

认知性心理护理在抑郁症护理中的应用研究

肖信波

湖北省天门市精神病医院 湖北天门 431700

摘要：目的探讨抑郁症患者采取认知性心理护理的应用价值。方法 取 2020 年 1 月-2020 年 12 月我院接收的 96 例抑郁症患者为研究对象，随机设为研究组和对照组。对照组采取常规干预，研究组在对照组基础上采取认知性心理护理，比较两组护理前、后的抑郁评分及生活质量评分。结果与对照组相比，研究组护理后的 HAMD 评分较低 ($P < 0.05$)；研究组护理后的认知、社会、躯体及角色功能评分均较高 ($P < 0.05$)。结论对抑郁症患者采取认知性心理护理，其效果较好，有助于改善其抑郁状况，提升其生活质量水平，值得推广应用。

关键词：抑郁症；认知性心理护理；生活质量

抑郁症是一种较为普遍的精神疾病类型，且以反应迟钝、心情低落等为主要表现，若不采取及时、有效的治疗方案则极易对患者的睡眠质量造成不利影响，伴随病情进展部分患者会出现轻生的想法，进而危及生命^[1]。据研究显示，对抑郁症患者开展对症治疗的同时采取认知性心理护理，能够提升患者的认知能力，加速其病情康复，改善患者病情^[2]。但相关报道及针对实际效果的探究相对较少，因此，本研究通过对抑郁症患者采取认知性心理护理，以探讨其效果。内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

取 2020 年 1 月-2020 年 12 月我院接收的 96 例抑郁症患者为研究对象，随机设为研究组和对照组。研究组男 26 例，女 22 例，年龄 45-73 岁，平均 (55.1 ± 4.6) 岁，病程 1-6 年，平均 (3.7 ± 1.0) 年。对照组男 28 例，女 20 例，年龄 43-75 岁，平均 (55.4 ± 4.4) 岁，病程 1-8 年，平均 (3.9 ± 1.2) 年。两组资料无明显差异 ($P > 0.05$)，且对本研究知情、同意，同时该研究已获得伦理委员会准许。

1.2 方法

1.2.1 对照组为常规护理，如用药指导，注意事项讲解及常规宣教等。

1.2.2 研究组在对照组基础上采取认知性心理护理，具体为：(1) 心理干预，护理人员应通过加强与患者间的交流、沟通，准确了解其心理变化情况，以便给予针对性心理疏导。(2) 环境护理，部分抑郁症患者存在自杀倾向，护理人员则应对病房内环境进行合理布置，防止将火机、刀具等危险物品留于病房内，同时加强病房巡视，叮嘱患者家属提高对于患者的看管力度。(3) 认知护理，依据患者接受教育水平的不同，护理人员可对其进行针对性的认知教育，提高其对自身疾病的认知，同时告知其按时用药的重要性，提高患者接受治疗与护理的依从性。

1.3 观察指标

1.3.1 分别在护理前及护理 3 个月后采用汉密尔顿抑郁量表 (HAMD) 对两组的抑郁状况进行评估比较，分值越高则表明其抑郁情绪较为严重。

1.3.2 评估比较两组护理前、护理后 3 个月的生活质量状况，借助 36 条目健康量表对两组的认知、角色、躯体及社会功能四方面进行判定，各项均为 0-100 分，分值越高则表明其生活质量状况较好。

1.4 统计学方法

应用 SPSS19.0 数据分析，计数资料为 χ^2 (%) 检验，计量进行 t 检测 ($\bar{x} \pm s$) 检验， $P < 0.05$ 提示有显著差异。

2 结果

2.1 两组 HAMD 评分对比

与对照组相比研究组护理后的 HAMD 评分较低 ($P < 0.05$)，具体见表 1。

表 1 比较两组 HAMD 评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

| 组别 | 例数 | 护理前 | 护理后 | T | P |
|----|----|-----|-----|---|---|
|----|----|-----|-----|---|---|

| | | | | | |
|-----|----|----------|----------|--------|-------|
| 对照组 | 48 | 26.0±3.4 | 14.1±4.6 | 11.578 | <0.05 |
| 研究组 | 48 | 26.2±3.2 | 9.4±2.0 | 12.598 | <0.05 |
| T | / | 1.637 | 11.968 | | |
| P | / | >0.05 | <0.05 | | |

2.2 两组生活质量评分对比

与对照组相比研究组护理后的认知、社会、躯体及角色功能评分均较高 ($P < 0.05$)，具体见表 2。

表 2 比较两组生活质量评分 (分, $\bar{x} \pm s$)

| 组别 | 时间 | 认知功能 | 社会功能 | 躯体功能 | 角色功能 |
|---------------|------------------|----------|----------|----------|----------|
| 对照组 (n=48) | 护理前 | 57.4±4.1 | 60.7±5.4 | 60.6±6.4 | 64.3±6.2 |
| | 护理后 ^a | 70.0±5.9 | 72.6±4.3 | 73.2±4.9 | 72.6±5.3 |
| 研究组 (n=48) | 护理前 | 57.2±4.4 | 61.4±5.7 | 59.3±5.3 | 64.7±5.4 |
| | 护理后 ^b | 79.4±5.0 | 84.6±4.7 | 82.4±5.2 | 83.3±5.1 |

注：与本组护理前比较 ^a $P < 0.05$ ；与对照组护理后比较 ^b $P < 0.05$ 。

3 讨论

临床中，抑郁症患者主要以睡眠不佳、情绪低落以及反应迟缓为主要表现，伴随病情进一步发展会对其日常生活及身体健康产生负面影响^[3]。心理护理是对抑郁症患者进行临床护理的重要组成部分，而认知性心理护理则属于一种新型的护理干预方法，该方法主要是通过对患者的心理状况进行准确了解，从而采取针对性的干预措施，提升患者对自身病情及护理方案的认知度，使其能够积极配合，最终达到改善其不良心理状态的目的^[4]。经本研究提示：与对照组相比，研究组护理后的 HAMD 评分较低；而研究组护理后的认知、社会、躯体及角色功能评分均较高 ($P < 0.05$)。说明，对抑郁症患者采取认知性心理护理，有助于改善其抑郁状态，提高患者的生活质量水平。认知性心理护理的开展，能够为患者建立较为科学的治疗及认知观念，提高患者的护理配合度，减轻其认知障碍情况出现，整体护理效果得到有效提升，临床应用效果相对较好。

综上所述，对抑郁症患者采取认知性心理护理，其效果较好，有助于改善其抑郁状况，提升其生活质量水平，值得推广应用。

参考文献

[1] 卢婉波, 章燕利. 综合护理联合心理认知干预对抑郁症患者心理波动的影响研究 [J]. 护士进修杂志, 2019, 34(7):70-72.
 [2] 王妙华, 刘海斌, 张建芳. 小组积极心理支持护理干预对抑郁症患者康复效果的影响 [J]. 海南医学, 2019, 30(11):1487-1489.
 [3] 李爱丽. 积极心理学护理模式对老年抑郁症患者自尊水平及社会功能的影响 [J]. 检验医学与临床, 2020, 17(23):116-119.
 [4] Leontjevas R, Hooijschuur L, Smalbrugge M, et al. Specific components of a complex depression care program can affect staff outcomes differently: post-hoc analyses of a stepped-wedge cluster-randomized trial in nursing homes [J]. International Psychogeriatrics, 2020, 32(3):1-10.