

## 抑郁症患者接受综合性心理护理干预后患者的应用

周璦琳, 任艳芳, 周璇

宜昌市优抚医院 湖北宜昌

**【摘要】目的** 研究对抑郁症患者接受综合性心理护理干预后患者的应用相关的临床效果。**方法** 本次综合性心理护理研究以2022年6月~2023年6月期间我院收治抑郁症患者作为本次研究对象, 共计100例, 采用多阶段抽样法进行分组, 分为综合组和参照组, 其中参照组抑郁症患者50例, 采用常规疗法, 试验组抑郁症患者50例, 在参照组采取常规抑郁护理疗法上, 开展综合性心理护理。对比综合组和参照组的生活质量情况的各个方面, 以及综合组和参照组的护理后患者满意程度。**结果** 综合组生活质量各个层面评分相比于参照组均更为优秀 ( $P < 0.05$ ), 并且综合组抑郁症患者满意度相比于参照组均满意率更高 ( $P < 0.05$ )。**结论** 经过综合性心理护理干预后, 患者的抑郁情绪得到有效调节, 其生活质量明显提升。

**【关键词】** 抑郁症患者; 综合性心理护理; 干预; 应用

**【收稿日期】** 2024年9月12日

**【出刊日期】** 2024年10月24日

**【DOI】** 10.12208/j.cn.20240514

### Application of comprehensive psychological nursing intervention in patients with depression

Manlin Zhou, Yanfang Ren, Xuan Zhou

Yichang Youfu Hospital, Yichang, Hubei

**【Abstract】 Objective** To study the clinical effect of comprehensive psychological nursing intervention on patients with depression. **Methods** A total of 100 patients with depression admitted to our hospital from June 2022 to June 2023 were selected as the research objects in this comprehensive psychological nursing study. They were divided into comprehensive group and reference group by multi-stage sampling method, among which 50 patients with depression in the reference group were treated with conventional therapy and 50 patients with depression in the experimental group. In the reference group, comprehensive psychological nursing was carried out in addition to conventional nursing therapy for depression. All aspects of quality of life and post-care satisfaction were compared between the control group and the control group. **Results** Compared with the reference group, all aspects of quality of life in the comprehensive group were better ( $P < 0.05$ ), and the satisfaction rate of depression patients in the comprehensive group was higher than that of the reference group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** After comprehensive psychological nursing intervention, patients' depression mood can be effectively regulated and their quality of life can be significantly improved.

**【Keywords】** Patients with depression; Comprehensive psychological nursing; Intervene; Apply

抑郁症, 一种普遍的精神健康疾病, 表现为持续的悲伤和丧失快乐感等症状。据《2023年国民抑郁症蓝皮书》统计, 我国约有9500万人受到抑郁症的困扰<sup>[1]</sup>。青少年群体(18岁以下)占患病总人数的30%, 约2850万人, 全国抑郁症的发病率高达6.7%, 且8%—12%的患者可能会终生受到影响<sup>[2]</sup>。抑郁症的反复发作不仅加剧了患者的病情, 还可能引发其他心理健康问题以及睡眠障碍等<sup>[3]</sup>。研究显示接受综合性心理护理干预后, 可以有效缓解患者的精神压力, 提高他们的心理健康水平和生活质量<sup>[4]</sup>。这种护理模式涵盖了多种心理护理

手段, 全方位地对患者进行心理支持, 促使患者以更加乐观的态度面对疾病和生活。鉴于此, 本研究选取了100名抑郁症患者作为样本, 深入探讨了综合性心理护理的实际应用价值和效果。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

本次综合性心理护理研究以2022年6月~2023年6月期间我院收治抑郁症患者作为本次研究对象, 共计100例, 采用多阶段抽样法进行分组, 分为综合组和参照组, 其中试验组抑郁症患者50例, 年龄最小

为 18 岁, 最大为 65 岁, 平均年龄  $39.47 \pm 4.52$  岁; 男性患者 26 例, 女性患者 24 例; 病程 5 个月~85 个月, 平均病程  $3.34 \pm 0.62$  年; 文化程度: 本科以上 21 例, 大专 12 例, 高中 12 例, 小学及以下 5 例。参照组抑郁症患者 50 例, 年龄最小 18 岁, 最大 64 岁, 平均年龄  $40.43 \pm 3.64$  岁; 男 23 例, 女 27 例; 病程 6 个月~88 个月, 平均病程  $3.34 \pm 0.35$  年; 文化程度: 本科以上 18 例, 大专 15 例, 高中 13 例, 小学及以下 4 例。以 SPSS 26.0 软件对两组涉及的抑郁程度、年龄、性别、学历、生活环境等实施验证分析,  $P > 0.05$ , 病患间差异不显著, 分析意义存在。

