

## 溃疡性结肠炎患者心理护理的进展

霍应露

重庆市陆军特色医学中心 重庆

**【摘要】**慢性溃疡性结肠炎简称为UC，主要发病位置位于结肠粘膜中，临床发病特征为炎症等，涉及直肠和远端结肠，但可能向近端延伸并以连续性分布遍布整个结肠，溃疡性结肠炎患者病情复杂，治疗后容易复发，患者的主要症状是腹痛、体重减轻和呕吐等，这种情况会使患者的精神状态非常消极，患者会感到焦虑和抑郁，同时，患者的生活质量也受到影响。慢性溃疡性结肠炎通常会反复发作并持续很长时间，患者的身心受到影响的程度各不相同。目前，该病的治疗方式尚不完善，需要有效的护理来辅助治疗该病，从而取得良好效果。本文对本研究疾病的心理护理相关文献进行回顾并分析，总结以往的护理措施和相关研究，从而总结对此类患者护理的新方式，从而起到提升病人生活质量和提高病人正向情绪的效果，并对未来再次发生此类疾病的病人提出了有依据和参考的护理方式展望。

**【关键词】**护理干预；心理干预；溃疡性结肠炎

### Progress in psychological nursing care of patients with ulcerative colitis

Yinglu Huo

Chongqing Army Characteristic Medical Center Chongqing

**【Abstract】**Chronic ulcerative colitis is referred to as UC for short. It mainly occurs in the colonic mucosa. Its clinical characteristics are inflammation, involving the rectum and distal colon, but it may extend to the proximal end and spread throughout the colon in a continuous manner. Patients with ulcerative colitis have complex conditions and are prone to relapse after treatment. The main symptoms of patients are abdominal pain, weight loss, vomiting, etc. This situation will make the mental state of patients very negative, Patients will feel anxiety and depression, and their quality of life will also be affected. Chronic ulcerative colitis usually occurs repeatedly and lasts for a long time. The physical and mental health of patients are affected to different degrees. At present, the treatment of the disease is not perfect, and effective nursing is needed to assist in the treatment of the disease, so as to achieve good results. This article reviews and analyzes the literature related to psychological nursing of the disease in this study, summarizes the previous nursing measures and related research, and thus summarizes the new way of nursing for such patients, so as to improve the quality of life of patients and improve the positive emotion of patients, and puts forward a basis and reference for future patients with such diseases.

**【Key words】**nursing intervention; Psychological intervention; Ulcerative colitis

关于溃疡性结肠炎(UC)的发病原因尚不完全清楚，但现在认为，患者受到遗传、环境、传染性、饮食、免疫和其他因素的综合影响，以复杂的方式影响病情，它会导致机体免疫功能障碍等相关的临床症状发生<sup>[1-2]</sup>。由于上述症状和影响，患者常伴有抑郁、焦虑等情绪，且由于疾病的不断发生，病人

的心里状况也会不断恶化，这会对治疗效果和护理效果有一定程度的负面影响。

#### 1 溃疡性结肠炎患者心理护理的研究背景

随着我国经济和科技的快速发展，随着人民生活还有临床治疗方式的逐渐发展，关于肠镜检查的必要性也逐渐被人们所知，患有溃疡性结肠炎的疾

病人数也逐渐呈现增长趋势。由于患者长期患病,并有溃疡性结肠炎的症状,如腹泻,易产生病耻感,容易产生自我怀疑和自卑感。因此,工作受到影响,例如无法召开完整的会议或无法充分参与单位周期长的活动,这也在一定程度上为病人增加了不少的社会压力。而患者的身体变化也会对家庭生活产生负面影响<sup>[3-5]</sup>。长此以往,病人的病情会导致患者和家人之间产生隔阂,不利于家庭和谐。如家属不能长时间与患者一起接受吃清淡饮食,或者长时间在准备饮食时单独为病人准备单独一餐,或家人一起吃饭时,患者突然离开餐桌去洗手间的行为,患者家属不理解也不认可。这些情况都会为病人带来不小的心理压力。病人在工作中无法正常工作,并且因为疾病无法得到家人的支持,当病人的不良情绪累积到一定程度,会引发情绪崩溃和相关心理疾病外在表现。

