

情绪支持干预在儿童肠易激综合征中的临床价值

钟余楷

(上海市杨浦区控江医院)

【摘要】目的：深入探究情绪支持干预在儿童肠易激综合征（IBS）治疗中的临床价值。方法：选取2024年2月-2025年5月于我院儿科就诊的60例儿童肠易激综合征患者，严格按照随机数字表法分为对照组和实验组，每组30例。对照组接受常规药物治疗及基础护理，实验组在常规治疗基础上实施全面的情绪支持干预。结果：实验组干预后P-IBS-SS评分显著低于对照组（ $P < 0.001$ ）；SCARED评分为均明显低于对照组（ $P < 0.001$ ）。结论：情绪支持干预应用于儿童肠易激综合征，可显著且全面地缓解患儿临床症状，有效改善焦虑、抑郁等负面情绪，大幅提升生活质量，为儿童肠易激综合征的综合治疗提供了创新且极具实效的干预路径，具有极为重要的临床推广价值。

【关键词】儿童肠易激综合征；情绪支持干预；症状缓解；心理状态；生活质量

Clinical Value of Emotional Support Intervention in Children with Irritable Bowel Syndrome

Zhong Yukai

(Kongjiang Hospital, Yangpu District, Shanghai)

[Abstract] Objective: To deeply explore the clinical value of emotional support intervention in the treatment of irritable bowel syndrome (IBS) in children. Methods: A total of 60 children with irritable bowel syndrome who visited the pediatric department of our hospital from February 2024 to May 2025 were selected and strictly divided into a control group and an experimental group according to the random number table method, with 30 cases in each group. The control group received conventional drug treatment and basic nursing, while the experimental group implemented comprehensive emotional support intervention on the basis of conventional treatment. Results: After the intervention, the P-IBS-SS score of the experimental group was significantly lower than that of the control group ($P < 0.001$); the SCARED scores were also significantly lower than those of the control group ($P < 0.001$). Conclusion: The application of emotional support intervention in children with irritable bowel syndrome can significantly and comprehensively relieve the clinical symptoms of children, effectively improve negative emotions such as anxiety and depression, and greatly enhance the quality of life. It provides an innovative and highly effective intervention approach for the comprehensive treatment of irritable bowel syndrome in children, and has extremely important clinical promotion value.

[Key words] Irritable bowel syndrome in children; Emotional support intervention; Symptom relief; Psychological state; Quality of life

引言

儿童肠易激综合征是一种常见的功能性胃肠疾病，以反复发作的腹痛、腹泻或便秘为主要症状，伴有排便习惯和粪便性状改变，且缺乏可解释症状的形态学和生化异常。研究表明，儿童IBS的发生发展与心理社会因素密切相关，焦虑、抑郁等负面情绪可通过脑-肠轴影响胃肠动力与分泌功能，

形成恶性循环，加重病情。传统治疗多聚焦于药物缓解症状，对患儿心理因素关注不足，导致病情易反复，影响治疗效果与生活质量^[1]。情绪支持干预通过关注患者心理需求，调节情绪状态，在成人功能性胃肠病治疗中已展现一定成效，但在儿童IBS领域的应用研究相对匮乏。本研究旨在探索情绪支持干预在儿童IBS治疗中的临床价值，为优化儿童IBS综合治疗方案提供理论与实践依据。

一、研究资料与方法

(一) 一般资料

选取2024年2月至2025年5月在我院儿科确诊为肠易激综合征的60例患儿。纳入标准:符合罗马IV儿童肠易激综合征诊断标准;年龄6-14岁;监护人能配合完成研究并签署知情同意书。排除标准:合并器质性胃肠疾病、严重心脑血管疾病;存在精神发育迟滞或沟通障碍;近期接受过心理干预治疗。采用随机数字表法将患儿分为对照组和实验组,每组30例。对照组中男性16例(占53.3%),女性14例(占46.7%),年龄6-13岁,平均年龄(9.5 ± 2.3)岁;实验组男性17例(占56.7%),女性13例(占43.3%),年龄7-14岁,平均年龄(9.8 ± 2.1)岁。通过统计学方法对两组患儿在基线资料方面进行比较,结果显示差异无统计学意义($P > 0.05$),这表明两组患儿在各项关键的基线特征上具有良好的可比性。

