

健康教育联合心理护理在白癜风患者中的应用效果

梁乐, 蔡妮

西安市中医医院 陕西西安

【摘要】目的 分析对白癜风患者应用健康教育联合心理护理的作用。**方法** 将2021年5月-2023年5月于我院就诊的白癜风患者90例,以简单随机法分45例为对照组实施常规护理,另外45例为观察组则增加健康教育联合心理护理,对比两组患者负性心理改善和护理依存性;**结果** 护理前,观察组患者HAMA焦虑、HAMD抑郁等负性心理情况观察指标差异不显著, $p > 0.05$, 护理后观察组HAMA焦虑评分、HAMD抑郁评分更低,同时观察组患者护理依存性优于对照组,差异显著, $P < 0.05$ 。**结论** 健康教育联合心理护理可改善患者心理负性情况,增加疾病治疗了解,利于患者自护意识提高和护理依存。

【关键词】 健康教育; 心理护理; 白癜风; 皮肤

【收稿日期】 2024年5月22日

【出刊日期】 2024年7月12日

【DOI】 10.12208/j.cn.20240352

Application effect of health education combined with psychological nursing in patients with vitiligo

Le Liang, Ni Cai

Xi 'an Hospital of Traditional Chinese Medicine, Xi 'an, Shaanxi

【Abstract】 Objective To analyze the effect of health education combined with psychological nursing on patients with vitiligo. **Methods** 90 cases of vitiligo patients treated in our hospital from May 2021 to May 2023 were divided into 45 cases as control group by simple random method, and the other 45 cases as observation group were added with health education combined with psychological nursing. Negative psychological improvement and nursing dependence were compared between the two groups. **Results** Before nursing, the observation group had no significant differences in HAMA anxiety, HAMD depression and other negative psychological indicators ($p > 0.05$); after nursing, the observation group had lower HAMA anxiety scores and HAMD depression scores; meanwhile, the nursing dependence of patients in the observation group was better than that of the control group, with significant differences ($P < 0.05$). **Conclusion** Health education combined with psychological nursing can improve the psychological negative condition of patients, increase the understanding of disease treatment, and help patients improve their self-care awareness and nursing dependency.

【Keywords】 Health education; Psychological nursing; Vitiligo; Skin

白癜风是由于皮肤色素脱失导致的皮肤颜色改变的难治性皮肤疾病,临床症状表现为皮肤颜色变白且产生界限分明的白块,可于眼部、耳部、手部等部位发生,甚至可累及于全身融合成片^[1-2]。白癜风的发病机制主要为身体的免疫低下以及皮肤里缺乏正常的黑色素细胞。白癜风疾病虽然不存在瘙痒和疼痛,但对患者的容貌影响较大,故绝大部分患者存在有焦虑、抑郁、自卑、绝望等负性心理,不利于患者积极自护的同时也影响治疗效果,故在临床对白癜风的护理中,加强健康教育和心理护理是重点方向^[3-4]。基于此,本文提出该项研究,旨在研究对白癜风患者应用健康教育联合心理护理的作用。

1 对象和方法

1.1 对象

抽选2021年5月-2023年5月于我院就诊的白癜风患者90例,分45例为对照组,另外45例为观察组,其中对照组男性患者和女性患者比例为23:22例,年龄最大者为65岁,年龄最小者为20岁,平均年龄为 45.6 ± 7.9 岁,观察组男性患者和女性患者比例为20:25例,年龄最大者为63岁,年龄最小者为22岁,平均年龄为 48.5 ± 7.8 岁,两组患者一般资料对比差异无统计学意义, $P > 0.05$,研究有可进行价值。院伦理会对该项以白癜风患者健康教育和心理护理的研究完全知情且批准开展研究。

1.2 纳入标准和排除标准

纳入标准: 根据皮肤有白斑, 且白斑形状不规则, 触诊表面光滑, 肉眼观察呈瓷白色, 附着毛发发白等皮损症状确诊白癜风; 年龄大于 18 岁; 临床资料完整; 既往史未接受过同类型的白癜风护理研究; 患者未合并存在有心肝肾障碍; 言语表达能力正常, 文化素质良好; 护理依存性较好; 签署试验加入同意书。

