

## 心理护理对偏头痛患者心理状态的影响研究

周丽云, 王爱萍

平度市第三人民医院 山东青岛

**【摘要】**目的 分析心理护理对偏头痛患者心理状态的影响。方法 选取2020年8月~2021年8月期间我院收治的100例偏头痛患者,随机分为观察组与对照组各50例,分别实施心理护理与常规护理,比较护理心理状态、护理质量评分、生活质量以及治疗依从性。结果 观察组护理后的SAS、SDS评分低于对照组,有统计学意义( $P < 0.05$ );观察组的护患关系、护理服务、行为干预评分均高于对照组,有统计学意义( $P < 0.05$ );观察组护理后的精神活动、社会功能、生理功能、情感职能评分均高于对照组,有统计学意义( $P < 0.05$ );观察组的饮食、用药、睡眠、运动依从评分均高于对照组,有统计学意义( $P < 0.05$ )。结论 偏头痛患者在实施心理护理干预后,不良心理状态得到明显改变,提高了护理质量与治疗依从性,改善了生活质量,值得而临床推广。

**【关键词】**偏头痛;心理护理;心理状态;护理质量;生活质量;依从性;影响

### Study on the influence of psychological nursing on the mental state of migraine patients

Liyun Zhou, Aiping Wang

The Third People's Hospital of Pingdu, Qingdao, China

**【Abstract】** Objective to analyze the influence of psychological nursing on the mental state of migraine patients. **Methods** 100 migraine patients admitted to our hospital from August 2020 to August 2021 were randomly divided into the observation group and the control group, with 50 cases each. Psychological nursing and routine nursing were implemented respectively, and nursing psychological status, nursing quality score, quality of life and treatment compliance were compared. **Results** the SAS and SDS scores of the observation group after nursing were lower than those of the control group, with statistical significance ( $P < 0.05$ ); The scores of nurse patient relationship, nursing service and behavior intervention in the observation group were significantly higher than those in the control group ( $P < 0.05$ ); The scores of mental activity, social function, physiological function and emotional function in the observation group after nursing were higher than those in the control group, with statistical significance ( $P < 0.05$ ); The compliance scores of diet, medication, sleep and exercise in the observation group were significantly higher than those in the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** after the implementation of psychological nursing intervention, the bad psychological state of migraine patients has been significantly changed, the nursing quality and treatment compliance have been improved, and the quality of life has been improved, which is worthy of clinical promotion.

**【Key words】** migraine; Psychological nursing; mentality; Nursing quality; Quality of life; Compliance; influence

偏头痛是较为常见的临床症状,引发原因与疲劳、情绪紧张、月经不调等存在关系<sup>[1]</sup>。现阶段人们的生活的压力越来越大,导致偏头痛发生的概率也逐渐增加,对患者的身心健康造成一定威胁。临床治疗中通常采用药物治疗偏头痛,但患者治疗中常伴有身体不适感,且身心状态较差,导致治疗结

果受到一定影响<sup>[2]</sup>。相关研究分析,常规护理的实施不能体现个体化护理,特别是针对心理问题的护理,不能达到预期目标<sup>[3]</sup>。因此需要探索出更为有效适合的护理模式。经过对偏头痛患者身心情况的探讨与分析,认为此类患者的护理需要以改善负面情绪为核心,才能逐渐落实和推进护理工作。基于

此, 本次研究选取 80 例偏头痛患者作为研究对象, 其中 50 例给予实施心理护理干预, 获得较为理想的结果, 具体内容如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 临床资料

选取 2020 年 8 月~2021 年 8 月期间我院收治的 100 例偏头痛患者, 随机分为两组, 对照组 50 例, 男 28 例, 女 22 例, 年龄 28~66 岁, 平均年龄 (65.76±3.75) 岁, 病程 3~11 年, 平均 (6.98±1.17) 年。初中以下 17 例, 高中 19 例, 大学以上 14 例。观察组 50 例, 男 26 例, 女 24 例, 年龄 27~65 岁, 平均年龄 (65.37±3.84) 岁, 病程 2~12 年, 平均 (7.05±1.09) 年。初中以下 18 例, 高中 17 例, 大学以上 15 例。两组患者一般资料比较无统计学意义 ( $P>0.05$ ), 可进行组间比较。