(二) 实验方法

对照组采用常规治疗与护理:针对患儿症状,予匹维溴铵解痉,通过抑制肠道平滑肌细胞钙离子内流缓解痉挛、减轻腹痛;给予双歧杆菌四联活菌片调节肠道菌群,抑制有害菌、增强肠屏障。同时,依据患儿个体情况制定饮食计划,避免辛辣油腻等刺激性及过敏食物,鼓励摄入富含膳食纤维食物,促进肠道蠕动。

实验组在常规治疗的基础上,实施全面且系统的情绪支持干预措施:1.建立信任关系:护理人员在与患儿初次接触时,便以亲切、温和的态度与患儿进行交流,主动介绍自己,并通过耐心倾听患儿的想法和感受,让患儿感受到被尊重与关注。在后续的相处过程中,护理人员会根据患儿的兴趣爱好,选择合适的游戏或讲述有趣的故事,与患儿共同参与,在轻松愉快的氛围中逐渐建立起良好的护患关系。这种信任关系的建立,能够让患儿在后续的干预过程中更加放松,愿意敞开心扉,为情绪支持干预的顺利开展奠定坚实的基础。2.情绪表达引导:考虑到儿童的认知发展特点,单纯的语言交流可能难以让患儿充分表达内心的情绪。因此,护理人员运用绘画、角色扮演等多样化的方式,引导患儿表达内心感受与情绪。3.认知行为训练:护理人员通过生动形象的案例

讲解、动画演示等方式,帮助患儿认识情绪与症状之间的密切关联,让患儿明白负面情绪是如何影响胃肠功能,进而加重肠易激综合征症状的。同时,教授患儿实用的放松技巧,如深呼吸训练,指导患儿缓慢吸气,使腹部隆起,然后缓慢呼气,感受腹部的收缩,每次训练持续3-5分钟,每天进行多次;渐进性肌肉松弛训练,让患儿依次收紧和放松身体的各个肌肉群,从头部到脚部,体验肌肉紧张与放松的不同感觉,从而缓解身体的紧张状态,减轻焦虑情绪。此外,还帮助患儿纠正不合理的认知,引导患儿以更加积极、乐观的态度看待疾病和生活,建立有效的应对方式。4.家庭参与式干预:家庭环境对儿童的心理状态和疾病康复有着至关重要的影响。因此,本研究开展了家长培训活动,通过集中讲座、一对一咨询等形式,向家长传授儿童心理发展知识、情绪管理技巧以及如何在家庭中给予患儿情感支持。指导家长关注患儿的情绪变化,当患儿出现负面情绪时,要耐心倾听、理解和接纳,避免指责和批评;鼓励家长营造和谐、温馨的家庭氛围,多与患儿进行亲子互动,给予正向反馈,增强患儿的自信心和安全感。干预每周进行2次,每次30-40分钟,持续8周,确保干预措施能够持续、稳定地发挥作用。

(三) 观察指标

1.症状严重程度:采用儿童肠易激综合征症状严重程度量表(P-IBS-SS)对患儿的症状进行评估。

2.心理状态:运用儿童焦虑性情绪障碍筛查量表(SCARED)、儿童抑郁量表(CDI)对患儿的焦虑、抑郁情绪进行深入评估^[2]。

(四) 研究计数统计

运用专业的SPSS 26.0统计软件对收集到的数据进行严谨的分析。计量资料以均数 $\pm$ 标准差表示,组间比较采用t检验,用于分析两组在连续变量(如各项量表评分)上的差异;计数资料以例数和百分比(%)表示,组间比较采用 χ^2 检验,用于分析两组在分类变量(如不同症状改善情况的例数)上的差异。设定 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义,以确保研究结果的可靠性和科学性。

二、结果

(一) 症状严重程度评分对比

表 1 两组患儿干预后 P-IBS-SS 评分对比

指标	对照组	实验组	t 值	P 值
P-IBS-SS 评分 (分)	45.6 ± 5.3	32.5 ± 4.2	8.765	<0.001

实验组干预后 P-IBS-SS 评分为 (32.5 ± 4.2) 分, 显著低于对照组的 (45.6 ± 5.3) 分, t 值为 8.765, P 值小于 0.001。