排除标准: 患者合并有聋哑、失语、认知低下以及精神障碍等情况; 合并有其他皮肤疾病者; 局部皮肤感染和破溃; 既往史存在有药物滥用历史; 曾因为白癜风疾病反复入院治疗; 近三个月发生过严重外伤和脑部创伤者; 近三个月发生过严重的应激事件者; 体内有肿瘤者; 过敏体质者。

1.3 方法

对照组患者采取常规护理模式, 即遵医嘱给予患者药物治疗, 对用药等进行监督和指导。系统治疗和局部治疗时, 讲解配合要点, 协助和指导患者开展相关治疗。

观察组患者增加健康教育和心理护理: 健康教育: 首先针对白癜风疾病的发病机制、治疗方法、治疗周期、用药等方面进行讲解, 根据患者文化教育程度, 实施多元化的健康教育, 如图片、视频、文字、讲座、调查问卷等, 对患者提出的问题及时解答, 纠正其错误的疾病观念。其次针对日常自护展开详细的健康教育, 如皮肤防护、饮食管理、生活作息调整、日常注意事项。皮肤防护: 日常穿着宽松舒适衣物, 避免局部摩擦增加皮损情况。外出要注意防晒, 出门打伞以及涂抹防晒霜或者戴帽子, 防止阳光直射皮肤。出现皮损情况使用润肤霜促进皮肤修复, 日常沐浴时不用肥皂等碱性物质刺激白斑。饮食管理: 原则为少吃多餐, 食物多样化, 适当吃一些黑色素较多的食品, 如花生、核桃、黑芝麻、黑米、木耳、动物肝脏、豆制品等, 不吃污染食品, 同时纠正偏食的习惯, 制定科学的膳食食谱。生活作息调整: 制定良好的作息, 不熬夜、不暴饮暴食、适当地锻

炼身体, 睡前可以听音乐、洗浴等, 保持一个良好的情绪。心理护理: 加强和患者的沟通交流, 可每日多引导患者进行一些促使心情变好的措施, 如早睡、观看一些自身喜欢的电影和电视剧。教会患者渐进式放松, 可在每日傍晚或清晨于一安静地方, 或坐或站或卧, 紧闭双目, 有意识地控制肌肉的放松和收缩, 感受身体变化, 增加对身体和情绪的管理。

1.4 观察指标

对比两组患者负性心理改善护理效果, 以 HAMA 焦虑评分表、HAMD 抑郁评分表进行测量, 量表均由 hamiton 教授于 1959 年编制, HAMA 焦虑评分表 4 级评分法, 0-35 分, >7 分可能有焦虑, 分数越大, 焦虑越严重, HAMD 抑郁评分五级评分法, 9-19 分, 分数越大, 抑郁越严重。

对比两组患者护理后的依存性, 含有不依存、部分依存、完全依存;

1.5 统计学分析

研究获得的数据收集后立即纳入 SPSS26.0 软件中分析, 数量数据采用 t 检验, $(\bar{x} \pm s)$ 形式表示, 率以及例数数据以 χ^2 检验, 率 (%) 形式表示, ($P < 0.05$) 为差异明显, 有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组患者负性心理改善护理效果

护理前, 观察组患者 HAMA 焦虑、HAMD 抑郁等负性心理情况观察指标差异不显著, $p > 0.05$, 护理后观察组 HAMA 焦虑评分更低、HAMD 抑郁评分更低, 差异显著, $P < 0.05$ 。见表 1。

2.2 对比两组患者护理后的依存性

观察组患者护理后的依存性明显高于对照组, 差异对比有统计学意义, $P < 0.05$, 见表 2。

3 讨论

健康教育强调以健康知识宣教等方式传播健康意识, 引导患者树立正确、健康的行为习惯, 改善疾病带来的不便和影响^[5]。

表 1 对比两组患者负性心理改善护理效果 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	HAMA 焦虑 (分)		HAMA 抑郁 (分)	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	45	21.9±3.5	9.8±1.2	13.4±3.2	11.5±1.2
对照组	45	20.8±3.6	15.5±2.3	14.5±2.6	12.5±0.9
t	-	1.469	14.739	1.789	4.472
P	-	0.145	0.001	0.076	0.001

