



浅谈心理护理在老年病人中的运用

马欢 董文菊 温小东 (川北医学院附属医院 四川南充 637000)

摘要:现代医学观点认为,人体进入老年后通常会因生理功能发生功能性衰减而导致老年病多发,并造成不同程度的心理问题。现代医疗护理观念下,针对老年病患者的心理问题实施有效心理护理,能够缓解和疏导患者心理压力及不良情绪,对于促进老年病患者的疾病康复效果,优化其生活质量发挥着重要功能。探究科学的老年病患者心理护理策略,是保障老年病患者身心健康的重要措施^[1]。在此结合老年病患者的心理护理实践简要阐述一下自己的体会和认识。

关键词:老年护理 心理护理 服务质量

中图分类号: R47 **文献标识码:** A **文章编号:** 1009-5187 (2018) 02-339-02

1 心理护理的内涵特征

心理护理是在医疗护理过程中运用心理学理论,通过加强交流和行为影响等各种护理方式途径,针对患者进行心理疏导和缓解精神压力,使患者达到最佳身心状态的护理行为[2]。心理护理强调护理实践的全程服务,通过护理人员温和可亲的言谈举止及娴熟的技术操作建构良好的护患关系,采用专业性暗示、引导、解释等语言行为,加强对患者的心理疏导、调控或心理健康教育。不同的疾病患者,其心理护理的实施形式不同,针对患者在疾病过程中表现的个性化不良心理问题,需采取因人而异的对策解除患者心理负担;针对手术患者、精神患者等心理共性问题和问题应进行预防性干预,增强患者身心康复效果。

2 老年性疾病给老年病患者造成的心理影响

人体活动是通过身体各种组织结构共同协调完成的,其生理功能的正常发挥需依靠人体疾病防御性能来保障。人体进入老年阶段后其身体器官组织逐渐发生老化,生理适应性和疾病抵抗力相对衰退,造成老年性疾病发病概率增高。

2.1 常见性老年病通俗的说,老年病是指老年人易患的相关疾病,它是在老年人身体脏器老化过程中,发生功能性衰变和障碍所导致的相关疾病,诸如老年性痴呆、老年性白内障、老年性耳聋、脑动脉硬化以及由此引起的脑血管疾病,这类与机体衰老退化和性变相关的疾病随年龄增加而增多;有些在中老年期均可发生的诸如高血压、糖尿病、高血脂、关节炎、脑出血、骨质疏松症、慢性支气管炎、肺气肿、前列腺肥大、颈椎病、心肌梗死等等常见性疾病,通常与老年人的病理性变化、长期过度劳损导致体质下降有关;由于机体免疫力下降,像各个年龄阶段均可发生的肺炎、胃肠炎、肾炎、消化性溃疡等疾病在老年期内发生后往往会形成不同的病状后果,引起并发症或癌变。调查发现,我国老年人易患的老年病多为癌症、肿瘤、高血压、冠心病、慢性支气管炎、胆囊病、骨质疏松、糖尿病等,其中脑出血、急性心肌梗死等病症往往会造成老年患者突发死亡。很多老年病患者通常会同时患有多种疾病,病史长病情复杂、治疗效果非常慢。

2.2 老年病给患者造成的心理问题临床护理中发现,很多老年病患者由于疾病特别是长期迁延难以治愈的慢性病常导致患者在饱受生理疼痛折磨外,还存在很大的精神压力和心理问题:(1)自责忧郁心理:有些心脑血管器功能下降长期患病久治不愈的老年病患者常因家庭负担及经济压力等诸多因素,容易产生自责自备的负罪心理反应,偏执的认为自己成为家庭和亲人的生活累赘,精神恍惚、意志消沉、暗自神伤、忧郁自责的低落情绪严重,对疾病康复治疗失去信心,缺乏生活热情,甚至产生悲观厌世的不良心理,不愿接受治疗和护理(2)恐惧焦虑心理:由于老年人生理功能衰减,很多脑出血、心肌梗死等急性老年病往往会造成患者突发性死亡,给很多老年病患者造成求生本能的巨大恐惧心理压力,特别是对于手术期间的老年病患者,由于病程较长,加上患病后的病痛折磨、饮食睡眠等生活规律被打乱,导致患者精神心理上产生严重的紧张焦虑情绪,烦躁不安、对手术深感恐惧。(3)敏感猜忌心理:很多老年患者资历较深,性格倔强固执,

