

个性化音乐康复护理在抑郁症患者的价值

张欢

成都市第四人民医院 四川成都

【摘要】目的 探究个性化音乐康复护理在抑郁症患者护理中的应用价值。**方法** 择取2020年2月~2021年3月期间在本院接受治疗的92例抑郁症患者作为此次研究的观察对象,根据患者的就诊单号尾数的奇偶数分为参照组(n=46)和观察组(n=46)两个组别。参照组采用常规的护理模式进行护理,观察组则采取个性化音乐康复护理模式对患者实施护理干预。将两组患者实施护理干预前后的社会支持评分、抑郁症评分以及治疗认知能力评分进行组间比较。**结果** 两组患者实施干预前的社会支持评分以及抑郁症评分差异不大($P>0.05$),实施干预后,观察组患者的社会支持评分以及抑郁症评分明显要优于参照组,两组之间的差异为($P<0.05$);两组患者实施干预前的能力评分差异不大($P>0.05$),实施干预后,观察组患者的认知能力评分明显要高于参照组,两组之间的差异为($P<0.05$)。**结论** 将个性化音乐康复护理应用在抑郁症患者护理中的效果较佳,能够有效的改善患者的抑郁症程度,提高患者的治疗认知能力,促进提升患者的日常生活质量,具有较高的应用价值。

【关键词】 个性化音乐康复护理; 抑郁症; 护理效果

The value of personalized music rehabilitation nursing in patients with depression

Huan Zhang

Chengdu Fourth People's Hospital, Chengdu Sichuan

【Abstract】 Objective: To explore the application value of personalized music rehabilitation nursing in the nursing of patients with depression. **Methods:** A total of 92 patients with depression who were treated in our hospital from February 2020 to March 2021 were selected as the observation objects of this study, and divided into the reference group (n= 46) and the observation group (n=46). The reference group was treated with conventional nursing mode, while the observation group was treated with personalized music rehabilitation nursing mode for nursing intervention. The social support score, depression score and treatment cognitive ability score before and after nursing intervention were compared between the two groups. **Results:** There was no significant difference in the social support score and depression score between the two groups before the intervention ($P>0.05$). After the intervention, the social support score and depression score of the observation group were significantly better than those of the reference group. The difference between the two groups was ($P<0.05$); there was little difference in the ability scores between the two groups before the intervention ($P>0.05$). After the intervention, the cognitive ability scores of the patients in the observation group were significantly higher than those in the reference group. The difference between them was ($P<0.05$). **Conclusion:** The application of personalized music rehabilitation nursing in the nursing of patients with depression has a better effect, it can effectively improve the degree of depression, improve the cognitive ability of treatment, and promote the improvement of the quality of daily life of patients value.

【Keywords】 personalized music rehabilitation nursing; depression; nursing effect

抑郁症属于当代社会较为常见的心理疾病,其主要的表现特征为长时间的处于心情低落状态,抑郁症属于现代人心理疾病中较为重要的疾病类型^[1-2]。由于抑郁症会导致患者的情绪低落,对事物的兴趣降低,

将会严重影响患者的生活、工作就学习;对此需要及时接受相应的治疗措施进行干预,避免患者的抑郁症持续进展,导致出现自伤及自杀等不良情况^[3]。临床中对抑郁症患者的治疗主要采用药物手段实施治疗干

预,虽然药物干预能够对患者的病情有所改善,但是无法对患者的心理环境及行为进行改善;因此,需要在患者接受治疗的同时,予以患者相应的护理干预措施,帮助患者改善心理状态,缓解患者的负性情绪,促进提高患者的治疗认知,提高患者的治疗效果。本文将探究个性化音乐康复护理在抑郁症患者护理中的应用价值,详见下文。

1 资料与方法

1.1 一般资料

择取2020年2月~2021年3月期间在本院接受治疗的92例抑郁症患者作为此次研究的观察对象,根据患者的就诊单号尾数的奇偶数分为参照组($n=46$)和观察组($n=46$)两个组别。参照组:男性患者26例,女性患者20例,患者的年龄区间最大值为65岁,最小年龄为22岁,患者的平均年龄为(38.74 ± 3.24)岁;观察组:男性患者25例,女性患者21例,患者的年龄区间最大值为65岁,最小年龄为23岁,患者的平均年龄为(38.76 ± 3.21)岁。将两组患者的年龄及性别等基础资料进行组间对比,其差异较小($P>0.05$),可以进行组间对比。

