

叙事护理对改善 ICU 护士心理健康 状态的有效性研究

王 慧

上海中医药大学附属龙华医院, 上海 200032

【摘要】目的: 分析叙事护理在 ICU 护士心理健康状态中的改善效果, 评价其应用价值。**方法:** 本次研究中的观察主体均随机抽选 2017 年 9 月至 2019 年 12 月时间段在本院就职的 ICU 护士, 人数为 48 例, 随机将其分为参照组与研究组, 参照组护士接受常规的心理干预护理, 研究组接受叙事护理干预方式, 对两组护士的心理健康状态进行评估与对比。**结果:** 试验组护士的 SCL-90 评分为 (84.76 ± 24.11) 分, 明显低于对照组的, 差异显著, 具有统计学意义 ($P < 0.05$); 同时, 试验组护士护理质量评分为 (92.72 ± 3.99), 明显高于对照组的, 差异显著, 具有统计学意义 ($P < 0.05$)。**结论:** 应用叙事护理方式对 ICU 护士进行心理干预, 可以改善护士的心理健康状态, 对护士自身发展与提高护理质量均具有积极意义。

【关键词】 叙事护理; ICU; 护士; 心理健康水平

ICU 护士的工作具有特殊性, 需频繁面对重创、危急和死亡等刺激, 工作强度高、未知因素多, 背负着身体与心理的双重负担, 所以许多 ICU 护士都有一定程度的心理健康问题, 直接导致其在工作中发生焦虑、冷漠、粗心和暴躁的情绪, 降低注意力和同理心, 使护理质量下降甚至引发护理差错, 危急患者健康^[1]。本次研究主要分析叙事护理在 ICU 护士心理健康状态中的改善效果, 评价其应用价值, 详细内容整理如下。

1 资料、方法

1.1 资料

本次研究中的观察主体均随机抽选 2017 年 9 月至 2019 年 12 月时间段在本院就职的 ICU 护士, 人数为 48 例, 随机将其分为参照组与研究组, 两组护士均为女性, 其中参照组人数为 24 例, 年龄最小为 22 岁, 最大为 44 岁, 平均年龄 (33.82 ± 2.10) 岁, 工龄最短为 2 年, 最长为 15 年, 平均工龄为 (6.72 ± 1.82) 年, 未婚 10 例, 已婚 14 例; 研究组人数为 24 例, 年龄最小为 21 岁, 最大为 45 岁, 平均年龄 (33.91 ± 2.12) 岁, 工龄最短为 2 年, 最长为 16 年, 平均工龄为 (6.81 ± 1.89) 年, 未婚 9 例, 已婚 15 例。两组护士在性别、年龄、工龄方面的基线资料进行对比, 其差异不显著, 不具有统计学意义 ($P > 0.05$)。

入选标准: 工作时间超过 1 年; 获得护士执业证书; 自愿参加且签署同意书。

排除标准: 外院进修护士; 轮转护士; 未能全程参与研究者。

1.2 方法

参照组护士接受常规的心理干预护理, 内容为: 护士在遇到心理问题时, 通过主动的方式向护士长或者经验丰富的护士进行

求助, 在交流、沟通的过程中对心中的问题进行倾诉, 由护士长或者经验丰富的护士根据自身的经验进行针对性的疏导与安慰。

研究组接受叙事护理干预方式, 内容为: ①建立叙事护理小组, 组长由护理部主任担任, 对叙事护理干预技术进行全程的监督与制定, 并邀请具有心理咨询师证的医护人员担任副组长, 负责对组内的护士进行培训, 并及时解决护士在工作过程中所遇到的问题^[2]; ②准备 1 间干净明亮的房间作为倾诉室, 室内配备机算计、音响以及空调和零食与茶水, 利用轻柔舒缓的音乐降低护士的防备心理, 为护士倾诉心事做好环境准备, 叙事员需要客观对护士描述的内容进行记录^[3]; ③按照关注、理解、反思以及回应过程对护士实施叙事护理, 叙事护理干预过程分为四次, 每两周实施一次, 每次时间控制在 15~20min, 但时间可相对人性化, 确保倾诉对象情绪得到良好的宣泄; ④在叙事护理实施的过程中, 叙事护理人员应对护士的信息、家庭关系、社会背景以及宗教信仰和工作情况等内容进行详细的了解, 便于对护士心理状态综合性的评估, 在与护士进行交流中需要保持真诚的态度, 识别护士语言中的深层含义, 站在护士的角度对其痛苦与难过表示理解, 合理的利用反思指导护士对自我的行为进行批判性的回顾, 并要对护士在倾诉过程中的内容进行回应, 如微笑、触摸、点头以及延迟回应等。