具有较高的价值成就感,习惯了周围人员的恭维顺从,在患病时产生严重的心理落差和矛盾,自尊心愈加敏感和强烈,对于护理容易形成较强的对立情绪。有些生性敏感多疑的患者对于自己的病情症状常常过于猜忌推测,甚至无故怀疑医护人员及家人刻意隐瞒病情,心理负担加重,影响了病情治疗效果。(4)孤独压抑心理:很多性格孤僻、情感脆弱的老年病患者,由于缺乏言语交流和心理沟通,长时间自我压抑,自我调节能力弱,性格变得沉默寡言,情绪低落。有些性格比较暴躁的老年病患者,在治疗过程中心理失落感强,容易产生激动情绪、逆反挑剔心理严重,性格容易发生改变,自我控制力和顺从性较差,偏执易怒,导致心理失衡,行为异常。(5)消极依赖心理:很多老年人在患病后由于生活自理能力降低或丧失通常需要别人进行协助和照顾,逐渐养成了过度依赖的惰性心理,对于外界事物的兴趣感表现淡漠,心理懒散消极,对于自己力所能及的独立生活信心丧失,还有些老年患者由于心理自私狭隘,安于享受别人照顾,往往在病情好转或痊愈时仍然小病大养,不愿独立自理,依赖心理过于严重化。

3 加强老年病患者心理护理的措施体会

根据老年病患者的心理问题来看,加强老年病患者的心理护理尤为重要。结合以往长期的护理实践,现将老年病患者心理护理的策略总结如下。

3.1 强化服务理念,建立良好护患关系由于老年病患者生理性反应和心理问题的落差性,医护人员在心理护理过程中应该树立以人为本的职业道德观念,保持积极的工作热情,强化服务意识。充分尊重老年病患者的人格尊严,正确对待和处理患者出现的固执、冷漠、挑剔、暴躁甚至无端谩骂和侮辱医护人员等不良心理状态下的过激行为,运用心理学理论和娴熟的护理操作技巧,及时了解患者生活习惯、心理个性特点,帮助老年病患者正确面对疾病,增强治疗康复的信心,建立和谐的护患关系医学教育'网搜集整理。

3.2 加强心理疏导,缓解患者精神压力人体在患病后因生理功能紊乱导致情绪不稳定、行为控制力降低倾向,患者容易出现消极反应,对于性格孤傲、敏感偏激、自尊心强、猜忌易怒的老年病患者,特别是病情严重需要手术的患者,医护人员应结合患者不同的病情反应,在充分尊重患者尊严的基础上,采取鼓励赞扬、娱乐谈心、读书看报、听音乐等丰富多样,灵活机动的有效策略加强心理沟通,帮助患者排忧解难,转移思想压力,激发老年人的积极、乐观、热情、好奇的生活心态。

3.3 优化护理环境,进行心理健康引导良好的护理环境对于帮助老年病患者舒缓心理压力有着较好的效果,护理过程中应注重改善和优化患者的生活环境,在加强生活环境清洁卫生的前提下,尽量为患者创造清静幽雅、温馨舒适的休息环境,减少不良环境的刺激,保障患者心情舒畅。针对心理抑郁悲观压抑的老年病患者,医护人员应主动与患者进行交流和沟通,向患者提供必要的心理健康引导和教育,鼓励患者树立良好的人生观,保持热爱生活的健康心态,增强患者信任依赖感,消除忧虑恐惧心理。

(下转第342页)