1.2 方法

(1) 参照组

参照组采用临床中常用的护理模式对患者实施护理干预,主要包括对患者的用药进行指导,对患者实施相应的心理干预,并且对患者的日常生活进行指导。

(2) 观察组

观察组则采用个性化音乐康复护理对患者实施干预,内容如下:①根据患者的实际情况以及个人喜好,为患者选择相应的音乐。对于存在情绪低落情况的忧郁症患者,可以选择节奏较为欢快并且具有积极向上意义的音乐;对于因为抑郁症导致睡眠质量较差或者是存在失眠情况的患者,可以选择具有助眠效果的音乐,帮助患者有效的改善睡眠情况;对于情绪较为忧郁的患者,可以选择节奏欢快,但是不能过于激昂或者是过于缓慢拖拉的音乐,择取节奏快慢适中的音乐为宜。②环境护理:在对患者实施音乐康护护理的过程当中,需要对实施护理干预的房间环境进行干预,要保障房间环境的温度及湿度处于良好的状态,且具有良好的光线,同时要采取相应的隔音措施,避免对其他患者造成影响。③在对患者实施个性化音乐康护护理的过程中,可以指导患者在聆听音乐时,尽可能

的让身心保持放松的状态,同时护理人员在一旁用轻柔的话语,引导患者进行冥想,有助于患者改善自身的心理环境,缓解负性情绪。与此同时,对患者的面部表情变化进行观察,详细掌握患者的情绪变化动态。④对患者实施音乐康复护理时,需要对音乐护理的时间以及音乐的播放音量(70分贝左右)进行控制,播放音乐的时间需要控制在单次播放时长为10分钟左右,其音量以及时间的调节可以根据患者的实际情况进行针对性的调整,保障患者的应用个性化音乐康护护理干预的效果,并且让患者通过音乐护理缓解负性情绪,促进改善患者的抑郁状况。⑤在对患者实施音乐护理干预的过程中,需要及时的和患者进行沟通交流,了解及掌握患者经过护理后的实际情况,并于及时对患者的后续干预方案进行调整,促进保障患者的康复效果。

1.3 观察指标

(1)使用社会支持评分量表(SSRS)对两组患者的社会支持评分进行评估,患者的得分越高则表示患者的社会支持较佳;应用抑郁自评量表(SDS)对两组患者的抑郁症情况进行评估,患者的得分越低则表示患者的抑郁症程度越轻。

(2)将两组患者实施干预前后的治疗认知能力评分(治疗态度、治疗知识、治疗环境、治疗行为)进行比较,单个项目的评分总分为30分,患者的得分越高,则表示患者的认知能力越好。

1.4 统计学方法

采用SPSS23.0软件进行处理。 $(\bar{x} \pm s)$ 表示计量资料,百分比(%)表示计数资料。计量资料用t检验,而计数资料用卡方(χ^2)检验。P评定检验结果, $P>0.05$ 提示无统计学差异, $P<0.05$ 提示有统计学差异。

2 结果

2.1 对比两组患者实施干预前后的社会支持评分以及抑郁症评分

两组患者实施干预前的社会支持评分以及抑郁症评分差异不大($P>0.05$),实施干预后,观察组患者的社会支持评分以及抑郁症评分明显要优于参照组,两组之间的差异为($P<0.05$),详细如表2。

2.2 对比两组患者实施干预前后的认知能力评分

两组患者实施干预前的能力评分差异不大($P>0.05$),实施干预后,观察组患者的认知能力评

分明显著高于参照组，两组之间的差异为 ($P < 0.05$)，详细如表 2。

表 1 对比两组患者实施干预前后的社会支持评分以及抑郁症评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	社会支持评分		抑郁症评分	
	干预前	干预后	干预前	干预后
参照组 (n=46)	15.43 ± 6.12	27.43 ± 7.12	32.43 ± 6.42	16.49 ± 5.56
观察组 (n=46)	15.35 ± 6.08	35.46 ± 7.16	33.06 ± 6.54	10.23 ± 4.37
<i>t</i>	0.063	5.394	0.533	6.004
<i>p</i>	0.950	0.000	0.596	0.000

表 2 对比两组患者实施干预前后的认知能力评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	治疗态度		治疗知识		治疗环境		治疗行为	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
参照组 (n=46)	12.68 ± 6.13	18.79 ± 6.78	12.12 ± 7.26	18.97 ± 6.34	12.58 ± 5.87	17.74 ± 6.78	12.47 ± 6.05	18.34 ± 6.72
观察组 (n=46)	12.75 ± 6.34	24.53 ± 4.98	12.35 ± 6.75	25.87 ± 4.12	12.23 ± 5.46	24.56 ± 5.54	12.74 ± 6.31	24.54 ± 5.87
<i>t</i>	0.054	4.268	0.157	6.189	0.296	5.283	0.209	4.713
<i>p</i>	0.957	0.000	0.875	0.000	0.768	0.000	0.835	0.000