## 2 溃疡性结肠炎患者心理护理的干预方法及影响

对于此类疾病的患者来说,常规护理经常是在日常护理的基础上进行的。通常在病人入院治疗之后,医护人员需要通过对病人的健康宣教等方法和病人建立良好的关系,做好病人的心理检测,制定相对应的护理计划,从而提高护理效果。在患者入院之后,医护人员还要对病人的家属做好健康宣教的工作,包括对家属和病人告知疾病的预防方法、本病的相关知识、并且患有此类疾病之后需要注意饮食护理等,从而加快恢复进程。在护理过程中,医护人员需要注意和病人的沟通方式,让他们表达对治愈疾病的强烈愿望,并解答他们对于此类疾病的疑惑,以便他们能够提高积极性,踊跃参与治疗过程。

### 2.1 循证护理在心理护理中的应用

溃疡性结肠炎是一种常见病,其病因尚不清楚,最常见的部位是直肠和乙状结肠,具有长期、复发性和无法治愈的临床特征,患者身体不适剧烈,严重影响患者的正常生活,同时,也存在不良的心理状态,疾病在社会心理和精神压力的双重影响下发生发展,这就需要依据症状实施针对性护理。在徐向迎等研究中,即分析循证护理在溃疡性结肠炎患者心理护理中的临床应用效果。在其研究中显示,通过在护理过程中的具体措施,实证将心理护理方面的研究和临床经验以及溃疡性结肠炎患者的心理需求获取,提出护理问题,这是临床护理的基石和

根据;根据提出的临床护理问题进行系统评估,根据具体临床问题的护理实践,逐案进行严格的评估和分析;运用证据,为患者提供最好的心理护理,让患者感到舒适,并改善环境、进行美化美化;认知和行为技术用于修正患者的不良行为和认知,从而纠正不良行为;护理人员与患者讨论他们的具体心理问题,在对话中,与患者分享文献中现有的知识和证据,同时,将自己的高度积极向上的情绪传达给病人;在这个过程中,循证证据用于向患者解释疾病的临床表现、相关病因和致病因素,帮助患者对自己的病情有一个清晰的认识,以减少不良情绪的发生,提高护理效果<sup>[6-8]</sup>。

### 2.2 暗示性心理护理对患者焦虑情况的影响

暗示性心理治疗源于暗示性心理学的理论支持,暗示心理学是一门主要研究作用于人体的暗示心理学的行为和规律的科学。暗示性心理护理是通过对患者的心里暗示,可以促使患者逐渐形成惯性,使患者积极配合临床治疗和护理,促进疾病康复,增强治疗效果的心理护理方法。在何莹莹等研究中即显示,暗示性心理护理相比普通心理护理有着较高优势,可以明显改善焦虑抑郁状况,有较高的临床应用价值。通过采用暗示心理原则:暗示手段多样化,如语言、文字、表情及手势等对患者进行心理暗示,负面的暗示可能会使患者的病情恶化;积极的暗示则不只是对病人的心里状况有所改善,还可以增加患者战胜疾病以达到治疗目标的信心。研究中干预组患者在相关培训后每天接受负责护士20-30分钟的积极心理建议,为患者介绍暗示性心理护理定义、治疗方法、合作方法等相关知识,可减轻患者及其家属的焦虑,增强其参与治疗的主观能动性;并且鼓励患者勇于表达真实想法,积极与患者交流,以便更好地了解患者的家庭情况、文化程度、生活状况和目前的心理状态,从而制订具有针对性的护理对策、方案;以热情真诚的态度和熟练的操作技巧赢得患者的信任,建立良好的护患关系;使用令人安心的的词语向患者提供言语暗示,采取多种暗示措施,为患者提供舒适、整洁的环境,可以舒缓患者的情绪,减少焦虑和抑郁,改善精神状态。结果表明,使用暗示性心理护理之后,焦虑抑郁评分、患者满意度有明显改善。由此可见,暗示性心理护理对患者抑郁焦虑情况也能够取得较好效果,可以进行推广和使用。

