

一例支气管哮喘患者的心理护理体会

李 娜 同国玉*

昆明医科大学第二附属医院呼吸内科三病区 云南昆明 650101

【摘要】支气管哮喘是一种常见的变态反应性疾病，因内源性和外源性过敏源或精神因素引起，因反复发作，迁延不愈，药效不佳且有副作用，患者易产生紧张、恐惧的心理。现今认为对精神因素及异常情绪进行心理医疗和护理是支气管哮喘患者早日康复的关键。

【关键词】一例支气管哮喘；心理状态；心理护理

【中图分类号】R473.5

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2019) 01-074-01

支气管哮喘是一种常见的变态反应性疾病，因内源性和外源性过敏源或精神因素引起，致使支气管平滑肌痉挛，黏液腺分泌增加致使支气管管腔狭窄而引起哮喘发作，本病一年四季均可发病。因反复发作，迁延不愈，药效不佳且有副作用，患者易产生紧张、恐惧的心理，我科室通过有针对性的对一例支气管哮喘患者实施心理护理的心理护理具有重要意义。本文对49例支气管哮喘。总结如下。

1 临床资料

1.1 一般资料

患者，男性，51岁，因患哮喘住院5次，病情较重，端坐呼吸，大汗淋漓，不能平卧产生濒死感，精神处于高度紧张；患者因病情易反复和反复住院导致血管穿刺困难，造成其经济和心理上的负担而失去治疗疾病信心。通过我科室针对该患者实施心理护理，让他在心理上产生了安全感和信任感；给予精神疏导分散其注意力，在家属及同患者的配合下使之紧张恐惧心理逐渐松弛。我们细致周密的护理工作取得了良好的效果，在脱敏治疗的配合下，患者心理状态平稳，减少了哮喘的发作。

1.2 心理状态分析及护理

1.2.1 患者刚入院时，病情较重，端坐呼吸，大汗淋漓，情绪紧张；心情烦躁不安。我科室护理人员以热情诚恳的态度迎接患者，在进行治疗的同时，关心体贴病人，态度和蔼，耐心解释，护理操作动作轻柔熟练，尽量减轻病人思想负担。患者顾虑重重，担心治疗效果不佳，惧怕操作检查，加之环境不熟，进一步引起精神紧张和心情不安，此时我们对该患者主动介绍环境，细心观察，对患者提出的疑问逐个解释，解除他们的思想顾虑，当哮喘状态有所缓解时，询问患者发作的原因，帮助他们解除不愉快的心理因素。

1.2.2 忧虑心理。这是患者住院期间心理护理的重要阶段。此类病人一般住院时间较长，与医护人员朝夕相处。我们可随时发现病人的病情变化。住院期间哮喘病人的思想状况大致有如下情况：当哮喘症状不能很快缓解时，病人往往对治疗失去信心，情绪低沉、消极。加之患者根据自己的经验，每当哮喘发作时间，先是精神紧张，其后是注意力集中怕发病，这样往往造成发病。所以每到夜间或中午出现哮喘发作。其次，有些由于住院日久，了解了一些药物的作用及不良反应，他

就不能按时服药。针对该患者以上情况，主管护士，增加对他的巡视，经常不断地接近他，加强有关疾病的知识指导宣教，让患者及其家属了解及掌握哮喘的发病机制，耐心细致地加以解释。对精神因素引起哮喘发作的病人，我们还帮助他转移注意力，与他们谈心。发药时，向病人讲解药物的药理作用，并劝其按时服下。

1.2.3 依赖心理。患者对平喘药产生明显的依赖心理，若发现药物忘带或丢失，马上就会感到恐慌，由此而引起哮喘发作。该患者因反复发作5次会受到家人的特殊照顾，住院后也希望我们医护人员以他为中心，如果这种愿望得不到满足，则会转为哮喘发作。针对以上情况我们护理人员多与患者交谈，了解患者的生活经历、家庭经济、工作和学习情况、想法和要求。既尊重患者又要恰当的好处地做好解释工作。主管护士以高度的同情心配合家属，共同体贴、关心患者的痛苦，使之保持良好的心态，慢慢适应家庭、社会环境，改善人际关系。

1.2.4 出院指导。重视对该患者出院后的宣教工作，指导他养成一个合理的生活习惯，减少发作次数。①避免接触致敏原，如花粉、尘土、大蒜、牛奶、鱼虾等。尤其对已知的引起哮喘的药物及食物应避免接触。②加强锻炼，在病情许可的情况下，适当活动，早起到空气新鲜的环境去做操，练气功，参加一些自发组织的集体活动等。③生活要有规律，按时睡觉起床，不吸烟、不酗酒，早起用凉水冲刷，流感流行期避免去公共场所等。

2 小结

每个人都有自己独特的个性和表达方式，这对疾病的发生、发展、转归有着不同程度的影响。同样的致病因素作用于具有不同性格和表达方式的人，可能出现不同的后果。因目前对支气管哮喘尚无特效的根治方法，病情易反复发作，发作时患者不但承受着不同程度的痛苦，还承受着家庭、社会、经济等方面因素对其心理上的折磨，所以极易产生病理性心理或不良心理状态。因此，对本病患者不仅要进行一般的对症治疗和护理，更应注意对诱发其疾病的精神因素及异常情绪进行心理治疗和护理，以培养患者的良好情绪和情绪和树立战胜疾病的信心。

参考文献：

- [1] 马维杰，李淑媛.老年性支气管哮喘病人的心理护理[J].中国社区医师（医学专业半月刊），2009，23.

* 通讯作者：同国玉