

## 心理护理结合认知行为护理应用于老年慢性病患者中的价值研究

曲彬<sup>1</sup>, 余涵轩<sup>1</sup>, 肖紫玲<sup>2</sup>, 王斌<sup>3</sup>

<sup>1</sup>齐齐哈尔工程学院 黑龙江齐齐哈尔

<sup>2</sup>赣南医科大学 江西赣州

<sup>3</sup>牡丹江中心医院 黑龙江牡丹江

**【摘要】目的** 研究分析心理护理结合认知行为护理应用于老年慢性病患者中的价值。**方法** 选择我院 2021 年 3 月至 2023 年 10 月期间收治的 60 例老年慢性病患者, 随机数字表法分为研究组、对照组, 各 30 例。两组患者均接受慢性病常规护理, 研究组同时实施心理护理结合认知行为护理, 持续干预 6 个月, 就两组患者慢性病控制效果、心理状况、生活质量等进行评定对比。**结果** 护理 6 个月后, 研究组患者病情控制总有效率高于对照组, SAS、SDS 评分低于对照组, WHOQOL-BREF 各领域评分高于对照组, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。**结论** 对老年慢性病患者开展心理护理结合认知行为护理干预, 可以提升患者慢性病控制效果, 同时改善焦虑、抑郁等负性心理, 提升生活质量。

**【关键词】** 老年慢性病; 心理护理; 认知行为护理; 生活质量; 心理状况

**【收稿日期】** 2024 年 5 月 8 日 **【出刊日期】** 2024 年 6 月 15 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijnr.20240133

### Study on the value of psychological nursing combined with cognitive behavioral nursing in elderly patients with chronic diseases

Bin Qu<sup>1</sup>, Hanxuan Yu<sup>1</sup>, Ziling Xiao<sup>2</sup>, Bin Wang<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Qiqihar Institute of Technology, Qiqihar, Heilongjiang

<sup>2</sup>Gannan Medical University, Ganzhou, Jiangxi

<sup>3</sup>Mudanjiang Central Hospital, Mudanjiang, Heilongjiang

**【Abstract】 Objective** To study and analyze the value of psychological nursing combined with cognitive behavioral nursing in elderly patients with chronic diseases. **Methods** 60 patients with chronic diseases in our hospital from March 2021 to October 2023 were selected and divided into study group and control group with 30 cases in each group by random number table method. Patients in both groups received routine care for chronic diseases. The research group simultaneously implemented psychological nursing combined with cognitive behavioral nursing and continued intervention for 6 months, and evaluated and compared the chronic disease control effect, psychological status and quality of life of patients in the two groups. **Results** After 6 months of nursing, the total effective rate of disease control in the study group was higher than that in the control group, the scores of SAS and SDS were lower than those in the control group, and the scores of WHOQOL-BREF in various fields were higher than those in the control group, with statistical significance ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Psychological nursing combined with cognitive behavioral nursing intervention for elderly patients with chronic diseases can improve the control effect of chronic diseases, improve the negative psychology such as anxiety and depression, and improve the quality of life.

**【Keywords】** Chronic diseases of the elderly; Psychological nursing; Cognitive behavioral nursing; Quality of life; Psychological status

慢性病是进入本世纪以来最为常见的病变类型, 以慢性代谢性疾病、慢性呼吸系统疾病、慢性心血管疾

病等为主, 疾病谱转变背景下, 慢性病在老年人群中日趋常见, 已成为影响影响老年人群健康状况、生命质量

的主要健康问题<sup>[1-2]</sup>。慢性病的主要特点包括病情呈缓慢发展、难以治愈等,病情控制不佳者继发各类并发症的风险较高,这也是慢性病具有较高致残率、致死率的主要原因<sup>[3-4]</sup>。老年慢性病患者病情控制效果与日常行为习惯、心理状况等密切相关<sup>[5]</sup>,为此我院近年来对部分患者实施了心理护理结合认知行为护理干预,旨在通过纠正患者行为习惯、改善心理压力等,协同促进病情的控制。本研究结合部分老年慢性病患者资料,就心理护理结合认知行为护理的应用价值进行分析。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料:

