



• 临床护理 •

心理护理干预对改善甲减患者抑郁情绪以及生活质量效果分析

林于蕊 梁荔珊 林 娜 (新津县人民医院内三科 四川成都 611430)

摘要: 目的 分析在改善甲减患者抑郁情绪及生活质量中实施心理护理干预方法的效果。方法 选取了我院接收的 90 例甲减患者为研究对象,按照随机信封法随机对患者进行随机分组,分为常规组及护理组各 45 例,常规组实施一般护理,护理组实施心理护理干预方法,对比两组患者的焦虑、抑郁评分及生活质量评分、治疗依从性。结果 护理组患者的焦虑、抑郁评分低于常规组患者 ($P < 0.05$); 护理组患者的生活质量评分均高于常规组患者 ($P < 0.05$)。结论 在甲减患者护理中应用心理护理干预方法,能够有效的缓解的患者的焦虑、抑郁情绪,提升预后生活质量水平,护理效果显著。

关键词: 心理护理 甲减 护理效果

中图分类号: R473.5 **文献标识码:** A **文章编号:** 1009-5187 (2018) 05-282-02

甲减的全称为甲状腺功能减退疾病,是患者甲状腺激素合成及分泌功能减退,引发患者的甲状腺激素减少,在缺乏生理效应的影响下,造成患者机体代谢功能减退^[1,2]。现阶段随着人们生活水平的提升,甲减患者会产生心理异常行为,如抑郁、自信心不足、呆滞等,严重的影响了患者的日常生活。对此本文就选取的患者对象开展心理护理干预方法的应用研究,并取得了一定成效,现做以下报道:

1 资料与方法

1.1 一般资料

纳为本次研究的患者对象抽取了我院收治的 90 例甲减患者,以 2016 年 4 月-2017 年 4 月为研究区间,所有患者均满足临床制定的甲减相关诊断标准,排除了合并心、肝、肾功能不全患者、精神意识障碍患者,所有患者及家属均对本次研究知情并签字同意参与研究。将选取的患者对象按照随机信封法分为常规组及护理组,每组各 45 例患者,常规组中有男性 26 例、女性 19 例,年龄为 43-74 岁,平均年龄为 (58.5 ± 2.66) 岁,病程为 1-5 年,平均病程为 (3 ± 2.84) 年;护理组中有男性 29 例、女性 16 例,年龄为 41-74 岁,平均年龄为 (57.5 ± 2.59) 岁,病程为 1-7 年,平均病程为 (4 ± 2.39) 年,比较分析纳入研究的两组患者资料各指标,不存在差异 ($P > 0.05$)。

1.2 护理方法

常规组应用一般护理方法,内容包括对患者实施的饮食干预、病情观察、用药指导等方面。护理组应用心理护理干预方法,具体实施内容为下: (1) 提供良好的就医环境,人的心理状态会随着环境的变化存在较大的波动,在医院内应尽可能为患者提供整洁、舒适和干净的空间环境,确保室内较好的通风、透光,住院区域保持床位的整洁性,在走廊中设置简单的文化宣传栏。(2) 患者入院后,由责任护士积极接待患者及其家属,向其展开住院相关制度、医院环境及主治医师的相关信心,帮助其熟悉住院环境,消除焦虑、陌生的心理感受。指导患者开展疾病治疗的各项检查,并做好检查前相关注意事项的告知,确保检查的顺利进行,并对患者解释检查结果。为患者及其家属发放健康教育手册,让患者自行阅读和了解,由护士长定期组织患者参与讲座,对健康教育手册中存在的疑问及治疗中存在的疑问展开讲解,组织心理医生帮助患者进一步了解心理变化及对疾病治疗的影响。与患者沟通交流中保持亲和的交流态度,了解和记录患者的基本信息情况,帮助患者尽快适应新的环境。(3) 治疗阶段中,护理人员对患者开展用药知识的健康宣讲,并以成功案例向患者进行说明,帮助其树立治疗的信心,并在治疗期间

