

积极心理支持护理对抑郁症患者的护理成效评价

王可

湖北省恩施自治州优抚医院 湖北恩施 445000

摘要：分析探讨在抑郁症患者的临床护理过程中，采取积极心理支持干预措施的临床效果和应价值。方法 选择 2021 年 1 月至 2020 年 12 月本院收治的 54 例抑郁症患者作为研究样本；分别对采取临床常规护理的 27 例对照组患者和实施积极心理支持护理的 27 例观察组患者，进行护理前后相关指标的数据对比；指标选用心理状态评分、生活质量评分及护理依从性三项指标。结果 观察组患者在护理后的心理状态评分、生活质量评分的组间对比，均显著优于对照组；观察组患者的护理依从性明显好于对照组。组间数据对比差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。结论 采取积极心理支持护理模式对抑郁症患者进行临床干预，能够显著改善患者的心理状态和认知功能，且可以有效提升患者对相关护理措施的依从性，大幅度改善患者的预后生活质量，是一种值得临床推广应用的护理模式。

关键词：抑郁症；积极心理支持；生活质量；应用价值

抑郁症的具体病因、病机目前尚未完全明确，一般认为抑郁症与遗传、神经生化因素及心理社会因素等均有密切相关性，应激性生活事件、悲观价格特质、精神疾病病史、酗酒、滥用药物等均可诱发该症的发生^[1]。临床对抑郁症患者的治疗，除使用抗抑郁药物控制病情外，积极心理支持干预在患者的后续康复治疗中，起着非常重要的作用。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究选择 2021 年 1 月至 2020 年 12 月本院收治的两组 54 例抑郁症患者作为研究对象，并分别对两组患者实施常规护理（对照组）和积极心理支持护理；所有患者均经本院临床根据患者相关症状表现确诊，并实施了针对性治疗；样本平均年龄 (47.65 ± 5.50) 岁；男女性别比例 29: 25；平均病程 (6.15 ± 2.05) 月。相关资料数据分组后组间对比，差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 对照组患者均接受临床常规护理干预，包括用药指导、生活规律调整、饮食干预、卫生习惯改变及与家属配合等^[2]；

1.2.2 观察组患者在给予常规护理措施的同时，实施积极心理支持护理，主要内容包括：（1）加强护患沟通，引导和帮助患者建立康复信心。护理人员要针对不同患者的心理状态和生活经历、受教育程度、家庭环境及具体患病原因，通过与患者的交谈和沟通充分了解病情，耐心倾听患者倾诉，并给予患者更加富有针对性的心理干预，如进行抑郁症相关知识的讲解、帮助患者了解自身病情及危害等，鼓励患者针对自己的具体病因、主动克服不良心理的困扰，引导患者积极参与社会活动，用正确的方法发泄和缓解工作、生活压力；（2）组织患者进行集体交流。护理人员可组织患者通过座谈的方法相互倾诉，交流克服抑郁心理困扰的成功经验，对彼此遇到的心理问题出主意、想办法，引导患者正确自我认知，

树立治愈康复的信心；（3）取得家属的密切配合。在抑郁症患者的康复治疗过程中，家庭的配合起着非常关键的作用，护理人员应充分与患者家属沟通，取得患者家属的支持、配合，在日常生活和工作中，给予患者更多的关爱，鼓励和支持患者进行积极治疗，共同帮助患者缓解和改善心理状态；（4）引导和帮助患者适应社会环境，积极参与社交活动。护理人员在充分了解患者性格、习惯的基础上，引导和鼓励患者培养兴趣爱好、通过积极参与社交活动提高社会环境适应能力，培养和建立起积极的生活态度。

1.3 观察指标

1.3.1 心理状态变化

分别使用汉密顿焦虑量表 (HAMA) 和汉密顿抑郁量表 (HAMD)，对两组患者护理前后进行焦虑和抑郁心理状态的评分调查，并进行两组患者的组间指标均值对比；分值与焦虑、抑郁心理的严重程度成正比^[3]；

1.3.2 生活质量评分

该指标使用 GQOLI-74 量表对患者进行护理前后进行物质生活、躯体健康、心理健康、社会功能四个维度的打分评价，单项指标评分为 0-5 分，分值与生活质量成正比^[4]；

1.3.3 护理依从性

该指标采用问卷调查的方式，对两组患者护理前后的遵医用药、合理饮食、适当运动、定期检查四个方面的依从性进行评价；单项指标分值为 100 分，评分越高表示依从性越好。