### 2.3 共情护理对患者的影响

共情护理的目标是改善溃疡性结肠炎患者的负面情绪、提高自我效能并优化生活质量。共情护理从患者的角度考虑问题,并观察患者在日常生活中的语言、态度和情绪,成为一种交流形式。最后,医护人员综合以上信息,及时反馈,制定个人护理计划。经过共情护理后,患者在自我效能感方面有了显著提高,同时也提高了生活质量指标。直到今天,本研究中疾病的病因和发病机制尚未阐明。目前情绪因素是溃疡性结肠炎不可忽视的致病因素之一,共情护理干预方法是治疗溃疡性结肠炎有效可行的心理干预措施。在临床实践中,护士热情地指导患者,帮助他们消除不健康的心理活动,告知患者溃疡性结肠炎发病与心理因素的关系,鼓励患者进行自我心理建设,改善负面情绪,纠正异常心理行为。

#### 2.4 认知行为疗法对患者的影响

认知行为疗法是一系列改变个体信念,将非理性心理和行为转化为理性手段的工具,它可以消除个人的错误观念,解决现有的行为问题,促进积极情绪的产生,减少消极心理。认知行为疗法可以采用多种策略来改变患者的认知模式,例如认知行为教育、负性心理识别、场景暴露、信念重建、处理干预等,通过寻找患者的不合理观念,引导患者分析不同情景下产生的认知行为,帮助患者重新评估自己并建立正确的认知,建立健康的心态,避免患者维持长期消极的状态。同时,医护人员必须对UC患者的不良心理状态实施有效干预,通过科学教育帮助患者了解错误认知的弊端,树立有益于康复的思考方式,调整自我心态,帮助病人和其他人适当交流,帮助患者适应社会交往,恢复基本生活技能,从而认知偏差得到纠正,不良信念减少,患者心理状态逐渐趋于稳定。

#### 2.5 音乐疗法对患者的影响

音乐疗法利用音乐对人体的独特作用来帮助减少患者的心理障碍,保持身心健康的过程。当人的大脑受到音乐的刺激时,会影响中枢神经系统等系统的功能,情感与音乐的融合使身心愉悦,帮助患者形成积极的精神状态。UC患者可以根据自己的喜好选择舒缓的音乐,播放分贝不要超过60分贝,同时,医护人员指导患者随着音乐深呼吸,放松身心,想象生活中的美好事物,分散了患者的注意力,减少了疾病引起的负面情绪。

### 3 结论

综上所述,UC患者容易出现焦虑、恐惧、悲伤等消极心理状态,心理压力大,这在不同程度上影响了患者的日常生活,所以寻找有效的心理学护理方法进行护理干预是必不可少的。医务人员为本研究病人提供心理支持,并实施各种策略,包括循证护理、暗示性心理护理等方式的护理,通过提高对患者疾病的认识,减少消极心理,有利于提高治疗效果,促进患者早日康复。

### 参考文献

- [1] 杨翠红,祝真静,杨桦. 心理护理对溃疡性结肠炎患者的影响[J]. 国际精神病学杂志, 2021, 048 (004):761-764.
- [2] 申宁. 溃疡性结肠炎患者护理中运用心理护理的效果评估[J]. 心理月刊, 2020, 015 (021):132-133.
- [3] 陈玲. 溃疡性结肠炎患者采用心理护理的临床效果[J]. 中国保健营养, 2020, 030 (007):240.
- [4] 王振霞. 试论心理护理干预对慢性溃疡性结肠炎患者焦虑、抑郁情绪及躯体症状的影响[J]. 心理月刊, 2020, 015 (011):109.
- [5] 孙绪霞. 心理护理对慢性溃疡性结肠炎患者的影响观察[J]. 中国保健营养, 2020, 030 (013):285.
- [6] 白海珍. 心理护理在溃疡性结肠炎患者护理中的效果观察[J]. 中国保健营养, 2020, 030 (011):216-217.
- [7] 张旭. 心理护理训练对溃疡性结肠炎患者焦虑抑郁情绪及日常生活能力的影响[J]. 中外医学研究, 2019, 017 (035):90-92.
- [8] 陈彦粉,黄瑞娜. 心理护理对慢性溃疡性结肠炎患者焦虑、抑郁状况及生活质量的影响[J]. 中国肛肠病杂志, 2019, 039 (005):64-66.

收稿日期: 2022年10月25日

出刊日期: 2022年11月30日

引用本文: 霍应露 溃疡性结肠炎患者心理护理的进展 [J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1 (9):82-84

DOI: 10.12208/j.jmm.202200554

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 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