

绘画治疗在抑郁症患者康复中的作用

孟稳

(华东师范大学附属芜湖医院芜湖市第二人民医院)

【摘要】目的：在抑郁症患者康复中，分析绘画治疗发挥的作用。方法：研究就诊于2023年8月到2024年2月抑郁症患者共70例，经随机方法分组，分别为35例对照组（常规治疗护理）与35例研究组（对照组基础上实现绘画治疗），对组间治疗前后MRSS、SDSS评分以及治疗前后scl-90量表评分、治疗前后HAMD评分进行比较。结果：治疗前，研究组与对照组的MRSS、SDSS评分、scl-90量表评分、HAMD评分比为 $P>0.05$ ；治疗后，研究组的MRSS、SDSS评分、scl-90量表评分、HAMD评分与对照组比改善，比对差异数为 $P<0.05$ 。结论：绘画治疗应用于抑郁症患者康复中作用明显，能提高患者生活质量，使患者恢复功能增强。

【关键词】抑郁症；绘画治疗；康复；作用

The role of painting therapy in the recovery of depressed patients

Meng Wen

Wuhu Hospital Affiliated to East China Normal University Wuhu Second People's Hospital

[Abstract] Objective: To analyze the role of painting therapy in the rehabilitation of depression patients. Methods: From August 2023 to February 2024, 70 depression, 35 control group (conventional treatment care) and 35 study group (control group), MRSS, SDSS score, scl-90 scale score, and HAMD score before and after treatment. Results: Before treatment, the MRSS, SDSS score, scl-90 score and HAMD score ratio were $P>0.05$; after treatment, the MRSS, SDSS score, scl-90 score and HAMD score of the control group improved, and the comparison difference was $P<0.05$. Conclusion: Painting treatment plays an obvious role in the rehabilitation of depression patients, which can improve the quality of life and enhance their recovery function.

[Key words] depression; painting treatment; rehabilitation; function

抑郁症发病的因素和社会心理有关，在疾病诊断和治疗期间，按照不同情况提供针对性治疗。绘画治疗能对患者的情绪、心理创伤问题处理，是药物治疗的一种补充方式^[1]。但是，国内外对绘画治疗抑郁症方面研究少，本次选择70例抑郁症患者为对象，探讨绘画治疗在抑郁症患者康复中的作用。

1 基本资料和方法

1.1 基本资料

2023年8月到2024年2月选择70例抑郁症患者，在组间进行比较。

纳入标准：患者的抑郁症诊断符合《中国精神障碍分类与诊断标准》；患者的资料完整；患者依从性良好。

排除标准：患者的躯体功能、器质性功能障碍明显；患

者的躯体功能、脑器质性病变严重；患者存在药物滥用情况。

对照组：男性15例，女性20例，年龄14岁-65岁，中位年龄 (30.56 ± 0.04) 岁；病程范围5个月-10年，计算平均数为 (4.75 ± 1.34) 年，抑郁程度：轻度30例、中度5例。

研究组：男性16例，女性19例，年龄15岁-65岁，中位年龄 (30.57 ± 0.05) 岁；病程范围5个月-11年，计算平均数为 (4.76 ± 1.37) 年，抑郁程度：轻度29例、中度6例。

上述患者资料比对无意义，为 $P>0.05$ 。

1.2 方法

对照组：仅应用抗抑郁药物实现维持治疗。

研究组：在为患者进行抗抑郁药物实现维持治疗期间还需增加绘画治疗。绘画治疗中，由高级绘画治疗师和医护人员共同完成。该治疗保证一周一次，一天两个小时。期间，由医生负责治疗和指导。在治疗前，医生首先为患者讲解绘

画治疗的主要内容、主要目的等,然后做好示范,并在患者绘画治疗中积极鼓励,为患者提供专业指导,逐渐启发患者绘画。患者完成绘画后,了解患者作品绘画的意义,如果患者对绘画作品意义无法讲解,需要再次实施绘画治疗,以保证能完全掌握绘画作品的内容。整个绘画治疗中,主要分为三个阶段,一个阶段维持四周。第一阶段机理画、第二阶段素描、第三阶段创作。

