

叙事护理在抑郁症患者中的应用效果研究

苏娟

(西安交通大学第一附属医院南院区精神心理科 陕西省 710061)

【摘要】目的 分析叙事护理在抑郁症患者中的应用效果。方法 选取抑郁症患者46例为研究对象。随机分组后分别采取不同护理方式,比较两组护理效果和HAMD、SDS评分。结果 观察组护理有效率为95.65%,优于对照组60.87%;观察组患者HAMD、SDS评分低于对照组。结论 叙事护理在抑郁症护理中的应用效果显著,能够有效提升患者的护理效果和心理健康水平。

【关键词】叙事护理; 抑郁症患者; 应用效果

Study on the applied effect of narrative nursing in depressed patients

Su Juan

(Department of Psychiatry, the First Affiliated Hospital of Xi'an Jiaotong University, Shaanxi Province 710061)

[Abstract] Objective To analyze the effect of narrative nursing in depression. Methods 46 depressed patients were selected as the study subjects. After randomization, different nursing methods were adopted to compare the nursing effect and HAMD and SDS scores between the two groups. Results The observation group was 95.65%, better than the control group by 60.87%; the HAMD and SDS scores were lower than the control group. Conclusion The application effect of narrative nursing in depression nursing is remarkable, which can effectively improve the nursing effect and mental health level of patients.

[Key words] narrative nursing; depression patients; application effect

引言:

抑郁症作为一种常见的精神障碍,已成为全球公共卫生领域的重大挑战。根据世界卫生组织(WHO)的数据,抑郁症影响着超过3亿人,且其患病率在全球范围内呈现上升趋势。这种疾病不仅严重影响患者的心理健康,还可能导致功能障碍,降低生活质量,甚至引发自杀行为。传统护理方法主要包括药物治疗和常规心理治疗。然而,这些方法存在一定的局限性。首先,药物治疗常常伴随副作用,患者依从性较低。其次,常规心理治疗对部分患者效果不佳,尤其是对于病程较长或病情较重的患者。此外,传统护理方式往往缺乏个性化和持续性的关注,难以全面满足患者的情感和心理需求。叙事护理作为一种新兴的护理干预方法,逐渐受到关注。叙事护理通过倾听患者的故事和感受,帮助患者重建生活意义,增强自我认同感和心理支持。研究表明,叙事护理不仅能改善患者的心理状态,还能促进其康复过程。对抑郁症患者来说,叙事护理有助于缓解抑郁症状,提升心理健康水平。本研究旨在探讨叙事护理在抑郁症患者中的应用效果,以期为临床护理提供新的思路和方法。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2023年1月-2024年1月我院收治的抑郁症患者46例为研究对象,将其随机分为对照组和观察组,每组各有患者23例^[1]。

1.2 方法

对照组采取常规护理,观察组在对照组基础上应用叙事

护理,具体如下:

(1) 科学用药

科学用药是治疗抑郁症的重要环节之一。观察组在常规药物治疗的基础上,通过叙事护理加强了患者对药物使用的理解和依从性。护理人员首先详细了解每位患者的用药史、药物过敏情况以及现有药物治疗方案。然后,通过与患者进行深入交流,解释每种药物的作用机制、潜在副作用及注意事项,帮助患者理解药物的重要性和正确使用方法。此外,护理人员会根据患者的反馈,定期评估药物治疗的效果和副作用,并与医生协商,适时调整药物剂量或种类。这种个性化的药物管理策略,不仅能提高患者的治疗依从性,还能有效减少药物的副作用,提升治疗效果。通过叙事护理,患者在药物使用过程中感受到了更多的关心和支持,从而增强了他们战胜疾病的信心^[2]。

(2) 健康指导

健康指导在叙事护理中扮演着关键角色,通过系统化的教育和个性化的指导,帮助抑郁症患者改善生活方式,增强身体健康和心理韧性,从而更好地应对疾病。护理人员会通过一对一的谈话,了解每位患者的生活习惯和健康状况。根据患者的具体情况,制定个性化的健康指导方案。这个方案包括饮食、运动、睡眠以及日常活动等方面的指导。在饮食方面,护理人员会向患者解释均衡饮食对身体和心理健康的重要性,建议多摄入富含维生素、矿物质和纤维素的食物,如水果、蔬菜、全谷物和鱼类。同时,减少高糖、高脂肪和高盐食物的摄入。护理人员会根据患者的口味和饮食习惯,提供一些健康食谱和饮食建议,帮助患者逐步调整饮食结构。在运动方面,护理人员会向患者强调适当运动对改善抑郁症状的积极作用。根据患者的身体状况和

兴趣爱好,推荐适合的运动类型和强度,如散步、瑜伽、太极拳等。护理人员还会鼓励患者制定可行的运动计划,设定短期和长期目标,逐步增加运动量和频率。同时,通过分享成功案例和积极体验,增强患者的运动动机。在睡眠方面,护理人员会与患者讨论良好睡眠习惯的重要性,建议建立规律的作息时间,避免熬夜和不规则的作息。护理人员还会提供一些实用的睡眠技巧,如睡前放松、减少咖啡因和酒精摄入、创造良好的睡眠环境等。对于有严重睡眠问题的患者,护理人员会建议他们寻求专业的睡眠治疗。日常活动方面,护理人员会鼓励患者积极参与社交活动和兴趣爱好,保持心理的活跃和愉悦。通过与家人、朋友和社区的互动,增强社会支持系统,减轻孤独感和无助感。护理人员还会鼓励患者参与一些志愿者活动或兴趣小组,找到自我价值和生活的意义。