2 结果

2.1 两组患者护理前后心理状态比较

两组样本护理前均存在较明显的焦虑和抑郁心理，两项指标评分接近，差异无统计学意义 ($P > 0.05$)；在接受护理干预后，患者的两项心理状态指标评分均有所下降，观察组患者护理后的焦虑心理、抑郁心理的小组评分均值，明显好于对照组。组间数据对比差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。见表 1。

表 1 两组患者护理前后心理状态变化对比 [$(\bar{x} \pm s)$ ，分]

指标项目	时间	对照组 (n=27)	观察组 (n=27)	P 值
	护理前	21.70 ± 4.50	22.05 ± 5.05	>0.05

焦虑心理评分	护理后	15.71±3.45	10.50±3.50	<0.05
	P 值	<0.05	<0.05	-
抑郁心理评分	护理前	26.05±4.50	25.85±4.50	>0.05
	P 值	<0.05	<0.05	-

2.2 两组患者护理前后生活质量变化比较

观察组患者在实施护理干预 3 个月后, 在物质生活、躯体

健康、心理健康、社会功能四个维度的 GQOLI-74 评分均明显高于对照组, 数据对比差异有统计学意义 (P<0.05)。见表 2。

表 2 两组患者 GQOLI-74 评分护理前后对比 [(x̄±s), 分]

指标项目	对照组 (n=27)			观察组 (n=27)		
	护理前	护理后	P 值	护理前	护理后	P 值
物质生活	35.10±5.50	41.10±5.15	<0.05	35.65±4.50 ^a	49.25±6.50 ^b	<0.05
躯体健康	38.75±5.05	42.50±5.05	<0.05	37.45±5.50 ^a	51.25±5.50 ^b	<0.05
心理健康	31.75±6.50	45.50±4.50	<0.05	33.05±5.50 ^a	57.05±5.20 ^b	<0.05
社会功能	38.50±4.50	47.50±3.50	<0.05	39.25±5.15 ^a	51.50±4.50 ^b	<0.05

注: a 与对照组同期相比, P>0.05; b 与对照组同期相比, P<0.05。

2.3 两组患者干预前后依从性比较

在接受相关护理干预措施后, 观察组在遵医用药、合理

饮食、适当运动、定期检查各个方面的护理依从性均优于对照组。见表 3。

表 3 两组患者护理依从性对比 (n, %)

分组	例数	遵医用药	合理饮食	适当运动	定期检查
对照组	27	22 (81.48)	21 (77.78)	19 (70.37)	23 (85.19)
观察组	27	27 (100.00)	25 (92.59)	23 (85.19)	25 (92.59)
P 值	-	P<0.05	P<0.05	P<0.05	P<0.05

3 讨论

抑郁症是抑郁障碍的典型情况, 是一种具有较高患病率的精神类疾病, 该病患者主要症状表现为持久情绪低落、兴趣减退等, 严重者甚至会出现自杀倾向, 给患者的日常生活和工作造成较严重的不良影响。抑郁症患者经正规治疗具有较高的治愈率, 临床使用药物控制病情后, 配合合理的心理积极支持干预措施, 能够有效地提高抑郁症的治愈率。相比常规护理干预方法, 心理积极支持护理通过给予患者个体针对性宣教、患者相互交流、家属密切配合及环境适应能力培养等方法, 帮助患者走出不良心理的困扰。本研究的相关指标数据对比分析, 对该护理模式在临床治疗的作用, 给予了进一步证实。

综上所述, 采取积极心理支持护理模式对抑郁症患者进行临床干预, 能够显著改善患者的心理状态和认知功能, 且

可以有效提升患者对相关护理措施的依从性, 大幅度改善患者的预后生活质量, 是一种值得临床推广应用的护理模式。

参考文献

[1] 阚阅. 健康教育及心理护理干预对抑郁症患者心理状况及生活质量的影响研究[J]. 临床研究, 2020, 28(05):181-182.
 [2] 裴建琴, 蒋菊芳, 张紫娟, 等. 多学科合作延续护理对抑郁症伴糖尿病病人自我护理能力和生存质量的影响[J]. 护理研究, 2018, 32(21):3447-3450.
 [3] 高彩霞, 张利宁, 郭小平. 心理疏导和精神护理对老年抑郁症患者 SAS、SDS 评分及护理满意度的影响[J]. 检验医学与临床, 2018, 15(02):220-222.
 [4] 汪成书, 刘双凤, 徐文静. 基于心理护理研究中医五行音乐疗法治疗产后抑郁症的临床疗效[J]. 中国疗养医学, 2018, 27(01):15-17.