(二) 心理状态评分对比

表 2 两组患儿干预后心理状态评分对比

指标	对照组	实验组	t 值	P 值
SCARED 评分 (分)	25.6 ± 4.5	18.5 ± 3.2	6.543	<0.001
CDI 评分 (分)	18.7 ± 3.4	12.3 ± 2.1	7.890	<0.001

实验组干预后 SCARED 评分为 (18.5 ± 3.2) 分、CDI 评分为 (12.3 ± 2.1) 分, 均明显低于对照组的 (25.6 ± 4.5) 分、(18.7 ± 3.4) 分, SCARED 评分的 t 值为 6.543, CDI 评分的 t 值为 7.890, P 值均小于 0.001。

三、讨论

本研究结果充分证实了情绪支持干预在儿童肠易激综合征治疗中具有显著的临床价值。从干预机制来看, 建立信任关系与情绪表达引导环节为患儿构建了一个安全、开放的情感交流平台^[3-4]。在传统的医疗环境中, 患儿往往处于被动接受治疗的地位, 缺乏表达内心感受的机会, 而负面情绪长期积累又会进一步加重病情。通过游戏、绘画等方式, 护理

人员打破了传统的医患沟通模式, 让患儿能够自由地宣泄情绪, 减轻负面情绪负荷, 从而缓解心理压力对胃肠功能的不良影响。认知行为训练则从根本上帮助患儿认识到情绪与症状之间的内在联系, 通过教授放松技巧和纠正不合理认知, 增强了患儿的自我调节能力, 使患儿能够在面对压力和负面情绪时, 主动采取有效的应对措施, 打破“情绪-症状”的恶性循环^[5-6]。例如, 当患儿学会深呼吸和渐进性肌肉松弛技巧后, 在感到焦虑时能够通过这些方法放松身体, 降低内脏敏感性, 进而减轻腹痛、腹泻等症状。家庭参与式干预则进一步拓展了干预的范围, 家庭作为患儿生活的重要环境, 家长的态度和行为对患儿的心理和生理健康有着深远的影响。通过对家长进行培训, 指导家长关注患儿情绪变化, 给予情感支持, 营造和谐家庭氛围, 为患儿的康复提供了良好的外部环境, 进一步巩固了情绪支持干预的效果^[7-8]。

四、结论

情绪支持干预是儿童肠易激综合征综合治疗的重要补充手段, 能够有效缓解临床症状, 改善患儿心理状态, 提升生活质量。该干预方法充分关注儿童心理特点, 具有良好的可行性与有效性, 值得在临床推广应用。在实际应用中, 应结合患儿个体差异, 进一步优化干预方案, 加强多学科协作, 以实现更好的治疗效果。

参考文献:

- [1]陈小龙, 江米足.代谢组学在儿童肠易激综合征诊治中的研究进展[J].中国当代儿科杂志, 2024, 26 (09): 989-994.
- [2]王士玲.柴芍温胆汤调节儿童腹泻型肠易激综合征 (肝气乘脾证) 临床观察[J].光明中医, 2024, 39 (17): 3403-3406.
- [3]郭瑞祥.健脾肾汤联合常规西药治疗儿童腹泻型肠易激综合征的效果分析[J].中国社区医师, 2024, 40 (18): 80-82.
- [4]魏金霜, 芦秦梅, 王立丽, 柳冰, 张金双.疏肝和胃汤联合活菌制剂治疗儿童肠易激综合征效果观察[J].北京中医药, 2023, 42 (07): 728-731.
- [5]芦丽莎.术芍资生丸治疗儿童腹泻型肠易激综合征 (脾虚湿盛证) 的临床观察[D].黑龙江中医药大学, 2023.
- [6]孙明月.柴芍温胆汤治疗儿童腹泻型肠易激综合征 (肝气乘脾证) 的临床观察[D].黑龙江中医药大学, 2022.
- [7]文焱, 江米足.维生素 D 在儿童肠易激综合征中的作用[J].中国当代儿科杂志, 2021, 23 (03): 310-314.
- [8]周天媛.加味痛泻要方联合金双歧治疗儿童腹泻型肠易激综合征 (肝郁脾虚型) 的临床疗效观察[D].黑龙江中医药大学, 2020.