保持积极向上的乐观态度,提高对治疗及护理的依从性。在护理期间密切观察患者的面部表情、情绪、语气方面的变化,对于表现出显著的焦虑、抑郁情绪患者应针对性的进行干预疏导,以音乐疗法、肌肉放松法、倾诉等技巧帮助患者缓解不良情绪,避免患者在长期的负面情绪影响下,对治疗带来不利的影响。定期组织患者在科室进行娱乐互动,以病友之间的群体影响力,转移患者对疾病负面影响的关注。护理人员应与患者建立紧密的沟通交流,给予其充分的关怀和鼓励,鼓励患者多提问题,医护人员同时以诚恳的交流姿态耐心解答患者的疑问。对于特殊患者的护理,在用药指导中应以小剂量服药逐渐增加,保持用药的稳定性,并让其对护理工作作出评价,及时改正和纠正患者提出的相关护理工作的不足之处。

1.3 观察指标

观察分析两组患者的焦虑、抑郁评分及生活质量评分、治疗依从性。其中焦虑、抑郁评分分别使用 SAS 评分及 SDS 评分量表开展患者焦虑、抑郁程度的评估。评分越高程度越严重;生活质量评分使用 SF-36 评分进行评分,共包括 36 个项目,以精神健康及躯体健康为主分为 8 个维度,计算方法为(原始分时-最低可能分数)/可能分数范围 $\times 100$,最终得分越低表示生活质量越高。

1.4 统计学方法

本次研究中所有数据均采用 SPSS25.0 的统计学软件开展进行统计,其中包括计量资料(焦虑、抑郁评分及生活质量评分),采用 t 检验;计数资料(治疗依从性),用 n/% 表示,采用 χ^2 检验,以 $P < 0.05$ 表示两组数据存在差异,并具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者 SAS 评分、SDS 评分情况对比

护理组患者的 SAS 评分、SDS 评分经护理后与常规组患者对比,存在显著的差异,差异显著 ($P < 0.05$), 详情见表 1。

表 1: SAS 评分、SDS 评分比较 (分)

组别	SAS 评分	SDS 评分
护理组 (n=45)	40.53 $\pm$ 1.52	41.52 $\pm$ 3.08
常规组 (n=45)	52.31 $\pm$ 1.28	55.59 $\pm$ 4.37
t	41.066	17.654
P	0.0000	0.0000

2.2 两组患者生活质量评分情况对比

护理组患者的生活质量 8 个维度的评分均低于常规组患者,差异显著 ($P < 0.05$), 详情见表 2。

表 2: 生活质量评分比较 (分)

组别	生理功能	生理职能	躯体疼痛	健康状况	精力	社会功能	情感功能	精神健康
护理组 (n=45)	51.25 $\pm$ 15.33	55.25 $\pm$ 17.89	57.61 $\pm$ 14.51	52.61 $\pm$ 15.61	52.53 $\pm$ 13.23	59.63 $\pm$ 12.23	61.12 $\pm$ 10.11	60.04 $\pm$ 10.52
常规组 (n=45)	68.21 $\pm$ 10.61	67.15 $\pm$ 12.73	64.32 $\pm$ 16.24	63.49 $\pm$ 10.13	69.89 $\pm$ 13.26	63.51 $\pm$ 10.51	66.75 $\pm$ 11.32	65.03 $\pm$ 10.13
t	6.1024	3.6356	2.0668	3.9220	6.2171	2.4460	2.4883	2.2920
P	0.0000	0.0005	0.0417	0.0002	0.0000	0.0164	0.0147	0.0243

2.3 两组患者依从性情况对比

护理组患者的治疗依从性为 93.33%, 常规组患者为 71.11%, 差

异明显 ($P < 0.05$), 详情见表 3。

表 3: 依从性比较 (n/%)



组别	完全依从 (n)	部分依从 (n)	不依从 (n)	护理依从性 (%)
护理组(n=45)	32	10	3	93.33
常规组(n=45)	20	12	13	71.11
χ^2	—	—	—	7.6014
P	—	—	—	0.0058