1.3 评定指标分析

(1) 治疗前后 MRSS、SDSS 评分:应用康复状态量表和社会功能缺陷筛选量表进行评估,分值降低,则代表患者的康复情况良好。

(2) 治疗前后 scl-90 量表评分:使用生活质量综合评定问卷,重点评估躯体功能、心理功能、社会功能、物质功能,相互之间为正关系^[2]。

(3) 治疗前后 HAMD 评分:应用汉密尔顿抑郁量表评估,按照 0-4 级法,分值与患者的抑郁情况为反比关系。

1.4 统计学计算

本文对比结果判定应用 SPSS27.0 软件进行计算,其中

的计量资料代表为 $(\bar{x} \pm s)$ (t 检验),计数资料率 (%) 形式表示 (χ^2 检),评,并对比两组的数值结果是否与统计学研究意义一致, $P < 0.05$ 。

2 结果

2.1 治疗前后 MRSS、SDSS 评分

表 1 可见,治疗前,研究组与对照组的 MRSS、SDSS 评分比值意义不存在,为 $P > 0.05$;治疗后,研究组的 MRSS、SDSS 评分与对照组对比数值降低,比较意义存在 ($P < 0.05$)。

2.2 治疗前后 scl-90 量表评分

表 2 可见,治疗前,研究组与对照组的 scl-90 量表评分比值意义不存在,为 $P > 0.05$;治疗后,研究组的 scl-90 量表评分与对照组对比数值提高,比较意义存在 ($P < 0.05$)。

2.3 治疗前后 HAMD 评分

表 3 可见,治疗前,研究组与对照组的 HAMD 评分比值意义不存在,为 $P > 0.05$;治疗后,研究组的 HAMD 评分与对照组对比数值降低,比较意义存在 ($P < 0.05$)。

表 1 治疗前后 MRSS、SDSS 评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	MRSS 评分		SDSS 评分	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
研究组	35	39.67 ± 15.34	31.23 ± 14.56	10.45 ± 1.34	7.34 ± 1.34
对照组	35	39.68 ± 15.39	39.89 ± 14.56	10.47 ± 1.38	10.78 ± 1.46
T 值					
P 值					

表 2 治疗前后 scl-90 量表评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	躯体功能		心理功能		社会功能		物质功能	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
研究组	35	57.34 ± 4.67	66.78 ± 5.67	57.22 ± 5.86	63.89 ± 5.79	52.89 ± 5.34	62.23 ± 5.97	50.34 ± 6.23	56.34 ± 4.34
对照组	35	57.33 ± 4.64	56.67 ± 6.35	57.22 ± 5.84	58.45 ± 6.04	52.85 ± 5.35	52.13 ± 5.34	50.33 ± 6.22	54.12 ± 4.23
T 值		0.0090	7.0259	0.0000	3.8465	0.0313	7.4599	0.0067	2.1671
P 值		0.9929	0.0000	1.0000	0.0003	0.9751	0.0000	0.9947	0.0337

表 3 治疗前后 HAMD 评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	HAMD 评分	
		治疗前	治疗后
研究组	35	3.45 ± 0.34	1.34 ± 0.45
对照组	35	3.46 ± 0.33	2.35 ± 1.35

