

单纯药物治疗与药物联合认知行为心理治疗焦虑症的效果分析

孙海漪 李军卓 任孟秋

武警黑龙江省总队医院, 黑龙江 哈尔滨 150076

摘要:目的 研究单纯药物治疗与药物联合认知行为心理治疗焦虑症的效果。方法:本次选择了我院在 2019 年 2 月至 2019 年 11 月收入与治疗的 80 例患者作为研究对象,把这些患者随机与平均分配了两组,即对照组与观察组,每组各有 40 例患者。对两组患者实施了两种治疗方式,对照组:应用采用盐酸万拉法新胶囊治疗患者。观察组:应用盐酸万拉法新胶囊联合认知行为心理治疗患者。通过观察两组焦虑症状改善评分、生活质量评分,治疗总有效率,得出治疗结论。结果:①观察组的焦虑症状评分、生活质量评分分别为 36.43 ± 4.62 、 88.36 ± 6.58 ;对照组的焦虑症状评分、生活质量评分分别为 54.21 ± 5.32 、 75.21 ± 7.12 。(P<0.05,差异具有统计学意义)②观察组的总体治疗效率为 92.50%,对照组的总体治疗效率为 77.50%。(P<0.05,差异具有统计学意义)结论:单纯药物治疗与药物联合认知行为心理治疗模式在改善患者焦虑症方面具有积极的作用,值得推广。

关键词: 药物; 单纯药物; 认知行为; 心理治疗; 焦虑症

1 资料和方法

1.1 临床资料

本次选择了我院在 2019 年 2 月至 2019 年 11 月收入与治疗的 80 例患者作为研究对象,把这些患者随机与平均分配了两组,即对照组与观察组,每组各有 40 例患者。患者的资料如下所述。对照组(40 例),男:22 例;女:18 例;年龄:25~65 岁;平均年龄: 39.25 ± 4.25 岁。观察组(40 例),男:24 例;女:16 例;年龄:24~62 岁;平均年龄: 38.64 ± 3.42 岁。(P>0.05,即无统计学意义,可以有效地进行对比分析研究)

1.2 方法

对照组采用单纯药物治疗:指导患者睡前服用盐酸万拉法新胶囊,前 3 天,平均 25mg/d,之后患者每天的用量需要根据具体的病情变化进行调整,平均可每天增加 25mg,但加到 150mg/d 时则停止加量,如果患者有药物反应,则需要控制药物用量^[1]

观察组采用单纯药物联合认知行为心理治疗:药物用量、用法与对照组相同,同时给予患者认知行为心理疗法:(1)帮助患者重建认知,并为患者提供新的信息思维,然后帮助患者打开思维认知;(2)与患者交流沟通,根据患者焦虑症状对患者的心理进行评估,采取有针对性措施进行心理治疗,帮助患者舒缓心情,缓解患者的不良心理情绪。(3)需要协助锻炼患者的思维能力,定期对患者实施催眠放松训练,患者通过充足的呼吸运动减少其内心的焦虑感,进而缓解焦虑症状^[2]。

1.3 观察指标

通过观察两组焦虑症状改善评分、生活质量评分,治疗总有效率,得出治疗结论。

1.4 统计学分析

应用 SPSS 20.0 统计学软件分析与计算对比实验研究所得出的数据,“x±s”表示计量资料,采用 t 检验;以例数(n)百分数(%)表示计数资料,P<0.05,表示差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 焦虑症状改善评分、生活质量评分比较

组别	例数	焦虑症状评分		生活质量评分	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
对照组	40	70.25 ± 5.84	54.21 ± 5.32	55.81 ± 3.94	75.21 ± 7.12
观察组	40	0.12 ± 5.32	36.43 ± 4.62	54.15 ± 5.24	88.36 ± 6.58

由上表可知,两组在治疗前焦虑症状评分、生活质量评分无差异。在治疗后,观察组的焦虑症状评分、生活质量评分分别为 36.43 ± 4.62 、 88.36 ± 6.58 ;对照组的焦虑症状评

分、生活质量评分分别为 54.21 ± 5.32 、 75.21 ± 7.12 。观察组患者的焦虑症状改善情况好于对照组,生活质量高于对照组。所以,观察组的治疗效果更加佳。(P<0.05,差异具有统计学意义)

2.2 治疗总有效率比较

表 2 治疗总有效率比较

组别	例数	显效	有效	无效	总体治疗效率
观察组	40	28 (70.00)	9 (22.50)	3 (7.50)	37 (92.50)
对照组	40	21 (52.50)	10 (25.00)	9 (5.00)	31 (77.50)

由上表可知,观察组的总体治疗效率为 92.50%,对照组的总体治疗效率为 77.50%。由此可见,观察组的治疗方式产生的效果较好。(P<0.05,差异具有统计学意义)

3 讨论

近些年,随着社会经济的快速发展,人们的生活工作压力增加,使得人们的精神压力越来越大,再加之人们没有及时排解心中的压抑情绪,进而导致患者出现严重的焦虑症状,影响患者的生活质量^[3]。为此,目前临床中主要采用药物和认知行为心理治疗措施帮助患者缓解焦虑症状,改善患者的心理状态。

在本次治疗研究中,我院对 80 例焦虑症患者采用药物联合认知行为心理治疗,其中观察组患者的焦虑症状评分显著低于对照组,生活质量显著高于对照组,治疗总有效率比对照组高,(P<0.05,差异具有统计学意义),说明药物联合认知行为心理治疗,患者的临床症状改善显著。如果患者服用盐酸万拉法新胶囊时间较长,容易出现嗜睡、注意力不集中等不良反应,因此,在临床用药期间需要控制用药量,进而有效缓解患者的焦虑症状。此外,对患者采用认知行为心理治疗,对患者实施心理辅导护理措施,坚持以患者为本的治疗措施,能够帮助患者重构认知思维,调整患者歪曲的思想认知,缓解患者精神障碍现象,因此能够有效转变患者的思维认知水平,提高患者思想的积极性。

综上所述,将药物联合认知行为心理治疗运用于焦虑症患者临床中,能够提高患者的治疗效果,缓解患者的焦虑症状,同时能够提高患者的生活质量,临床应用价值比较高。

参考文献

- [1] 郝瑞军,段俊芳,康慧敏. 药物联合认知行为疗法治疗广泛性焦虑障碍患者的疗效观察[J]. 中国药物与临床, 2019, 19(16): 2811-2812.
- [2] 杨燕,叶姜兰,谢育花. 文拉法辛联合认知行为干预治疗难治性焦虑症疗效分析[J]. 中国现代医药杂志, 2019, 21(05): 77-79.
- [3] 李雪松,潘霞,邓彦立,孙国胜. 焦虑症患者的心理分析及药物治疗[J]. 系统医学, 2019, 4(01): 20-22.