### 1.2 方法

参照组采取常规抑郁护理疗法, 为患者建立了个人电子档案, 详细记录患者的病情变化和护理过程。确保环境温度适宜、湿度适中, 保持空气流通, 整洁干净。有助于患者放松心情, 减轻焦虑和压力。除了提供舒适的物理环境外, 医护人员还密切关注患者的精神状态和行为表现。每周安排两次专业心理医生的辅导, 每次辅导时间为 30 分钟。心理医生通过与患者的深入交流, 了解他们的内心世界, 帮助他们建立积极的心态, 增强自信心。药物治疗也是抑郁症护理的重要一环。需要患者严格按照医嘱服用抗抑郁药物, 全疗程不间断。为了确保患者按时服药, 加强了用药监管, 定期检查患者的药物使用情况, 确保治疗效果。此外, 对患者的饮食、运动和睡眠进行了全方位的指导。合理的饮食、适当的运动和充足的睡眠都有助于缓解抑郁症状, 提高患者的生活质量。

综合组在参照组采取常规抑郁护理疗法上, 开展综合性心理护理, 多个角度帮助患者应对抑郁症。

①认知行为疗法(CBT): 医护人员每天通过沟通、指导、宣教的方式, 帮助患者学会了解自己的消极思维模式, 包含过度悲观、自责或自我贬低等, 并学习新的情绪控制方法和生活行为技巧, 减少其对情绪对抑郁心理的影响。

②人本行为疗法(BT): 医护人员需对患者建立温柔、接纳的态度与关系, 对患者的内心世界表示理解

和支持, 并引导患者观察自己的情绪和身体感受, 使之内心世界解放自己的抑郁情绪, 并帮助患者探索个人的价值观和人生目标, 建立更有意义和满足感的生活方式。

③人际关系疗法(IPT): 医护人员通过和患者家属和朋友的沟通, 了解患者人际交往关系, 尤其是和患者抑郁症状相关的方面, 帮助患者梳理的相关的问题, 如沟通障碍、角色冲突或社交隔离等。教导患者如何有效地沟通和解决冲突, 如何扩大和加强其社会人际交往, 此外, 对于经历丧失亲人或其他重大生活变故的患者, 需重点关注。

④正念认知疗法(MBCT): 医护人员需教导患者冥想技巧, 包括呼吸觉察、身体扫描等, 通过冥想, 患者需要观察自己内在的情感和想法, 慢慢地接受并释然这些情绪, 并学会将正念认知疗法运用于生活, 以更平和的姿态看待生活和抑郁情绪。

### 1.3 疗效标准

1.3.1 对比综合组和参照组的身体疼痛、情感问题、精力情况、生理职能、健康状况、社会功能、生理机能和心理健康的生活质量情况各个方面。

1.3.2 对比综合组和参照组的护理后患者满意度, 调查患者对治疗效果非常满意、比较满意、不满意的情况, 并统计其总满意率

### 1.4 统计学方法

本次抑郁症护理后的研究数据均纳入 SPSS26.0 软件中进行分析比对, 对于综合组和参照组的计数与计量资料的检验, 分别用  $\chi^2$  和  $t$  进行, 分别用百分占比(%) 和 (平均数 $\pm$ 标准差) 表示, 若 ( $P < 0.05$ ) 则抑郁症患者结果数据差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 组间生活质量对比

经本院护理后, 综合组生活质量各个方面评分相比参照组均更为优秀 ( $P < 0.05$ ), 见表 1。

### 2.2 组间抑郁症患者满意度对比

经本院护理后, 综合组抑郁症患者满意度相比参照组均满意率高出 24% ( $P < 0.05$ ), 见表 2。

表 1 组间生活质量对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	情感问题	生理职能	健康状况	社会功能	生理机能	精神健康
综合组	50	$78.7 \pm 5.79$	$85.6 \pm 5.82$	$81.8 \pm 5.45$	$80.8 \pm 5.49$	$83.5 \pm 5.34$	$76.8 \pm 5.51$
参照组	50	$75.5 \pm 4.35$	$82.5 \pm 5.15$	$78.3 \pm 5.14$	$76.2 \pm 4.76$	$79.5 \pm 4.72$	$71.5 \pm 4.25$
$t$	-	3.095	2.821	3.266	4.477	3.989	5.345
$P$	-	0.003	0.006	0.002	<0.001	<0.001	<0.001