的医护措施探索,促胃肠功能早期恢复,是临床研究的重点。

多项报道显示,针对临床结直肠癌手术病例,在术后采取咀嚼口香糖的方式行促进胃肠功能恢复干预,成效较为显著,且此种方法易于操作,患者有更高的依从率,故作用十分突出。口香糖精选甘油树脂或天然树脂作基础胶体,加食品添加剂、糖浆、甜味剂、香草等材料调和制成。依据假饲理论,即经口摄入的食物在未及胃部时,已诱导胃液开始分泌,通过对口香糖咀嚼,可发挥刺激口腔的作用,经系列的神经体液反射,对胃肠蠕动加以促进,明显加快了胃肠功能的恢复速度。机体参与胃肠功能调节的因素较为多元,如内分泌因素、神经因素等,有研究显示,通过咀嚼口香糖,可在一定程度上增中胰多肽、胃泌素、神经加素、胆囊收缩素等的分泌量,使肝脏、唾液中消化酶的分泌量显著增多,还可发挥增加迷走神经传入冲动的价值,使交感神经的抑制作用明显受到抑制,在上述神经-内分泌因素刺激下,胃肠蠕动明显增加,进而加快了胃肠恢复进程。结合本次研究结果示,观察组术后胃肠功能恢复时间、并发症率、胃泌素水平情况均优于对照组,具统计学差异($P<0.05$)。表明采取咀嚼口香糖的方式促胃肠功能恢复,仅是口腔的一种咀嚼运动,无食物入胃肠,未使胃肠负担加重,也降低了其它并发症发生几率。同时,口香糖可对口腔起到清洁成效,防范细菌繁殖,避免口腔异味,利于患者康复。

为进一步保障咀嚼口香糖促胃肠功能恢复成效,临床在应用此方案时,需注意事项包括:具机械性肠梗阻的患者不宜采用;肛肠恢复排气,提示肠道功能已恢复,需依据少量多餐原则进食,注意摄入的食物宜以易消化、富含营养为主,渐向正常饮食过渡;加强监护,避

免出现口香糖误吸事件;若患者肠道功能恢复不佳,需及时检查,有无水电解质紊乱,依据需要,可行静脉补钾干预,以降低低钾血症风险;已恢复排气、排便再度发生腹部胀痛者,咀嚼口香糖方案应立即停用,观察是否发生机械性肠梗阻,妥善予以处理。

综上,针对结直肠癌病例术后采取咀嚼口香糖的方式护理,可促胃肠功能尽快恢复,保障临床安全。

参考文献

- [1] 许婷, 对莉, 彭胤琼, 钟莉慧. 咀嚼口香糖对根治性膀胱全切+回肠膀胱术后患者胃肠功能恢复的影响[J]. 现代肿瘤医学, 2017, 25(20): 3265-3267.
- [2] 张素娟, 丁萍, 崔家云, 等. 术后早期咀嚼运动对消化道肿瘤患者胃肠功能恢复的影响[J]. 护理实践与研究, 2015, 12(1): 43-44.
- [3] 刘天凯, 孙众, 王琦. 咀嚼口香糖对促进腹部手术后胃肠功能恢复的应用研究现状[J]. 护理学报, 2014, 21(20): 27-29.
- [4] 李昆, 韩晓东, 张频. 嚼口香糖对腹腔镜胃旁路术后胃肠动力恢复的疗效观察[J]. 腹腔镜外科杂志, 2015, 1(20): 10-12.
- [5] 卢强, 吴万瑞, 杨罗艳, 等. 咀嚼口香糖对根治性膀胱切除并尿流改道患者术后肠蠕动的影响[J]. 中国现代医学杂志, 2014, 4-2(10): 1255-1257.
- [6] 耿长辉, 李鑫磊, 张靖岩, 等. 快速康复外科技术在老年结直肠癌患者围手术期应用效果的临床研究[J]. 中华结直肠疾病电子杂志, 2014, 3(3): 189-190.