表2 对比两组患者护理后的依存性[n, (%)]

组别	例数	不依存	一般依存	完全依存	依存度
观察组	45	2.2% (1/45)	11.11% (5/45)	86.67% (39/45)	97.78% (44/45)
对照组	45	13.3% (6/45)	44.44% (20/45)	42.22% (19/45)	86.67% (39/45)
χ^2	-	3.872	12.461	19.396	3.872
<i>P</i>	-	0.049	0.001	0.001	0.049 •

白癜风疾病容易复发,且难治性很高。除去对患者防晒、作息、饮食等健康教育外,袁秀丽^[6]还补充到白癜风患者平素要减少有害气体的吸入,晨练或者运动时要选择空气比较好的地方,对刚装修以及正在装修的地方要敬而远之,以免诱发白癜风,同时在日常劳动时,注意防护自身,以免损伤。而在病情有变化时,一定要到医院复诊,根据病情变化适时地调整治疗方案。

心理护理则是针对负性心理进行针对性地疏导和安抚,促使患者保持良好积极^[7]的治疗心态。白癜风患者的心理特点主要有焦虑、自卑、抑郁和绝望,首先强调情绪和焦虑是白癜风的危险诱发因素,可致使疾病加重,因此需要有意识地控制自身情绪,对自身的疾病要正确地看待,以加强沟通促使患者增加对日常生活的希望,可增加患者自身的心理弹性,利于其更好地面对疾病和治疗带来的负面刺激^[8]。

在本文的研究中,增加了健康教育联合心理护理的观察组,护理前,心理负性情况对比差异不显著,而护理后,观察组负性情况改善更多,推测其原因是观察组可通过健康教育,树立正确的疾病观念,增加患者的自护意识,减少躯体暴露于高危因素中,可减少白癜风疾病的加重,致使治疗效果改善,故患者负性焦虑和抑郁有改善。而在观察指标2中,增加了健康教育和心理护理的观察组,依存性显著高于对照组,推测其原因是健康意识传播可增加患者自护意识,利于患者更好配合治疗开展,收获较好的护理效果。

综上所述,健康教育联合心理护理可改善患者心理负性情况^[9-10],增加疾病治疗了解,利于患者自护意识提高和护理依存。

参考文献

[1] 仲倩. 健康教育联合心理护理在白癜风患者中的应用

效果分析[J]. 现代养生,2023,23(19):1481-1483.

[2] 廖斌斌,赖庆松. 健康教育在白癜风患者认知、态度和行为改变中的应用[J]. 康复,2023(16):61-63.

[3] 丛艳秋. 健康教育联合心理指导在白癜风患者中的护理效果研究[J]. 中外女性健康研究,2022(7):156-157.

[4] 李淑贞. 健康教育联合心理指导在白癜风患者中的护理效果研究[J]. 健康之友,2019(7):224.

[5] 周文静. 健康教育联合心理指导在白癜风患者中的护理效果研究[J]. 长寿,2023(2):175-177.

[6] 袁秀丽. 健康教育联合心理指导在白癜风患者中的应用效果[J]. 医学美学美容,2024,33(2):161-164.

[7] 吴梅花,陈烈霞. 健康教育联合心理指导在白癜风患者中的护理效果研究[J]. 基层医学论坛(新加坡学术出版社),2023,5(6).

[8] 代红. 健康教育联合心理指导在白癜风患者中的护理效果研究[J]. 东方药膳,2021(2):233.

[9] 仲倩. 健康教育联合心理护理在白癜风患者中的应用效果分析[J]. 现代养生,2023,23(19):1481-1483.

[10] 白亚娥. 心理护理在白癜风患者中的应用价值研究[J]. 甘肃科技,2021,37(17):154-156.

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