### 1.2 方法

对照组实施常规护理, 观察组在上述基础上实施心理护理, 包括 ①心理疏导: 在日常护理过程中应观察患者情绪变化, 当患者情绪较为激动时, 则安抚背部, 握紧双手, 稳定激动情绪, 及时告知医生进行治疗干预。告知患者家属需要保护好患者内心世界, 注意行为举止不要刺激到患者, 加强心理暗示, 保护患者的自信心、自尊心。②语言沟通: 多数患者的心理状态较为消极, 且生活压力过大, 因此, 需要深入加强与患者之间的沟通交流, 保持微笑并保证语气平和温柔, 通过问题式交流逐渐引导患者发泄压力, 疏导不良的心理情绪, 再列举美好生活的实例进行正向引导, 让患者建立美好生活的信心, 提高幸福感。③健康教育: 告知患者关于疾病的发病机制, 同时介绍不同的治疗方法, 不但能够让患者了解病情发展对身体造成的危害, 必须加强关注, 提高配合治疗的依从性, 而且也需要让患者明白改变快节奏的生活方式, 减轻心理压力, 对病情的恢复起到一定作用。④生活干预: 增加日常生活活动, 培养兴趣爱好, 通过转移注意力降低疼痛感, 保持乐观积极的心态, 感受多姿多彩的生活。与患友之间建立和谐的人际关系, 加强日常交流, 互相督促按时服药, 增加治疗依从性, 逐渐消除心理障碍。指导患者少食多餐, 保证营养均衡, 建议多食用新鲜的水果与蔬菜, 选择食材时可以根据患者的饮食情况进行搭配, 从而提高患者的食物。鼓励患者进行体操、瑜伽、太极拳等有氧训练, 合理安排时间, 养成良好的睡眠习惯, 保证每日睡眠时间在 8h 以上。

### 1.3 观察指标

心理状态使用 SAS 焦虑自评量表<sup>[4]</sup>、SDS 抑郁自评量表<sup>[5]</sup>进行评估, 分值越低则心理状态越好。护理质量使用本院自制调查表进行评分, 包括护患关系、护理服务、行为干预 3 个维度, 每个维度总分为 100 分, 分值越高则护理质量越高; 生活质量使用生活质量量表<sup>[6]</sup> (SF-36) 进行评分, 包括精神活动、社会功能、生理功能、情感职能 4 个维度, 得分越高则生活质量越高; 治疗依从性是对患者的饮食、用药、睡眠、运动等方面进行评分, 分值越高则治疗依从性越好。

### 1.4 统计学处理

由 SPSS 18.0 完成数据处理, 计数资料进行  $\chi^2$  检验且 % 表示, 计量资料进行 t 检验且 ( $\bar{x}\pm s$ ) 表示, 若  $P<0.05$  则差异统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者心理状态评分比较

护理前, 观察组的 SAS 评分 (71.68±10.07) 分、SDS 评分 (68.19±10.94) 分, 对照组各为 (71.49±10.23) 分、(68.50±10.86) 分; 护理后, 观察组各为 (32.57±4.16) 分、(59.07±7.20) 分, 对照组各为 (30.35±4.08) 分、(57.05±6.20) 分。护理前组间对比无统计学意义 ( $P>0.05$ ), 观察组护理后的 SAS、SDS 评分低于对照组, 对比有统计学意义 ( $P<0.05$ )。

### 2.2 两组患者护理质量评分比较

观察组的护患关系为 (86.57±7.04) 分、护理服务 (94.32±2.18) 分、行为干预 (86.27±4.15) 分均高于对照组 (80.62±3.29) 分、(87.25±5.17) 分、(82.51±3.23) 分, 对比有统计学意义 ( $P<0.05$ )。

### 2.3 两组患者后生活质量评分比较

护理前, 观察组的精神活力为 (61.68±4.23) 分、社会功能 (58.32±5.14) 分、生理功能 (51.69±2.23) 分、情感职能 (71.68±4.07) 分, 对照组各为 (61.72±4.19) 分、(58.46±5.07) 分、(51.73±2.25) 分、(71.71±4.02) 分; 护理后, 观察组各为 (81.31±6.22) 分、(86.51±6.23) 分、(69.04±3.35) 分、(88.19±6.30) 分, 对照组各为 (71.08±4.37) 分、(73.24±5.08) 分、(62.81±5.37) 分、(81.62±4.96) 分。护理前组间对比无统计学意义 ( $P>0.05$ ); 观察组护理后的各项生活质量评分均高于对照组, 对比有统计学意义 ( $P<0.05$ )。

### 2.4 两组患者治疗依从性比较

观察组的饮食依从为 (86.34±3.97) 分、运动依从 (86.27±6.34) 分、睡眠依从 (84.75±5.23) 分、用药依从 (89.21±6.24) 分均高于对照组 (82.50±3.12) 分、(73.22±5.15) 分、(72.47±5.84) 分、(

