汉族,籍贯:天津,本科,主管护师,研究方向为妇产科护理、生殖医学护理。