表2 组间抑郁症患者满意度对比[n,(%)]

组别	例数	非常满意	比较满意	不满意	满意率
综合组	50	33 (66%)	16 (32%)	1 (2%)	49 (98%)
参照组	50	17 (34%)	20 (40%)	13 (26%)	37 (74%)
$\chi^2$	-				11.960
<i>P</i>	-				<0.001

### 3 讨论

抑郁症,这一精神心理疾病,如阴霾般笼罩在患者的心头。它以抑郁悲观、情绪低落、自我否定为其典型特征,使患者对周围的事物感到长期的悲观与绝望<sup>[5]</sup>。随着兴趣的逐渐丧失,感情的麻木,生活的绝望感日益加重,甚至有些患者会产生自残和自杀的倾向,这无疑是对他们生命安全极大的威胁。

在现今社会,生活环境的快速变化和压力的持续增加,使得抑郁症的发病率不断攀升<sup>[6]</sup>。许多患者试图通过抗抑郁药物和物理疗法来控制病情,然而,随着耐药性的产生和不良反应的出现,这些方法的效果越来越有限,难以达到理想的治疗效果。

为了更有效地帮助这些患者,综合性心理护理应运而生。这种护理方式能够针对患者的实际情况,结合他们的家庭和社会体系,制定出更为科学的护理方案<sup>[7]</sup>。这种护理不仅关注患者的生理需求,更深入到他们的心理层面,通过多种护理措施来缓解他们的消极情绪,纠正错误的心理认知<sup>[8]</sup>。

针对当前情况,本文选取本院收治的100例抑郁症患者作为研究对象,将研究成员分为参照组和综合组,参照组采取常规抑郁护理疗法,综合组在参照组的基础上,开展综合性心理护理,包括认知行为疗法、人本行为疗法、人际关系疗法、正念认知疗法和森田疗法等。研究表明,经综合性心理护理干预后的综合组抑郁症患者生活质量评分和满意度相比于参照组均更为优秀( $P<0.05$ ),治疗效果明显。

综上所述,综合性心理护理是一种多元化、个性化的护理方式,需要医护人员、患者及其家属的共同努力。医护人员需要全面了解患者的病情和背景,制定出个性化的护理计划。患者则需要积极参与,主动配合,同时家属的理解和支持也是不可或缺的。该护理模式

针对抑郁症患者的特殊需求,帮助患者缓解了消极情绪,纠正错误的心理认知,从而更好地应对抑郁症的挑战,为抑郁症患者提供更全面、更有效的帮助,使抑郁症患者重新找回生活的色彩和意义。

### 参考文献

- [1] 李露露,杨玉琳,江琴.综合性心理护理对抑郁症患者的影响[J].心理月刊,2023,18(11):143-145.
- [2] 金宏,韦晓,李永娟.综合性心理护理对抑郁症患者的影响[J].心理月刊,2023,18(11):137-139+151.
- [3] 于庆芳.综合性心理护理对抑郁症患者治疗依从性及生活质量的干预价值[J].中国医药指南,2023,21(12):151-153.
- [4] 刘媛丽,刘倩,孙文文.综合性心理护理对抑郁症患者的影响[J].心理月刊,2023,18(07):111-113.
- [5] 刘燕,高静,武翠凤.综合性心理护理应用于抑郁症患者的影响分析[J].心理月刊,2023,18(05):108-110.
- [6] 王娟.综合性心理护理对抑郁症患者的应用价值[J].基层医学论坛,2023,27(03):85-87.
- [7] 钟菁,黄小捷,王雪梅,等.抑郁症患者的自杀风险与痛苦容忍度和心理韧性的关系[J/OL].中国心理卫生杂志,2024,(05):377-382[2024-04-18].
- [8] 赵来田,魏景明,张婷婷,等.抑郁症和双相障碍疾病成本研究[J].广西医科大学学报,2024,41(03):344-349.

版权声明: ©2024 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