选择我院 2021 年 3 月至 2023 年 10 月期间收治的 60 例老年慢性病患者,纳入标准:符合慢性病诊断标准,且年龄在 60 岁以上者;于我院接受系统化治疗且病例资料完整者;未合并慢性病并发症;精神状况、认知水平正常者。排除标准:合并心脑血管病变史如心肌梗死、脑卒中等;治疗配合度较差;合并其他脏器损害者;恶性病变者;运动、言语、吞咽等功能障碍者;合并严重营养损害或贫血者。随机数字表法分为研究组、对照组,各 30 例,研究组男女各 18 例、12 例,年龄 63~79 (68.61±4.39) 岁,慢性病病程 6~15 (11.16±3.95) 年,对照组男女各 16 例、14 例,年龄 62~80 (67.90±4.51) 岁,慢性病病程 6~14 (11.51±4.22) 年,组间资料比较无统计学意义 ( $P>0.05$ )。

### 1.2 方法

两组患者均接受慢性病常规护理,主要包括遵医嘱用药指导、疾病宣教、定期复诊指导等,同时结合患者病情交代日常饮食、活动等方面的注意事项。研究组同时实施心理护理结合认知行为护理,持续干预 6 个月,具体如下:

(1)心理护理:在定期复诊中,通过一对一沟通,了解患者情绪状况、心理压力来源等。结合患者实际心理状况开展心理护理,对自身病情存在担忧、恐惧情绪者,通过分享相似的预后良好病例情况、邀请相关病例现身说法等方式,增强患者对治疗及预后的信心。存在烦躁不安情绪者,指导患者进行缩唇呼吸、深呼吸训练。存在焦虑、失眠等情况者,加强言语疏导,同时指导患

者参与适量户外活动或文娱活动,放松心情。同时联合患者家属,嘱家属日常多陪伴患者,主动关怀患者,让患者感受到家属的支持。

(2)认知行为护理:结合患者文化背景、认知水平,选择简单易懂的语言围绕慢性病及日常生活行为注意事项等进行健康教育,配合播放相应的科普视频,加深患者对自身病情的了解。结合患者病情、既往行为习惯等,指出患者存在的不良行为,如吸烟、作息不规律、运动量不足、用药依从性不高、饮食不规范等。结合患者具体情况,实施一对一指导,向患者讲解不健康行为的危害,同时在定期复诊、线上随访中,引导患者逐步调整不良行为习惯,按需为患者制定饮食方案、运动方案及生活作息计划等。

### 1.3 观察指标

1.3.1 慢性病控制效果评定:护理前、护理 6 个月后,进行每位老年慢性病患者相关检查指标与症状体征的评估,慢性病相关指标改善 20% 及以上,症状体征基本消失为显效,检查指标改善 1~<20%,症状体征明显好转为有效,否则为无效。

1.3.2 心理状况评定:护理前、护理 6 个月后采用焦虑自评量表 (SAS)、抑郁自评量表 (SDS) 评定患者焦虑、抑郁等心理状况,SAS>50 分,SDS>53 分提示存在相应负性心理,分值越高越严重。

1.3.3 生活质量评定:护理 6 个月后采用世界卫生组织生存质量测定量表简表 (WHOQOL-BREF) 评定患者生活质量,包含生理、心理、社会关系、环境等领域,各领域分值均为 0~100 分,评分越高生活质量越高。

### 1.4 统计学方法:

采用 SPSS23.0 统计学软件处理,计量资料用 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示,比较采用 t 检验,计数资料用百分比表示,比较采用  $\chi^2$  检验, $P<0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

2.1 两组老年慢性病患者控制效果对比:见表 1。

2.2 两组患者护理前后心理状况对比:见表 2。

2.3 两组患者护理后生活质量对比:见表 3。

表 1 两组老年慢性病患者控制效果对比 (例%)

组别	显效	有效	无效	总有效率
研究组/30	15 (50.00)	13 (43.33)	2 (6.67)	28 (93.33)
对照组/30	10 (33.33)	12 (40.00)	8 (26.67)	22 (73.33)
$\chi^2$				4.320
P				0.038

