

共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活功能的改善作用研究

张亚莉, 曹 静

宁夏民政厅民康医院 宁夏银川

【摘要】目的 观察在对抑郁症患者护理过程中开展共情护理对患者抑郁情绪以及生活功能的影响。**方法** 在 2023 年 4 月至 2024 年 4 月本院抑郁症患者中选择 86 例为对象, 随机划分对照组 (43 例, 治疗期间开展常规护理) 和观察组 (43 例, 开展共情护理)。对比患者抑郁情绪以及生活功能。**结果** 观察组护理后负面情绪评分低于对照组, $P < 0.05$ 。生活功能评估, 观察组高于对照组, $P < 0.05$ 。**结论** 在对抑郁症患者护理时开展共情护理, 可以改善患者抑郁情绪, 提升患者生活质量, 有助于患者恢复。

【关键词】 共情护理; 抑郁症; 抑郁情绪; 生活功能

【收稿日期】 2024 年 5 月 20 日 **【出刊日期】** 2024 年 6 月 15 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijnr.20240135

A study on the improvement effect of empathetic nursing on depression and life function in patients with depression

Yali Zhang, Jing Cao

Ningxia Civil Affairs Department Minkang Hospital, Yinchuan, Ningxia

【Abstract】 Objective To observe the impact of empathetic care on the depressive mood and life function of patients with depression during the nursing process. **Method** 86 patients with depression in our hospital from April 2023 to April 2024 were selected as the subjects and randomly divided into a control group (43 cases, receiving routine care during treatment) and an observation group (43 cases, receiving empathy care). Compare the patient's depressive mood and life function. **Result** The negative emotion score of the observation group after nursing was lower than that of the control group, $P < 0.05$. In terms of life function evaluation, the observation group was higher than that of the control group, $P < 0.05$. **Conclusion** Empathetic nursing in the care of patients with depression can improve their depressive mood, enhance their quality of life, and help them recover.

【Keywords】 Empathetic care; Depression; Depressive emotions; Life functions

抑郁症为当前临床最常见精神类疾病, 患者容易出现焦虑、紧张等情绪, 会直接影响到日常生活, 降低患者生活质量。抑郁症致病机制较为复杂, 从当前临床接诊可以发现, 在多方面因素作用下, 抑郁症在临床发生率存在有明显增加趋势^[1-2]。在该部分患者治疗过程中需采取更加有效护理措施帮助患者抑郁情绪进行改善并提升患者生活质量。共情护理为当前临床对精神类疾病患者护理的常用措施, 可以起到对患者心理状态改善的作用。本次研究主要对共情护理在抑郁症患者护理中作用进行探究。

1 资料与方法

1.1 一般资料

在 2023 年 4 月至 2024 年 4 月本院抑郁症患者中选择 86 例为对象, 随机划分对照组 (43 例, 治疗期间开展常规护理) 和观察组 (43 例, 开展共情护理)。在患者组成方面, 对照组中男性 22 例, 女性 21 例, 年龄在 32—67 岁间, 均值为 (48.84 ± 1.28)。观察组中男性 23 例, 女性 20 例, 年龄在 31—68 岁间, 均值为 (49.72 ± 1.53)。针对两组基本资料对比, $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组在治疗期间护理人员为其提供常规护理支持, 积极疏导患者情绪, 鼓励患者倾诉内心压力, 帮助患者可以保持积极、乐观的心态。并结合患者日常生活习惯等开展日常饮食、用药等方面指导, 协助患者保持

科学生活方式。在对观察组护理时则开展共情护理。(1) 心理评估。患者在入院后, 护理人员需立即对患者各方面情况进行评估, 了解导致患者存在抑郁症状的原因以及患者是否存在有过激行为等, 准确掌握患者心理状态。(2) 共情护理。护理人员在和患者交流过程中, 需要对患者动作、表情以及语言特点等进行掌握, 针对患者抑郁症状进一步评估。并转换角色, 想象自己成为患者, 从患者角度思考问题, 给与患者心理上的认同感和情绪感知, 并及时对患者表达理解和认可, 确保可以在短时间内和患者建立良好护患关系。增加患者对护理人员信任感。(3) 心理疏导。因患者存在有较为严重抑郁心理, 护理人员需准确评估患者情绪变化情况, 给与患者针对性疏导, 评估患者行为表现以及感知力, 按照患者喜欢的方式对患者注意力进行转移。并鼓励患者通过阅读、听音乐等方式促使自己进行放松, 以更加积极、乐观的心态面对病症。(4) 认知培训。抑郁症患者自我认同感较低, 护理人员需逐步引导患者正确认识自己病症, 通过面对面宣贯或者指导患者观看对应视频资料等方式, 提升患者对自身帮助的认知水平, 给与患者鼓励和支持, 增加患者自我认同感。对于患者做出的改变, 护理人员需给与患者肯定和支持, 增加患者认同感。(5) 户外活动。在患者恢复过程中, 护理人员可指导患者积极参与户外活动, 鼓励患者结合自身日常爱好, 接触一些自己喜欢的事物, 感受日常

生活的乐趣, 促使患者可以保持积极心态面对病症, 达到对抑郁情绪进行缓解的目的。

1.3 观察指标

(1) 心理状态评估。两组患者在治疗期间心理状态需借助 BAI 以及 BDI 评分量表进行分析。BAI 量表中共计 21 个条目, 单个条目评分 4 分, 得分越高则表明焦虑症状越严重。BDI 量表中共计 13 个条目, 单个条目评分 4 分, 得分越高则表明抑郁症状越严重。(2) 生活质量评估。运用生存质量测定量表 (WHOQOL-BREF) 针对两组病例在治疗过程中生活质量开展评估, 从心理、社会关系、环境因子、生理四个维度开展评估, 包括 26 个问题, 单个问题评分范围在 0~5 分, 总评分在 26~130 分间, 得分和患者生活质量保持正相关。