80.86±5.61)分,对比有统计学意义(P<0.05)。

### 3 讨论

临床护理服务是保障治疗效果的主要方法,也是治疗偏头痛过程中必不可少的工作<sup>[7]</sup>。偏头痛患者因受到病痛长期折磨,而导致身心状态受到一定影响,容易出现害怕、焦虑、恐惧及以及等不良情绪,致使治疗效果并不理想,病情久拖不愈<sup>[8]</sup>。为了减轻患者的内心存在的不良情绪,在进行护理工作中需要增加对患者护理要求和护理期望的考虑,加强心理护理措施,做好心理引导工作<sup>[9]</sup>。心理护理模式是常规护理的重要补充,包括心理疏导、语言沟通、健康教育和生活干预4个方面。常规护理的实施相对单一,缺乏针对性,不能科学分析患者心理状态与实施更为人性化的护理服务,护理问题与护理风险的应对解决方法不全面,针对以上存在的不足之处,心理护理可以则进行有效弥补,从而为患者提供更为优质的护理服务,满足患者需求,提高护理质量<sup>[10]</sup>。

本次研究结果显示,观察组护理后的SAS、SDS评分低于对照组;观察组的护患关系、护理服务、行为干预评分均高于对照组;观察组护理后的精神活动、社会功能、生理功能、情感职能评分均高于对照组;观察组的饮食、用药、睡眠、运动依从评分均高于对照组,这说明偏头痛患者给予心理护理干预后能够使不良心理状态得到调节,提高治疗依从性,改善生活质量,提高护理质量。原因分析:加强心理疏导,可以改变或者重新塑造患者的内心世界,增加患者的幸福感与安全感,从而提高因焦虑、抑郁不良情绪而影响身体健康的抵抗能力,不良情绪得到缓解,再利用语言沟通深入加强心理疏导,改善护患关系,消除戒心,增加对护理人员的信任度,让其产生心理依靠和情感归宿,为患者的情感诉求建立落脚点,并且也能促使患者提高治疗依从性,提高护理质量,利于病情的恢复<sup>[11]</sup>。健康教育的实施能够加强患者形成正确的疾病认知,从而增加对疾病重度程度,树立治疗的信心,强大治疗信念,相信病情能够康复,为后续治疗和护理奠定基础<sup>[12]</sup>。生活干预可以使患者安心享受生活,养成良好的饮食习惯、运动习惯与作息习惯,摆脱身心压力,改善疼痛症状,生活质量得到提升,利于病情的快速恢复。

综上所述,心理护理的有效实施可以提高偏头痛患者治疗依从性,增加治疗的积极性,疏解不良情绪,改善生活质量,利于护理水平的提升,值得而临床推广。

### 参考文献

- [1] 王金媛. 对心理护理干预在偏头痛患者护理工作中所发挥的临床效果进行分析[J]. 中国医药指南,2020,18(6):254-255.
- [2] 郑美,刘兆凤,叶玉. 研究心理护理干预对偏头痛患者负性情绪的影响[J]. 医学食疗与健康,2020,18(3):153,155.
- [3] 李玉红,王婷婷. 偏头痛患者实施心理护理对负性情绪的影响研究[J]. 健康之友,2021(18):250.
- [4] 吴桂君. 心理护理干预对偏头痛患者负性情绪的影响[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2020,20(7):278-279.
- [5] 陈秀娟,黄敏. 心理护理干预对偏头痛患者负性情绪的影响分析[J]. 健康之友,2019(17):190-191.
- [6] 王静. 综合护理干预对偏头痛患者的负性心理与生活质量的干预效果观察[J]. 中国保健营养,2019,29(4):258-259.
- [7] 李连,刘小梅. 心理护理在改善偏头痛患者负性情绪中的作用分析[J]. 医药前沿,2019,9(12):179.
- [8] 宋金玲. 综合护理干预对偏头痛患者心理情绪与生活质量的影响研究[J]. 中国医药指南,2017,15(16):260-261.
- [9] 周雯,周青,朱春晓. 星状神经节阻滞配合心理护理治疗偏头痛的临床观察[J]. 养生保健指南,2018(29):33.
- [10] 吴秀花,徐文香,朱希芳,等. 综合护理干预对偏头痛患者负性心理与生活质量影响[J]. 实用临床护理学电子杂志,2017,2(29):48.
- [11] 肖萍. 综合护理干预对于偏头痛患者负性心理与生活质量的的影响分析[J]. 饮食保健,2017,4(3):74-75.
- [12] 沈慧琴. 心理护理在改善偏头痛患者负性情绪中的效果观察[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2017,17(36):277,279.

收稿日期: 2022年8月15日

出刊日期: 2022年9月2日

引用本文: 周丽云, 王爱萍. 心理护理对偏头痛患者心理状态的影响研究[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1(5):126-128

DOI: 10.12208/j.jmnm.202200305

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