3 讨论

甲减疾病的发病因素非常复杂,患者患病后,该疾病会对其机体的精神系统、心血管系统、内分泌系统及消化系统等产生较大的干扰性,在发病初期对病情发展较为缓慢,患者不易感受到疼痛不适,但随着病情的进展,各类临床现象逐渐发生^[3,4]。同时该疾病患者记忆力衰退、反应较为迟钝,使得患者在心理方面开始自我封闭,加重了抑郁、焦虑的程度,加之长期的治疗度在一定程度上会导致患者心理发生异常,丧失治疗的信心,不具有较好的治疗依从性面度,进而影响到患者的正常生活、工作及学习^[5]。

本次研究结果显示:护理组患者的焦虑、抑郁评分均低于常规组患者($P < 0.05$);且其生活质量评分及治疗依从性与常规组患者相比,存在显著的差异性($P < 0.05$)。分析心理护理干预应用成效显著的原因:1. 甲减患者治疗主要以碘治疗为主,单纯依靠治疗带来的治疗效果并不显著,在患者长期的住院观察治疗中,应适时合适有效的护理工作。心理护理干预应用是基于对甲减患者存在的心理疾病为出发点,在分析了患者因长期的生理疾病引发的心理偏差,在未及时得到有效的干预疏导时,各种偏差不断积累,进而加重了患者的抑郁情绪,降低了生活质量水平^[6]。2. 在心理护理干预中以常规护理为基础,加

强了对患者的健康教育,在治疗及护理工作开展中与患者建立紧密的沟通联系,有效的纠正了患者存在的对疾病相关的不正确及不全面的认识,同时辅之以心理引导、群体影响、环境影响等措施,在为患者进行科学、合理的护理工作后,极大的缓解了其存在的抑郁情绪,能够积极的配合和参与治疗及护理,具有较高的治疗依从性,在建立起积极乐观向上的生活态度后,进而对生活质量水平带来了积极的影响。

综合上述,在甲减患者的治疗及护理中实施心理护理干预,不仅有利于患者的疾病好转,还有效的缓解了患者因疾病产生的不良情绪,提升了生活质量水平,值得临床大力借鉴和推广。

参考文献

- [1] 安颖, 韩梅. 延续性护理干预对亚临床甲状腺功能减退症患者血脂、促甲状腺激素及预后的影响[J]. 中国地方病防治杂志, 2016(11):1268-1269.
- [2] 李卉, 黄阿莉, 宋天一. 几种生化指标在老年性糖尿病患者合并甲状腺功能减退中的临床意义[J]. 中国地方病防治杂志, 2017(7):761-762.
- [3] 秦丹丹. 原发性甲状腺功能减退症与肌酶的相关性研究[D]. 山西医科大学, 2011.
- [4] 李端琴. 浅谈甲状腺功能减退症的临床分类与护理[J]. 基层医学论坛, 2011, 15(36):1168-1169.
- [5] 张芬, 郭秀婷. 心理护理干预对改善甲减患者抑郁情绪和生活质量的影响[J]. 中国医疗前沿, 2013(13):105-106.
- [6] 刘鸿丽. 心理护理干预对于甲减伴有抑郁情绪患者生活质量的改善效果研究[J]. 医药卫生: 全文版, 2017(02):00034-00034.

(上接第280页)

参考文献

- [1] 谢莉萍. 无缝隙护理策略对手术室护理质量的影响评价[J]. 基层医学论坛, 2016, 20(35):57-58.
- [2] 张友群. 无缝隙护理策略对手术室护理质量的影响探究[J]. 大家健康旬刊, 2017, 11(6):5047-5048.
- [3] 凌朝灵. 无缝隙护理策略对手术室护理质量的影响分析[J].

临床医学研究与实践, 2017, 4(25):191-192.