(上接第 339 页)

3.4 创新服务形式,注重全程适时护理医护人员良好的护理服务是提高老年病患者心理护理效果的重要因素。医护人员应在护理过程中充分尊重患者不同的个人性格及生活习惯,创新护理服务措施和形式,及时准确的掌握和揣测患者的心理变化情况,合理把握交往分寸和技巧,在生活上给予热情关怀和细致照顾,以热情友善、温和亲切的言语态度及激励行为,适当满足患者的护理需求,对于身患绝症的老人更应尽心尽责的照顾和护理,开导、感染和改善患者的不良心态和行为。

3.5 加强康复指导,促进患者身心健康医护人员要根据不同老年病患者的病情,采用耐心讲解、个人交流、电视讲座等多种形式,指导和帮助患者及其家属明确相关病情的治疗康复与饮食保健知识,做

好患者的安全用药护理,督促患者遵照医嘱按时用药,加强病情巡视和实时服务,针对病情较轻的老年患者,要动员其适当户外活动和散心,鼓励老年人酌情进行适合性体育锻炼,合理安排休息睡眠时间,适当调节生活情趣,以积极向上的心态消除不良情绪的干扰,提高生活质量。

4 小结

总之,人体进入老年后发病机率通常较高,很多老年病患者对待疾病的心态存在多种不良心理反应和障碍,加强老年病患者心理护理对其身心康复效果明显,医护人员的护理态度、语言行为、护理环境、护理方式等因素,影响着患者的心理康复状态和效果。

参考文献

- [1] 张丽萍. 老年患者的心理护理体会. 中国继续医学教育, 2017
- [2] 朱琛. 老年患者心理护理体会. > 第七届海峡护理论坛, 2016.10

(上接第 340 页)

价值,有助于患者满意度的提高和并发症的减少,新生儿 Apgar 评分相对较高,值得进行大力推广。

参考文献

- [1] 张立. 重度子痫前期孕产妇护理中优质护理的效果研究[J].

中国医药科学, 2017, 07(20):120-123.

- [2] 李惠贤, 袁芳, 吴静芝. 观察优质护理在重度子痫前期孕产妇护理中应用的效果[J]. 中国医药科学, 2016, 6(24):119-121.
- [3] 夏长秀. 对 10 例重度子痫前期孕产妇进行优质护理的效果分析[J]. 当代医药论丛, 2015, 13(24):119-120.

(上接第 343 页)

2 使用效果

(1)患者仰卧于检查床上,被检测下肢长轴与检查床长轴平行,将辅助装置置于被检测膝关节下方,旋转 X 线球管呈射线水平摄影,移动球管到被检测膝关节的足侧,球管中心线向头侧倾斜角度为 $13^{\circ} \pm 5^{\circ}$ [1],并对准髌股关节间隙中点,嘱患者手握移动平板探测器置于被检测大腿上,调整探测器与球管中心线垂直。使用西门子 YSIO 型 x 光机,摄影条件:SID(115 $\pm$ 10)cm,管电压(56 $\pm$ 6)KV,管电流(6 $\pm$ 2)mAs。此方法投照屈膝 30 $^{\circ}$ 髌骨轴位,简单易行,患者舒适,成功率和甲片率高,能清晰准确的显示髌骨的位置关系,为临床提供可靠的信息,如图 4 所示,影像诊断左侧髌股半脱位,患者进一步 MRI 检查及关节镜术确诊髌股韧带损伤伴髌股关节半脱位。

(2)危重患者或下肢骨折行外固定支架患者进行股骨,膝关节或胫腓骨侧位投照时,患者仅需仰卧于检查床或推车上,被检测肢体置于

辅助装置上,平板探测器立起,紧贴患肢,x 线球管水平摄影,再无需家属在旁协助患者摆体位。

3 结论

该 X 线检查辅助装置,在实际工作中有效解决了上述 X 线摄影遇到的问题。此辅助装置结构简单,制作方便,操作灵活,能很好的辅助技师完成 X 线摄影工作,同时患者有舒适的使用体验,另外有了此辅助装置,家属无需在旁协助患者检查,避免接受 X 线辐射,值得推广。

参考文献

- [1] 胡晓林, 蔡倩, 陈奕杉, 宋晓明, 梁伟. 一种简便易行的髌骨轴位摄片架[J]. 实用放射学杂志, 2017, 33(9):1481, 1491.
- [2] 陈荣生, 曾勇明, 刘志宏, 黄伟, 陈浩. 髌骨改良轴位的体位设计及临床应用[J]. 重庆医科大学学报, 2010, 35(6):920-922.
- [3] 于兹喜, 崔崔. 髌股关节切线位新摄影术的研究[J]. 中华放射学杂志, 2001, 35(8):613-616.