1.3 观察指标

对两组护士的心理健康状态进行评估与对比, 利用 SCL-90 症状自评量表进行测试, 分数为 90 分~450 分, 分数的高低程度与其心理状况的良好程度呈反比, 即分数越低, 其心理健康状况越好。同时, 利用医院护理质量评估表对护士的工作内容进行检查, 比较两组护士护理质量的差异性。

1.4 统计学处理

本研究中相关数据经分析与汇总后均使用 SPSS20.0 统计学软件处理, 两组护士的计量资料可用“ $\bar{x} \pm s$ ”表示, 数据结果则需予以 t 检验; 计数资料可用“%”表示, 数据结果则需予以卡方检验, 组间比较差异具统计学意义的表述形式为 $P < 0.05$ 。

2 实验结果

试验组护士的 SCL-90 评分为 (84.76 ± 24.11) 分, 明显低于对照组, 差异显著, 具有统计学意义 ($P < 0.05$); 同时, 试验组护士护理质量评分为 (92.72 ± 3.99), 明显高于对照组, 差异显著, 具有统计学意义 ($P < 0.05$)。详见表 1。

表 1 两组患者 SCL-90 评分和护理质量评分的比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	SCL-90 评分	护理质量评分
对照组	24	129.22 ± 23.78	83.06 ± 3.68
试验组	24	84.76 ± 24.11	92.72 ± 3.99
t		6.4318	8.7547
P		0.0000	0.0000

参考文献:

- [1] 李媛媛. 叙事医学模式下的护理干预对中青年 ACS 患者负性情绪管理和生活质量的影响[J]. 中外女性健康研究, 2018(01):8-9+22.
- [2] 佟俊萍, 王宁, 李静, 董闯, 李宁. 腮腺肿瘤切除患者围术期个性化舒适护理与叙事护理干预模式的构建[J]. 中国医药导报, 2018, 15(14):132-136.
- [3] 王琳, 葛玉娟. 基于叙事护理理论的心理干预在择期腹腔镜胆囊切除术患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2018, 24(12):71-73.
- [4] 蒋喜平. 叙事护理对医院获得性急性肾损伤患者负性情绪和生活质量的影响[J]. 中国医学创新, 2018, 15(23):74-78.
- [5] 宋成成, 刘培培, 陈娟娟, 李莉, 戴明红, 夏艳, 夏潘. 叙事护理对缓解儿科重症监护室糖尿病酮症酸中毒患儿焦虑及抑郁的效果观察[J]. 蚌埠医学院学报, 2018, 43(12):1661-1663.
- [6] 陈舟匀, 蔡晓丹, 何美青. 叙事护理应用于重症监护病房不同文化水平患者家属的相关性研究[J]. 护士进修杂志, 2019, 34(19):1784-1786.

3 讨论

长时间从事一种压力大、工作量高的工作, 容易引起疲惫和厌倦的情绪, 使工作难以有效进行, ICU 护士的工作性质即是如此。叙事护理是一种以护理人员倾听患者心声、抓住重点帮助患者缓解病情和鼓励其积极生活的一种护理实践模式, 可有效改善患者不良情绪, 并提高其行为认知, 研究显示, 叙事护理不应局限在患者之中, 同时也可以应用于护理人员^[4]。由于 ICU 护士长时间承受巨大的工作压力, 无法避免心理状态出现波动等问题, 叙事护理侧重个人经历与感受, 与心理干预不同, 它能引导倾诉者主动沟通, 重建自身认知结构, 重新认知自己的力量和信心, 逐渐走出困境, 有效改善 ICU 护士的心理健康状态^[5]。本次研究中, 试验组护士的 SCL-90 评分为 (84.76 ± 24.11) 分, 护理质量评分为 (92.72 ± 3.99), 其数据均明显优于对照组, 表明 ICU 护士长期面对病情特殊的患者, 承受着生活与工作的双重压力, 其心绪较易波动, 存在一定的不良情绪, 影响工作的质量与效率, 但经过系统化的叙事护理, 可以缓解护士情绪, 使其压力得到宣泄, 拥有更好的精神状态。

总而言之, 应用叙事护理方式对 ICU 护士进行心理干预, 可以改善护士的心理健康状态, 对护士自身发展与提高护理质量均具有积极意义。