(3) 辅助患者做好个人卫生

在抑郁症患者的护理过程中,个人卫生管理是至关重要的一环。护理人员会与患者进行一对一的交流,了解其在日常生活中遇到的卫生问题和困扰。通过倾听患者的故事和感受,护理人员能够更深入地理解患者的实际需求和心理状态,并根据具体情况制定个性化的卫生护理计划。在日常护理中,护理人员会向患者解释个人卫生对身体健康和心理健康的重要性。通过详细的讲解和实例分享,让患者认识到保持清洁和整洁不仅能预防疾病,还能提升自我形象和自信心。护理人员会提供一些简单易行的个人卫生技巧和步骤,如正确的洗手方法、洗脸和刷牙的基本步骤、定期洗澡和换洗衣物等。对于行动不便或自理能力较差的患者,护理人员会提供实际的帮助。例如,协助患者进行洗澡、穿衣和梳理头发等日常活动。在提供帮助的过程中,护理人员会尊重患者的隐私和尊严,尽量让患者参与到自我护理的过程中,增强他们的自主性和参与感。护理人员还会定期检查患者的卫生状况,及时发现和解决问题。例如,观察患者的皮肤状况,预防褥疮的发生;关注口腔卫生,预防口腔疾病等。对于存在特殊卫生需求的患者,护理人员会与医生和其他医疗团队成员协作,提供专业的护理和指导^[3]。

(4) 重视护患关系构建

护理人员需要以真诚和同理心对待每一位患者。通过主动倾听患者的故事和感受,了解他们的内心世界和需求,护理人员能够建立起情感上的联系。对患者来说,被倾听和理解是一种重要的心理支持,有助于缓解他们的孤独感和无助感。护理人员在交流中应避免批评和指责,以尊重和关怀的态度与患者互动,增强患者的自尊心和信任感。护理人员应积极参与患者的日常生活,提供个性化的护理服务。通过了解患者的生活习惯和兴趣爱好,护理人员可以为他们制定适合的护理计划,并在执行过程中给予具体的帮助和指导。例如,护理人员可以陪伴患者进行适当的运动、参与社交活动或开展兴趣小组,以丰富患者的生活内容,增强他们的积极性和参与感。在护理过程中,护理人员应注重与患者的沟通,及时反馈护理效果和调整方案。通过定期的沟通和评估,护理人员可以了解患者的治疗进展和心理变化,及时发现问题

并采取相应措施。同时,护理人员应鼓励患者表达自己的意见和建议,尊重他们的选择和决定,让患者感受到自身的价值和重要性。

1.3 评价指标

比较两组护理效果和 HAMD、SDS 评分^[4]。

2 结果

2.1 护理效果

观察组护理有效率为 95.65%, 优于对照组 60.87%^[5]。

如表 1。

表 1 护理效果

组别	例数	显效	有效	无效	有效率
观察组	23	14	8	1	95.65%
对照组	23	9	5	9	60.87%

2.2 HAMD、SDS 评分

观察组患者 HAMD、SDS 评分低于对照组。如表 2。

表 2

组别	病例	HAMD	SDS
观察组	23	11.25 ± 3.52	41.65 ± 3.62
对照组	23	13.54 ± 3.55	50.84 ± 4.51

3 讨论

叙事护理强调个体化的护理模式。通过与患者的深入交流和倾听,护理人员能够更好地了解患者的心理状态和情感需求,从而制定个性化的护理计划。与传统的护理方法相比,叙事护理能够更有效地针对每位患者的独特需求进行干预,提供更具针对性的支持和帮助。叙事护理在建立护患关系方面具有显著优势。通过共情和关怀,护理人员能够建立起信任和支持的护患关系。患者在这种关系中感受到被理解和关心,心理负担减轻,治疗依从性提高。良好的护患关系不仅有助于护理效果的提升,还能增强患者的自信心和康复动力。此外,叙事护理在促进患者自我表达和情感释放方面也具有重要作用。抑郁症患者往往存在情感压抑和内心冲突,通过叙事护理,患者可以通过言语表达内心的情感和困惑,获得情感的释放和心理的舒缓。这种表达和释放过程,对于缓解抑郁症状和促进心理康复具有积极作用。

尽管叙事护理在总体上显示出明显的优势,但不同患者群体对叙事护理的反应存在一定差异。研究发现,年龄、性别、文化背景和疾病严重程度等因素都会影响患者对叙事护理的反应。在年龄方面,年轻患者往往对叙事护理反应较为积极,能够主动参与到护理过程中,表达自己的感受和需求。而老年患者可能由于认知能力下降或文化背景的影响,对叙事护理的接受度较低,需要护理人员更多的耐心和引导。在性别方面,女性患者普遍表现出较高的情感表达能力和社交需求,因此对叙事护理的反应较为积极。而男性患者可能由于传统性别角色的影响,对情感表达较为克制,对叙事护理