表 2 两组患者护理前后心理状况对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	SAS (分)		SDS (分)	
	护理前	护理后	护理前	护理后
研究组/30	58.42±4.42	43.29±3.98*	57.49±4.20	42.12±4.03*
对照组/30	57.90±4.30	48.49±4.51*	57.71±4.54	47.95±3.84*
t	0.462	4.735	0.195	5.736
P	0.646	<0.001	0.846	<0.001

注: 与护理前相比, \*P&lt;0.05

表 3 两组患者护理后生活质量对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	生理领域	心理领域	社会关系领域	环境领域
研究组/30	81.84±5.49	83.51±3.41	84.82±3.42	82.94±4.39
对照组/30	73.40±4.94	74.80±4.64	77.12±4.23	72.34±5.42
t	6.259	8.285	7.753	8.324
P	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001

### 3 讨论

慢性病的高发背景下, 医学领域对本病的重视度逐步提高, 以糖尿病、高血压、慢性阻塞性肺疾病等为首的各类慢性病已成为威胁中老年人群健康及生命安全的主要问题<sup>[6-7]</sup>, 以老年群体为甚, 而慢性病的控制效果极大程度受到个体化差异的影响, 通过有效的护理干预措施缩小个体化差异是护理研究的主要议题。本研究分析了心理护理结合认知行为护理应用于老年慢性病患者中的价值, 结果显示护理 6 个月后, 研究组患者病情控制总有效率高于对照组, SAS、SDS 评分低于对照组, WHOQOL-BREF 各领域评分高于对照组, 差异有统计学意义 ( $P<0.05$ )。这一结果表明该护理模式有利于提升病情控制效果, 改善患者心理状况与生活质量。老年慢性病患者受自身病情影响, 身心负荷较大<sup>[8]</sup>, 多元化的心理护理能够有效缓解患者心理压力, 调整心理状态, 从而以更为积极的状态面对自身病情。认知行为护理的目的是提升患者认知水平, 改善行为习惯, 通过一对一的护理指导, 可以逐步提升患者对自身病情的认识, 了解自身存在的不良行为及危害<sup>[9]</sup>, 进而实施行为管理, 可以保障患者依从性, 提升患者饮食、活动等方面行为的合理性。

综上所述, 心理护理结合认知行为护理应用于老年慢性病患者中在提升慢性病控制效果、改善患者负性心理、提升生活质量方面的价值突出。

### 参考文献

- [1] 黄栩淳,何芾,周天翔.团体认知行为治疗理念下心理干预对老年慢病患者的影响研究[J].心理月刊,2024,19(08):139-141+211
- [2] 何建康,王莎莎,路雪,等.信息-动机-行为技巧模型联合移动医疗在农村老年慢性病患者主要照顾者中的应用效果[J].广西医学,2023,45(08):987-992.
- [3] 王佳丽,朱红霞,赵丹,等.老年慢性病患者治疗负担及其影响因素的护理进展[J].护理与康复,2024,23(01):87-89.
- [4] 马宇霞,王砚丽,梅宁卓,等.基于 Z-R 模型的老年慢性病患者居家护理服务内容指标体系的构建[J].护理管理杂志,2023,23(12):978-981.
- [5] 许家萍,张明慧,王红蕊,等.“互联网+”居家照护模式在老年慢性病患者居家护理中的应用[J].护理实践与研究,2023,20(20):3001-3007.
- [6] 蒋新丽.基于“互联网+”的延续康复护理平台在老年慢性病患者中的应用效果观察[J].中国社区医师,2023,39(25):89-91.
- [7] 李敏,屈卓军.基于跨理论模型的家庭访视护理对老年慢性病患者自我效能及生活质量的影响[J].临床医学研究与实践,2023,8(25):158-161.
- [8] 孙梦杰,刘腊梅,王佳南,等.老年慢性病患者医院-家庭过渡

期真实经历与护理体验质性研究的 Meta 整合[J].中国全科医学,2023,26(28):3565-3572.

- [9] 高洁,李玉芝,赵伟霞,等.中期照护对老年慢性心力衰竭患者自理能力及生命质量的改善价值探讨——评《常见老年慢性病的防治及护理》[J].世界中医药,2023,18(10):1494.

**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**