1.4 统计学方法

以 SPSS21.0 处理研究中各方面数据, 百分数对计数数据表示, 卡方检验, 计量数据则按照均值±标准差表示, *t* 检验, $P < 0.05$ 差异具备统计学意义。

2.1 两组心理状态对比

对比患儿负面情绪评分, 护理前 BAI 以及 BDI 评分无差异, 护理后观察组评分低于对照组, ($P < 0.05$), 详见下表 1。

2.2 两组生活质量对比

生活质量, 观察组护理后 WHOQOL-BREF 评分高于对照组, $P < 0.05$, 详见下表 2。

表 1 两组患者 BAI 评分以及 BDI 评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	BAI 评分		BDI 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	43	62.58±3.25	35.15±2.86	42.25±1.35	16.68±1.25
对照组	43	62.42±3.34	47.05±2.91	42.34±1.46	29.25±1.34
<i>t</i>	-	1.578	13.145	1.785	13.052
<i>P</i>	-	0.225	0.001	0.236	0.001

表 2 两组恢复期间生活质量对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	生理		环境因子		社会关系		心理	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	43	18.57±1.25	26.98±1.25	18.43±2.25	25.86±1.32	8.62±2.12	14.71±1.25	16.75±1.25	22.68±1.22
对照组	43	18.62±1.32	21.24±1.35	18.51±2.15	21.05±2.05	8.51±2.25	11.15±1.12	16.68±1.15	19.05±1.26
<i>t</i>	-	1.585	11.052	1.558	12.452	1.458	11.425	1.857	11.257
<i>P</i>	-	0.715	0.001	0.645	0.001	0.425	0.001	0.615	0.001

3 讨论

抑郁症为当前临床以及社会最关注的精神类疾病, 病患者与患者个性特征、应对方式以及生活习惯等均存在有联系。结合临床诊断可知, 该部分患者多存在有植物神经功能紊乱的特点, 存在有焦虑、抑郁等情绪, 部分患者甚至存在有自闭、自我怀疑等心态, 甚至出现自残、自杀等行为, 针对患者健康以及日常生活所造成的负面影响较大^[3-4]。使用抗抑郁类药物进行治疗为当前临床对抑郁症患者主要治疗措施, 但该部分患者病症周期长, 恢复较为缓慢, 单使用抗抑郁类药物治疗对患者精神状态以及生活功能的改善效果不佳。

共情护理建立在常规心理护理的基础上, 在心理疾病患者护理过程中保持有较高的使用率, 同样可用于对抑郁症患者护理的过程中。护理人员在开展日常护理操作的过程中, 转变角色从患者层面体会患者情绪变化, 可以更加准确了解患者心理状态^[5-6]。并给与学生认同和鼓励, 可以促使患者感受到护理人员对其的关系和鼓励, 逐步达到对负面情绪进行改善的目的^[7-8]。同时, 在共情护理的作用下可以逐步帮助患者对自身病症特点进行正确的认知, 纠正患者认知误区, 鼓励患者积极开展户外活动, 可以起到帮助患者逐步感受日常生活的美好, 同样可以起到对患者负面情绪进行改善的目的, 降低抑郁情绪对自身健康以及日常生活的影响^[9-10]。在本次研究中, 观察组在治疗期间则接受共情护理, 结合观察可见在该护理模式的作用下, 可以改善患者心理状态, 降低负面情绪评分, 并提升患者在恢复期间生活质量, 达到改善生活功能的目的, 降低抑郁症状对患者日常生活的影响, 有助于患者逐步回归正常生活。

综合本次研究, 临床在对抑郁症患者进行护理的过程中可以及时开展共情护理, 改善患者情绪状态并提升患者生活功能, 起到帮助患者恢复的目的, 降低抑郁症状对患者造成的负面影响。

参考文献

- [1] 八文瑶,保砚,范斌,等. 共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活质量的影响分析 [J]. 心理月刊, 2023, 18 (15): 126-128+154.
- [2] 董晓芳,于东玲,宋玉芬. 共情护理联合文拉法辛缓释片治疗抑郁症的效果评价 [J]. 心理月刊, 2023, 18 (07): 105-107.
- [3] 许素英,冉熠,牟建珍. 共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活质量的作用分析 [J]. 心理月刊, 2022, 17 (23): 169-171.
- [4] 赵萍,李佳,刘楠,等. 正念疗法联合共情护理应用于抑郁症患者的效果分析 [J]. 心理月刊, 2022, 17 (23): 179-181.
- [5] 崔妍,许美琴,徐璐. 共情护理对抑郁症患者不良情绪及生活质量的影响 [J]. 心理月刊, 2022, 17 (11): 26-28.
- [6] 谭锦青. 共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活功能的影响 [J]. 慢性病学杂志, 2021, 22 (11): 1676-1678.
- [7] 何炳芳,黎清俏,陈婵媛. 共情护理对女性抑郁症脑电生物反馈治疗患者治疗依从性及生活功能的影响 [J]. 临床医学工程, 2021, 28 (03): 363-364.
- [8] 刘丹,梁雪蕾. 共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活功能的改善作用 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2020, 8 (34): 177.
- [9] 沈新宏,刘静. 共情护理对抑郁症患者抑郁情绪的效果观察 [J]. 心理月刊, 2020, 15 (19): 160-161.
- [10] 庞胜芝. 共情护理模式对抑郁症患者的影响性探讨 [J]. 中外医疗, 2020, 39 (20): 172-174.

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