3 讨论

抑郁症属于一种患病率较高且临床治愈率较高的精神障碍疾病，抑郁症患者的主要表现特征为持续性的心情低落，部分患者甚至会存在自伤、自杀行为，可能会伴有妄想以及幻觉等精神疾病特征症状，情况严重的可能会出现抑郁症木僵情况，主要表现为面部表情僵硬、对刺激缺乏反应、少言甚至是不言语等情况。抑郁症患者病发时的主要表现症状为情绪低落、兴趣减弱以及缺乏精力等症状，对患者的日常生活以及工作与学习造成严重的影响^[4-5]。对此，抑郁患者需要及时且积极的接受相应的治疗干预措施，防止病情持续进展，促进病情的恢复。临床中对抑郁症患者的治疗，通常采用药物治疗手段进行干预，但是患者的病情容易复发，并且对药物产生依赖性等不良情况。因此需要在抑郁症患者接受治疗的同时，对患者采取相应的护理干预措施，辅助提升患者的临床治疗效果。

个性化音乐康复护理属于一种通过音乐对患者的心理环境进行改善的护理手段，利用患者的听觉，通过轻松欢快的音乐，刺激调节患者的内分泌，从而对中的情绪以及行为起到有效的调节作用，最终患者的情绪低落状态进行改善^[6-7]。音乐康复护理模式属于一种新型的护理模式，在对患者实施治疗辅助护理的同时结合音乐护理干预措施，借由音乐的刺激作用，有

效的改善患者的心理环境；通过借助音乐的感染力，让患者能够有效的感受到音乐传达出的积极向上的意义，让患者能及积极乐观的心态去接受治疗措施，促进患者的病情恢复^[8-9]。由于音乐的类型较为多样化，在对抑郁症患者实施音乐康复护理时，需要根据患者的实际情况以患者的个人喜好，为患者选择合适的音乐类型，保障音乐护理的效果。

此次研究结果中得出，通过对观察组患者实施个性化音乐护理干预后，观察组患者的社会支持评分以及抑郁症评分均要优于参照组，并且观察组患者的治疗认知能力评分要高于参照组，其组间差异为 ($P < 0.05$)，提示对抑郁症患者实施个性化音乐护理干预后，能够有效的通过音乐对患者产生的刺激作用，让患者的负性情绪得到有效的改善。同时能够对患者的抑郁症情况进行改善，促进提高患者的治疗认知能力，让患者能够更好的配合医护人员进行治疗，保障且提高患者的治疗效果，有助于患者的病情恢复。

综上所述，将个性化音乐康复护理应用在抑郁症患者护理中的效果较佳，能够有效的改善患者的抑郁症状，帮助患者保持良好的心理环境，提高患者的治疗认知能力，促进提升患者的日常生活质量，具有较高的应用价值。

参考文献

- [1] 田琴. 抑郁症患者实施心理护理联合音乐辅助治疗的效果分析[J]. 医药前沿, 2020, 10(9):175-176.
- [2] 徐萍, 赵丽晶, 陈莹莹,等. 音乐治疗在抑郁症患者康复中的应用进展[J]. 中国临床保健杂志, 2020, 23(3):316-320.
- [3] 赵小燕, 唐玉梅. 认知行为干预联合音乐疗法在抑郁症患者中的影响研究[J]. 湖北科技学(医学版) 2021,35(5): 433-435.
- [4] 石兴科. 音乐疗法配合舍曲林对抑郁症患者心理状态及生活质量的影响[J]. 心理月刊, 2020, v.15(01):45-46.
- [5] 熊萍, 湛丽萍. 实施心理护理+个性化音乐干预对肠癌患者化疗后睡眠质量的影响[J]. 中国现代医生 202159(30): 176-179.
- [6] 何凤翔. 音乐疗法对产后抑郁症患者睡眠障碍的临床观察[J]. 世界睡眠医学杂志, 2021, 8(9):1578-1579.
- [7] 赵欣. 抑郁症患者中个性化音乐康复护理效果及生活质量分析[J]. 系统医学, 2021, 6(13):188-191.
- [8] 张玉青. 互动式音乐治疗在中青年抑郁症伴睡眠障碍患者中的应用研究[J]. 世界睡眠医学杂志 2021,8(1):11-13.
- [9] 张雯文. 个性化音乐干预对抑郁症患者的临床康复效果分析[J]. 中国实用医药, 2021, 16(29):189-192.

收稿日期: 2022年5月8日

出刊日期: 2022年11月8日

引用本文: 张欢, 个性化音乐康复护理在抑郁症患者的价值[J]. 当代护理, 2022, 3(9) :107-110.

DOI: 10.12208/j.cn.20220413

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