

叙事护理在一例急性脑出血后抑郁患者及主要照顾者中的应用

杨雪艳, 辉沐吟

中国人民解放军联勤保障部队第九二〇医院神经内科 云南昆明

【摘要】目的 探讨分析叙事护理在急性脑卒中后抑郁患者及主要照顾者中的临床应用效果。**方法** 选取一例急性脑出血后抑郁患者及主要照顾者, 采用外化、解构、改写、外部见证人和治疗文件五种叙事护理疗法进行治疗的成功案例进行分析。**结论** 对卒中后抑郁患者及主要照顾者实施叙事护理可明显减少抑郁核心症状, 同时可降低主要照顾者的预期悲伤程度, 改善疾病转归、护患关系、提高患者依从性。

【关键词】 叙事护理; 急性脑出血; 抑郁患者; 主要照顾者

【收稿日期】 2023 年 2 月 24 日 **【出刊日期】** 2023 年 4 月 18 日 **【DOI】** 10.12208/j.jacn.20230149

Application of narrative nursing in a patient with depression and primary caregivers after acute cerebral hemorrhage

Xueyan Yang, Shuyin Hui

Department of Neurology, 920th Hospital of Chinese People's Liberation
Army Joint Logistic Support Force, Kunming, Yunnan

【Abstract】Objective To explore and analyze the clinical effect of narrative nursing in patients with acute post-stroke depression and their main caregivers. **Methods** A patient with depression after acute cerebral hemorrhage and his main caregiver were selected to analyze the successful cases of treatment by five narrative nursing therapies: externalization, deconstruction, rewriting, external witnesses and treatment documents. **Conclusion** Narrative nursing for patients with post-stroke depression and their main caregivers can significantly reduce the core symptoms of depression, reduce the expected sadness of the main caregivers, improve the outcome of the disease, nurse-patient relationship, and improve patient compliance.

【Keywords】 Narrative nursing; Acute cerebral hemorrhage; Depressed patients; Primary caregiver

神经内科住院患者由于疾病特殊性, 多数面临着肢体活动障碍、语言沟通障碍等导致生活质量下降, 自身形象改变的问题, 加之对疾病的转归和预后的担忧极易引发焦虑、抑郁等情绪”。研究表明: 脑卒中后 22%-60% 的患者会发生卒中后抑郁 (PSD), 严重影响患者神经功能的恢复及生活质量。因此, 患者的心理健康水平需要被关注, 随着近年来医学人文研究与实践的不断深入, 发现叙事护理可以显著缓解 PSD 患者抑郁情绪, 促进患者克服心理障碍, 有利于疾病康复。本次对一例急性脑出血后抑郁患者及主要照顾者运用叙事护理理念, 通过护士与患者的叙事访谈, 对患者的心理健康状况进行干预, 以探讨叙事护理介入临床对改善患者抑郁情绪及推动提供依据。

本文选取一例急性脑出血患者由于出血面积较大导致言语含糊、右侧肢体无力, 患者及主要照顾者情

绪低落, 焦虑不安, 拒绝开口说话, 在康复护理过程中脑卒康复专科护士运用叙事护理的方法对患者及主要照顾者心理进行干预, 取得了良好的效果。

1 个案与方法

1.1 一般资料

患者牛某, 男, 58 岁, 退休人员。患者于起床时忽觉右侧肢体无力, 言语含糊, 继发加重两小时入院。经查体患者嗜睡, 右侧上下肢肢体肌力 0 级伴构音障碍。患者平日性格较急, 利落能干, 家里家外事宜一手操持。入院治疗三天后意识转为清楚, 但对自己丧失肢体控制能力和失语感到恐慌, 对疾病预后没有信心, 十分焦虑, 不愿开口说话、不愿配合治疗, 康复训练依从性较差。

1.2 护理方法

叙事护理是指护理人通过对患者的故事倾听、吸

收, 帮助患者实现生活, 疾病故事意义重构, 并发现护理要点, 继而对患者实施护理干预的护理实践。本案例采用外化、解构、改写、外部见证人和治疗文件五种叙事护理方法。旨在抚慰患者由疾病引发的心灵之痛。

(1) 外化

即将疾病与人分开, 把贴上标签的人还原, 疾病是问题, 人不是问题。

前情: 康复专科护士在患者病情平稳后行康复锻炼, 多次尝试与患者沟通, 但效果不佳, 患者因担忧病情不愿沟通交流。次日下午, 患者朋友来探望他, 安慰他时患者哭了, 说: “不一样了, 和以前不一样了。”护: 你觉得什么和以前不一样了?

患: 都不一样了。

护: 可以具体说说吗?这种不一样是跟病一起来的吗?

患: 是, 说不清话, 手脚也不听使唤了。

护: 如果给这种不一样起个名字的话它叫什么?

