

# 心理护理和健康教育用于类风湿性关节炎患者临床护理工作中的效果分析

胡杉杉 陈欢 王茹

南京医科大学附属宿迁第一人民医院风湿免疫科 江苏宿迁 223800

**摘要：**目的：分析心理护理干预和健康教育在类风湿性关节炎患者治疗中的应用效果。方法：随机选取 2020 年 1 月至 2021 年 1 月期间于本院接受治疗的 60 例类风湿性关节炎患者作为研究对象。按照抽签法将患者分为两组，每组 30 例，对照组给予患者常规护理干预，实验组在对照组的基础上给予患者心理护理和健康教育干预。对比两组患者的心理状态和健康认知情况。结果：经过护理干预后，实验组患者的心理状态明显高于对照组患者，且相较于对照组患者对疾病知识的掌握更好， $P < 0.05$ 。结论：心理护理干预和健康教育在类风湿性关节炎患者的心理状态有积极影响，可以提高患者的生活质量，改善患者紧张情绪，使患者了解更多类风湿性关节炎的相关知识，帮助患者进行更好的康复，值得应用和推广。

**关键词：**心理护理；健康教育；类风湿性关节炎

类风湿性关节炎是以侵蚀性关节炎为主要症状的自身免疫病。其主要特征是滑膜炎、关节积液等，如不及时进行治疗，会导致关节畸形甚至丧失关节功能<sup>[1]</sup>。当前部分基层地区患者对类风湿性关节炎没有一个清晰的认识，延误治疗情况十分严重，且患者对治疗有抗拒心理，需要为患者传播类风湿性关节炎的相关知识并为患者进行心理辅导<sup>[2]</sup>。本次研究选取我院自 2020 年 1 月至 2021 年 1 月的 60 名类风湿性关节炎患者，探究心理护理和健康教育对其心理状态和健康知识储备的影响。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

本次研究中，选取 2020 年 1 月至 2020 年 1 月期间于本院接受治疗的 60 例类风湿性关节炎患者作为研究对象，使用抽签法将患者随机分为对照组和实验组，每组 30 例。常规组年龄 32-59 岁，平均年龄为 (44.34±2.24) 岁，病程为 6-11 年，平均病程 (9.35±0.21) 年。实验组年龄 33-60 岁，平均年龄 (45.58±2.25) 岁，病程为 5-12 年，平均病程 (9.57±0.11) 年。两组患者年龄、性别以及患病年限等一般资料对比均无显著差异， $P > 0.05$  具有可比性。

### 1.2 方法

对照组采用常规护理干预，其干预方式包括，用药指导、生命体征监测、环境护理等工作。

实验组在接受常规护理干预的基础上还要接受心理护理干预和健康教育，干预时间为 2 个月，干预具体措施如下：

(1) 心理指导：对患者进行心理疏导，关注注意患者的情绪变化，每周都与患者进行深度的心理访谈，针对患者的心理障碍及压力来源给予相应的指导，尽可能满足患者的需求，帮助患者调节自身情绪，缓解患者的紧张、焦虑的心情，提高治疗依从性。

(2) 强化家庭支持：类风湿性关节炎患者常常会感到疼痛，严重者会行动不便，影响患者的心理状态和生活质量。护理人员需要与患者家属进行深入沟通，让家属为患者提供心理上的支持。

(3) 展开健康教育指导：部分患者对类风湿性关节炎没有明确的认知，所以在治疗期间，护理人员要认真回答患者的问题，为患者讲解类风湿性关节炎的相关的知识和注意事项，消除患者的紧张情绪，避免由于不良情绪造成的治疗效果降低。

### 1.3 观察指标

本次研究采取汉密尔顿焦虑评分量表 (HAMA) 和汉密尔顿抑郁评分量表 (HAMD) 对两组患者在护理干预前后心理状况进行探究，分数越低，患者的心理状态越好<sup>[3]</sup>。分析调查两组患者健康知识的掌握情况，并计算其健康知识掌握率。

### 1.4 统计学分析

本次分析运用的数据处理软件为 SPSS 18.0，计量资料在表示时用 ( $\bar{x} \pm s$ )，在对比时用 t 检验，(n/%) 表示计数资料，采用  $\chi^2$  检验，差异具有统计学意义， $P < 0.05$ 。

## 2 结果

### 2.1 两组患者心理状态对比

经比较，护理后两组患者的 HAMA、HAMD 评分均降低，实验组患者的 HAMA、HAMD 评分明显低于对照组， $P < 0.05$ ，详见表 1。

表 1 两组患者心理状态评分对比

组别	例数	HAMA		HAMD	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	30	24.12±2.38	16.45±2.55	25.32±3.51	21.13±2.32
实验组	30	22.77±3.35	11.62±2.42	24.85±3.43	14.64±2.25
t		1.7994	7.5252	0.5245	10.9990
P		0.0772	0.0000	0.6019	0.0000

### 2.2 两组患者健康知识情况对比

护理后，实验组患者的健康知识掌握率 (93%) 明显高于对照组患者 (63%)， $P < 0.05$ ，详见表 2。

表 2 两组患者健康知识掌握情况对比

组别	例数	优秀	良好	差	掌握率
对照组	30	10 (33)	9 (30)	11 (36)	19 (63)
实验组	30	21 (70)	7 (23)	2 (6)	28 (93)
$\chi^2$					7.9542
P					0.0048

## 3 讨论

类风湿性关节炎是一种慢性疾病，其病程长且容易反复发作。由于患者对类风湿性关节炎的认知不全面，在治疗时会产生焦虑、恐惧的情绪，需要心理护理干预的介入<sup>[4]</sup>。

心理护理干预和健康教育可以帮助患者解决心理问题，增强患者的治疗信心，减轻患者的心理压力<sup>[5]</sup>。护理人员与患者进行友好的深入沟通，帮助患者摆脱因手术带来的恐惧感。

本次研究得到的结果为，在心理护理干预和健康教育后，实验组的心理状态和健康知识储备情况均高于对照组。由此可知，心理护理和健康教育对类风湿性关节炎的治疗有积极影响，能够帮助患者进行更好的康复，值得应用和推广。

### 参考文献

- [1] 叶红. 心理护理及健康教育在类风湿性关节炎患者临床护理中的应用效果[J]. 首都食品与医药, 2020, 27(4):134.
- [2] 陈培丽, 关淑霞, 余培红. 心理护理和健康教育用于类风湿性关节炎患者临床护理工作中的效果分析[J]. 母婴世界, 2020(23):253.
- [3] 努尔阿米那·艾尔肯, 夏热皮古丽·艾尔肯. 心理护理和健康教育用于类风湿性关节炎患者临床护理工作中的效果观察[J]. 全科口腔医学杂志(电子版), 2019, 6(1):114.
- [4] 夏溶. 类风湿性关节炎出院患者延续性护理中生物-心理-社会护理模式的护理效果研究[J]. 家有孕宝, 2021, 3(16):266.
- [5] 侯近. 综合护理干预应用于类风湿性关节炎患者对其心理障碍、疼痛的影响分析[J]. 家有孕宝, 2021, 3(5):215.