T 值	0.1249	4.1990
P 值	0.9010	0.0001

3 讨论

抑郁症是一种抑郁障碍疾病,主要类型为心理障碍,表现的症状为情绪低落,且具有持续性、频繁性特点,患者还伴有悲观、绝望、兴趣降低等,甚至存在自杀行为,临床发病率、复发率都比较高。抑郁症容易使患者的整体功能被损伤,且患者的身体健康情况、生活质量受到影响,如今,抑郁症成为威胁人类健康的主要疾病^[3]。但该疾病的发病机制、发病原因还未明确,且实验室指标不明显,可能是心理、生理以及社会等多因素相互作用。调查抑郁症的原因,可能是家庭变故、婚姻、恋爱等因素,导致人们无法面对,心境恶劣引起抑郁症^[4]。当代社会发展下,因为社会竞争较大,人们面对的压力提升,导致患者引起精神心理疾病,且工作、学习压力等成为引起抑郁症的关键。再加上人们超负荷工作、处理复杂的人事、经济和社会关系等,在强大的压力下发生不良心理^[5]。随着现代社会人们的生活压力提升,抑郁症患者数量也在逐渐增多。抑郁症作为一种常见的精神类疾病,发病机制复发,随着患者病情的严重,则患者的行为效率降低,影响患者的生活质量,如果疾病未得到有效控制,还会出现自卑、消沉等不良情绪,甚至发生自杀行为^[6]。目前,治疗抑郁症的常见方法为药物,如:盐酸舍曲林。该药物属于5-羟色胺再摄取抑制剂,能对5-羟色胺的摄取予以阻断,降低去甲肾上腺素受体,抗焦虑、抗抑郁目的良好。但是,患者抑郁症患者临床沟通能力不足,治疗依从性较差,

导致治疗效果受到影响,因此,治疗中还需要增加辅助方法,以促使患者快速康复^[7]。

绘画治疗在心理治疗中为一种主要方式,基于精神动力学方面分析,该治疗属于无意识间的沟通以及投射的象征性沟通过程。基于绘画和治疗之间具备的相互作用,能对整个治疗过程进行评估,分析患者人格的潜在动力以及存在的隐秘冲突,能使患者重新认识自我,有利于患者的自我思考和反省。经绘画治疗后,患者经自由联想,能充分掌握患者的心理情况,学会对患者的心理状态评估,使患者压抑的情绪被释放。绘画治疗针对不同患者具备的治疗效果不同,能促使患者自我完善,提高患者的社会技能^[8]。

本研究结果表明,治疗前,研究组与对照组的MRSS、SDSS评分、scl-90量表评分、HAMD评分比为 $P>0.05$;治疗后,研究组的MRSS、SDSS评分、scl-90量表评分、HAMD评分与对照组比改善,比差异数为 $P<0.05$ 。证明绘画治疗应用于抑郁症患者康复中的作用。原因分析:绘画治疗使患者的躯体功能、心理功能、社会功能以及物质功能逐渐改善,患者形成良好认知,对疾病能正确看待,且治疗中能积极、乐观配合,提升治疗依从性。

综上所述,绘画治疗应用于抑郁症患者康复中作用较高,能保证患者社会功能的尽早恢复,提高社会适应能力,促使患者生活质量改善。但绘画治疗期间,需按照患者的精神情况、个人特点等积极指导,增进与医务人员之间的相互沟通和交流,保证患者尽早康复。

参考文献:

- [1]李良,戴雄凯,曾雷. 药物治疗联合绘画治疗对抑郁症患者康复效果的影响[J]. 临床精神医学杂志, 2022, 32(2): 147-149.
- [2]王春芳,段娜,郭艳萍. 团体绘画疗法联合舍曲林治疗青少年抑郁症的效果评价[J]. 河南医学研究, 2021, 30(8): 1453-1455.
- [3]刘芸芸,伏兵,李敏,等. 绘画疗法治疗紧张型头痛的疗效分析[J]. 国际医药卫生导报, 2021, 27(6): 822-825.
- [4]高占,高明周,高冬梅,等. 基于数据挖掘的围绝经期抑郁症动物模型研究[J]. 中国实验动物学报, 2022, 30(7): 887-896.
- [5]高峰宸,彭凡,罗伟,等. 药物联合曼陀罗绘画治疗抑郁障碍的效果分析[J]. 成都医学院学报, 2020, 15(6): 748-751, 762.
- [6]史晓宁,赵莹莹,孙广强,等. 树木绘画投射测验在抑郁症中的发展现状及应用[J]. 精神医学杂志, 2022, 35(6): 670-672.
- [7]杨晶晶. 团体绘画疗法联合舞动干预对抑郁症患者自我效能与生活质量的影响[J]. 护理实践与研究, 2020, 17(16): 156-157.
- [8]李杨,苏建宁,赖丽萍,等. 曼陀罗绘画训练对产后抑郁症患者康复效果的影响[J]. 中国当代医药, 2021, 28(9): 185-187.