患: “不方便”吧

护: 您觉得“不方便”给您带来了哪些影响?

患: 烦, 变成了废人, 不能再像以前一样到处走动。只能天天躺着。

第一阶段将问题命名为“不方便”, 将问题单独命名, 将问题从人身上分离, 以削弱与患者本人的联系, 将面对疾病的挫折感、挫败感通过外化手法, 转化为面对“严重问题”需要解决问题的积极思路, 初步降低患者心理压力。

(2) 解构

即通过外化提问, 寻找问题根源, 帮助患者发现矛盾点, 诱导患者回忆相似经历, 寻找能够帮助解决问题的体验方法。

护: 听阿姨人说, 你一直是家里家外一把手。培养出两个优秀的儿子, 事业上也特别成功。能做到事业家庭两不误, 一定有什么特别的诀窍吧?

患: 唉, 有什么诀窍呀。就是做什么都要比别人努力, 不服输。

护: 遇见过很难的时候吗?能跟我聊聊吗?

患: 遇见过.....都是以前的事了, 讲起来太长, 都过来了。亏得有那个干劲, 不认死理, 别人都不知道该怎么办的事, 偏偏就硬着头皮干, 就那么都干成了。

护: 虽然您没有说具体的事, 但我从中听到了您的勇气、坚持。您现在还能想起当时自己的心情和状态吗?

患: 当然, 那时候走路带风, 走遍了好多地方...

第二阶段帮助患者寻找对其有特殊意义的过往事件, 并将其积极意义提炼出来, 以提供从不同观点和角度来面对现阶段问题的机会, 以寻求解决问题的正向动力。

(3) 改写

根据患者叙事记录, 将曾经发生过的例外正向事件迁移到现在, 已达到改写现在的消极状态, 重新自我认同的目的。

护: 如果让那个“走路带风”的您对现在的自己说一段话, 您觉得她会说什么?

患: (沉默)把心放宽, 慢慢来, 没有什么过不去的坎。

第三阶段使用时空转移式问话, 使过去意气风发成功战胜了许多问题困难的“自己”成为现在面临新的问题的自己的见证人, 令患者产生新的自我认同, 探索新的问题的解决办法与机会。

(4) 外部见证人

在患者同意前提下, 选取患者信任的家属或朋友共同见证整个过程, 帮助患者感受到自己的存在感和价值感, 给予患者信心与鼓励。

护: 真想见见那个你呀。我能有幸认识她吗?

患: 能。

护: 好, 那我们约定吧, 从今天起咱们开个读书会。每天您选一篇您喜欢的一段话读出来, 分享给我们听, 可以吗?

患: 好, 我试试。

第四阶段组织读书会, 选取与患者关系亲密的家人和朋友作为见证人团队, 可有效降低患者的心理压力。帮助患者锻炼语言能力的同时, 通过与外部见证人团队的互动, 见证、丰富了患者的生命故事, 有助于患者建立较期待的自我认同, 且有利于延长康复锻炼的持续性。

(5) 治疗文件

使用影音设备记录患者康复过程, 巩固疗愈效果, 激励患者重拾自信。录制患者每天康复锻炼和读书会视频, 形成康复前后的对比, 剪辑整理后与患者共同观看, 增加患者的康复治疗自信心。

对主要照顾者采用同理心, 早期关注主要照顾者的心理同样重要, 患者主要照顾者患颈椎病, 通过人文关怀, 帮助按摩, 指导颈椎操来赢得其共情、尊重。早期应多沟通、交流取得信任, 并以其为切入点, 收集患者的故事。

2 结果

2.1 患者及主要照顾者的主观感受

患者焦虑烦躁症状明显减轻, 从不愿交流到康复训练积极性提高, 充满自信。经过两周的治疗与肢体、语言、吞咽等功能康复, 患者恢复良好, 出院时已可独立完成日常交流, 构音基本准确, 可经口安全进食, 独立完成上厕所, 床椅转移, 做到部分自理。

主要照顾者从焦虑、极度悲伤到感动流泪并鼓励监督患者配合治疗。

2.2 出院随访

患者感受: 中风让我变成了废人, 只能天天躺着, 说不清话, 手脚也不听使唤了。经过这次生病深有体会, 以后一定听医生的, 按时吃药, 不吃肥肉, 控制好血压血糖。现在能把命保住已经很不错了, 我会继续配合医生做好康复。