的接受度较低,需要护理人员采用更为灵活和个性化的沟通方式。文化背景也是影响患者反应的重要因素。不同文化背景下,患者对情感表达和心理护理的接受度不同。护理人员需要尊重和理解患者的文化背景,采用适应性强的护理策略,以提高叙事护理的效果。

本研究通过比较观察组和对照组的护理效果,明确了叙事护理在抑郁症患者中的显著优势。观察组护理有效率为95.65%,远高于对照组的60.87%,这一结果表明,叙事护理能够显著提升抑郁症患者的护理效果。在具体的量化指标上,观察组患者的汉密尔顿抑郁量表(HAMD)和抑郁自评量表(SDS)评分均显著低于对照组。观察组患者的HAMD评分为 11.25 ± 3.52 ,而对照组为 13.54 ± 3.55 ,这一差异表明,叙

事护理在减轻患者抑郁症状方面具有显著效果。SDS评分方面,观察组为 41.65 ± 3.62 ,对照组为 50.84 ± 4.51 ,进一步支持了这一结论。这些数据表明,叙事护理不仅能够在短期内减轻抑郁症状,还能在长期护理过程中持续发挥积极作用。通过叙事护理,患者能够更好地表达自身情感和需求,获得情感支持和心理疏导,从而改善其心理状态和生活质量。

综上所述,本研究结果明确表明,叙事护理在抑郁症护理中的应用效果显著,能够有效提升患者的护理效果和心理健康水平。未来的护理实践中,应进一步推广和优化叙事护理方法,以更好地满足抑郁症患者的需求,提升他们的生活质量和康复效果。

参考文献:

- [1]赵敏,孙晓芹,朱世海,张建. 理性情绪疗法护理在抑郁症患者中的应用效果[J]. 中国民康医学, 2024, 36(11): 176-178+182.
- [2]马慧娟. 团体心理护理联合叙事护理在老年抑郁症患者中的应用研究[J]. 中华养生保健, 2024, 42(09): 131-134.
- [3]周华玲, 马晓云, 张静. 叙事护理联合心理护理在抑郁症患者中的应用价值分析[J]. 中外医疗, 2024, 43(12): 166-169.
- [4]王静. 心理护理在产后抑郁症患者中的应用效果[J]. 妇儿健康导刊, 2024, 3(05): 130-132+136.
- [5]刘瑶瑶, 张成红, 侯玉玲. 认知行为疗法在抑郁症患者护理中的应用效果[J]. 心理月刊, 2024, 19(05): 119-121.

上接第198页

3 讨论

根据研究结果进行分析显示,综合护理干预在肺结节患者中取得了显著的正面效果。针对肺功能指标的分析显示,两组患者在接受护理前后的肺功能检测中,包括用力肺活量(FVC)、第一秒用力呼气量(FEV1)以及FEV1/FVC比值,均表现出显著的改善。这些指标的提升在统计学上具有显著意义($P < 0.05$),说明综合护理干预能有效改善肺功能,有助于患者的呼吸功能恢复和保持^[9]。通过对护理满意度的调查,结果显示观察组患者的护理满意度达到了90.86%,显

著高于对照组的70.86%。这表明患者对综合护理干预的接受度和满意度较高,他们对护理过程中所得到的关怀和治疗效果感到满意和认可。相比之下,对照组患者的护理满意度较低,可能因为接受了传统的常规护理,未能获得如观察组那样全面和个性化的护理服务。综合护理干预的成功,不仅体现在客观的生理指标改善上,还反映在患者主观感受和护理质量评价上的提升。这些结果为临床实践提供了重要的证据支持,表明在肺结节患者的护理中,采用综合护理干预是一种有效的策略。进一步的研究可以探索护理干预对患者长期康复和生活质量的影响,以及如何进一步优化护理措施,提升治疗效果和患者满意度。

参考文献:

- [1]朱楸璐,杨艳,杨阳. 加速康复外科理念在行胸腔镜下肺结节切除术患者护理中的应用效果[J]. 中西医结合护理(中英文), 2023, 9(06): 5-8.
- [2]房颖,周存荣,陆志斌,肖志超,潘春峰. 基于信息-动机-行为技巧模型的护理干预在肺孤立性小结节患者CT引导下定位中的应用研究[J]. 实用临床医药杂志, 2023, 27(12): 98-104.
- [3]王忠月,把赛君,徐璐,谢元元,韩璐. 加速康复外科干预措施对改善日间手术模式下肺结节患者恢复质量的效果[J]. 武警医学, 2023, 34(06): 472-475.
- [4]杨丹. 纽曼系统护理干预在良性甲状腺结节患者经乳晕入路腔镜甲状腺切除术围手术期中的应用[J]. 医学信息, 2023, 36(06): 157-159.
- [5]王润,苟元. 综合护理干预在超声引导下射频及微波消融治疗甲状腺结节患者中的应用[J]. 贵州医药, 2022, 46(05): 827-828.