- [4] 张晓霞. 手术室护理中无缝隙护理策略对护理质量的影响分析[J]. 医药卫生: 全文版, 2017(1):85-85.
- [5] 张莉萍. 手术室护理中无缝隙护理策略对护理质量的影响效果评价[J]. 医药前沿, 2017, 7(29):147-148.
- [6] 张昭霞. 无缝隙护理模式减少手术室患者紧张度的应用效果[J]. 世界最新医学信息文摘, 2018(1):202-202.

(上接第281页)

功能性子宫出血可发生在月经初期至绝经前的任何阶段, 临床表现为月经周期不规律、经量时多时少等, 甚至贫血等, 导致多数患者产生不同程度的心理变化, 造成治疗依从性、生活质量均呈下降趋势^[4]。因此, 积极采取合理有效的临床护理干预对其治疗效果、生活质量等具有重要的临床意义。

以往临床护理, 仅要求患者保持会阴部位的清洁以及监测生命指标变化等, 总体来说, 护理内容相对单一, 存在一定的缺陷, 如无法满足患者心理、生理要求以及沟通不足引发护患纠纷等。随着当前医疗服务体系的发展, 医疗服务重点将以往仅注重医疗技术转变为以患者为中心方向发展, 随之人性化护理应运而生, 其是以患者为中心, 围绕其心理、生理、社会等方面需求而开展的护理服务^[5-6]。具有多种特点, 如提高护理人员自身业务水平、操作专业技术、增强自身心理素质等; 注重沟通与交流, 建立良好护患关系; 提高患者、家属对护理人员信任感等。鉴于此, 本文以我院功能性子宫出血患者为例, 对其开展人性化护理, 结果得出, 观察组出血停止时间、贫血发生率均较对照组优($p < 0.05$), 体现出人性化护理可有效促进临床症状的消失, 控制病情进展, 从而减低贫血发生率。加上观察组的心理状况、生活质量优于对照组($p < 0.05$), 和文献^[7]结果相符, 进一步证实了人性化护理具有良好科学的指导作用, 稳定患者情绪, 改善生活质量。原因如下: 为患者创造良好病房环境, 便于缓解患者陌生感, 减少情绪波动, 加上音乐疗法、肌肉放松、呼吸放松等措施的进行, 可以进一步稳定患者情绪, 减轻痛苦; 通过健康宣教, 可以帮助患者掌握一定的疾病相关知识, 做到心中有数, 并积极配合治疗、护理;

饮食、药物等方面的护理, 可以促使患者认识到规范用药的重要性、必要性, 加以合理饮食安排, 能够进一步提高机体免疫力, 加上不断强化疾病知识, 使得患者不自觉的改变不良生活习惯, 从而促加速康复进程, 提高生活质量。

由此可见, 人性化护理的开展, 对护理提出了全新的要求, 并充分体现出人文关怀理念, 能够良好的满足患者多方面需求。

综上, 人性化护理利于功能失调性子宫出血患者出血停止时间的减短、贫血发生率的降低、不良心理的消除、生活质量的提高, 值得大力宣传。

参考文献

- [1] 张延玲. 综合护理应用于功能性子宫出血患者护理中的临床效果[J]. 临床医学研究与实践, 2017, 2(23):171-172.
- [2] 陈玉萍. 人性化护理干预在妇产科护理工作中的应用效果[J]. 当代医学, 2016, 22(30):102-104.
- [3] 李玲. 功能性子宫出血的临床护理探讨[J]. 中国实用医药, 2016, 11(7):216-217.
- [4] 熊丽佳. 人性化护理在功能性子宫出血患者护理中的作用分析[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2017, 4(24):169-169.
- [5] 孙丹. 功能性子宫出血患者的临床护理要点分析[J]. 实用妇科内分泌杂志: 电子版, 2016, 3(4):196-196.
- [6] 蒋楠楠. 人性化护理措施在妇产科手术患者护理中的应用研究[J]. 实用临床医药杂志, 2016, 20(6):95-97.
- [7] 申娇. 功能性子宫出血患者护理环节开展人性化护理干预的应用意义[J]. 实用妇科内分泌杂志: 电子版, 2017, 4(9):47-48.