主要照顾者感受: 看他能慢慢勇敢面对, 积极锻炼天天做康复, 心态变好了, 每天不用提醒都会吃药, 谢谢你们了。

3 总结

本次个案通过对卒中后抑郁患者进行综合评估, 进一步熟悉了相关评估量表, 系统整理了为卒中后抑郁患者制定个体化护理计划的思路与过程, 由于患者住院时间短, 未能进行完整的护理效果评价及延续性护理情况, 日后将在随访中持续跟踪反馈。前期在发现患者焦虑、拒绝交流后, 脑卒中康复专科护士做了许多工作, 与患者的主管医生责任护士了解病人情况, 花费时间陪伴患者及主要照顾者, 观察了解他们的疾病进展和心理情况, 早期与患者主要照顾者交流了解患者的工作生活习惯, 产生共情, 给予对症的康复治疗, 才有了最终的疗愈结果。

4 启发

以往护理卒中患者总是把重点放在治疗和肢体康复上, 忽略了患者由疾病引发的心灵之痛。帮助患者打开心扉, 重拾信心, 积极配合治疗对后期的康复同样重要。照顾者在卒中后抑郁患者的照顾过程中至关重要, 早期应关注照顾者的心理, 以其为切入点为患者实施叙事护理。

5 讨论

叙事护理对卒中后抑郁患者改善护患关系、提高患者依从性、改善疾病转归有至关重要的作用。作为目前高端的心理护理疗法, 护士缺少系统的学习和实践指导, 无章可循, 尤其是在面对不同年龄、性别、阅历、病情, 拥有不同人生经历与事件的患者时, 在

临床护理实践中如何表达, 如何实施, 如何融入具体临床护理工作, 仍有很长的一段路需要探索。但有一点是毋庸置疑的, 只有生命才能进入生命, 只有灵魂才能和灵魂交流。

对此成功案例进行分析, 有以下几点原因值得注意: 有研究表明, 护士人文素养一定程度上与工作年限、职称呈正相关, 而护士人文素养的高低直接影响护士是否能成功与患者共情。只有理解生命、理解患者的疾病与痛苦才能走进患者的生命、贴近心灵, 这是叙事护理疗愈成功与否的关键所在。针对患者不同的社会角色、文化程度和家庭环境选择合适的沟通交流方式。建立良好的护患关系, 信任与被信任的关系与疗愈效果呈正相关。

6 反思

临床工作中, 我们应时刻保持一种尊重、谦卑、好奇的态度, 才能发现患者故事中的切入点, 通过不断地交流、倾听, 与患者相互走近对方的心灵, 不断了解分析患者及主要照顾者的主观感受, 才能使患者得到身心疗愈。

当今社会医疗现实, 安慰剂常在, 安慰患者的人不常在殊不知“帮助与安慰”远胜于“救死扶伤”。谨以此文为更多正在进行叙事护理的护理工作者一点启发, 去陪伴、疗愈更多的生命, 帮助更多的卒中后抑郁患者完成回归之旅。

参考文献

- [1] 李春 叙事护理: 叙事护理 [M]. 李春, 16 版, 赤峰: 内蒙古科学技术出版社, 2018
- [2] 黄辉, 刘义兰. 叙事护理临床应用的研究进展[J]. 中华护理杂志, 2016, 51(2): 196-200.
- [3] 岳慧娟, 段思柳, 刘芳娥. 叙事护理教学的研究进展[J]. 护理学报, 2017, 24(13): 53-56.
- [4] 高晨晨, 姜安丽. 叙事护理教学系统的设计及开发[J]. 中华护理杂志, 2015, 50(2): 209-212.
- [5] 于海容, 姜安丽. 叙事护理课程知识体系的构建研究[J]. 中华护理杂志, 2016, 51(7): 832-835.
- [6] 杨艳, 姜安丽. 叙事护理临床实践的国内外研究现状[J]. 中国实用护理杂志, 2017, 33(24): 1917.
- [7] 贾彦会, 徐沁怡. 叙事护理对脑卒中后抑郁患者的影响[J]. 护理实践与研究, 2018, 15(23): 33-34
- [8] 赵快乐, 黎湘艳, 江莉. 叙事治疗概述及应用研究进展[J]. 护理学报, 2016, 23(4): 34-36

- [9] 周洪兰,康健,樊拥军等,叙事护理对轻型颅脑损伤患者焦虑抑郁状态的影响[J].中国继续医学教育,2017,36(9): 151-153
- [10] 范蓉,叙事性心理护理对脑动脉瘤介入治疗患者心理状态及生存质量的影响[J].护理实践与研究,7,14(22): 152-153
- [11] 赵晓娟,杜春玲·1例尤文肉瘤的叙事护理个案报告[J].心理医生,2017,23(35): 281-282
- [12] 李明霞,叙事医学在护理领域中的应用与启示[J].中国护理管理,2016,(2)
- [13] Kwadwo Ameyaw Korsah.Nurses' stories about their interactions with patients at the Holy Family Hospital, Techiman, Ghana[J].2011,1(1).
- [14] Aloï JA.The nurse and the use of narrative: an approach to caring.[J].2009,16(8).

版权声明: ©2023 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS