

护士共情护理对焦虑症患者自我效能及焦虑状态的影响研究

刘 莉

成都市第四人民医院

【摘要】目的 探讨护士共情护理对焦虑症患者自我效能及焦虑状态的影响。**方法** 选取2021年1月到12月在我院收治的焦虑症患者50例,按照随机数字表将患者随机分为观察组和对照组各25例,其中观察组接受共情护理,对照组接受常规护理。**结果** 观察组患者的自我效能得到显著的提升($P < 0.05$),差异具有统计学意义,且患者焦虑(HAMA)、及抑郁(HAMD)等不良情绪均得到有效的改善,差异具有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 护士共情护理在焦虑症患者的临床应用当中,能使患者的自我效能得到显著的提升,且患者的心理状态恢复效果更为理想,值得推广应用。

【关键词】 共情护理; 焦虑症; 自我效能**【中图分类号】** R473**【文献标识码】** A**【文章编号】** 2095-9753 (2023) 07-123-02

随着社会经济的发展,人们的生活方式和节奏也在不断的变化,人们的生活压力及工作压力也在无形当中有所增加^[1]。近年来数据分析显示,焦虑症患者的发病率逐年递增,临床中多表现为心慌、抑郁、焦虑、以及失眠等现象,患者的自我效能较低,不但影响患者的正常生活和工作节奏,还会拉低患者的整体生活水平^[2]。焦虑症(anxiety disorder, AD)又称焦虑障碍,是现代社会常见的精神心理疾患,核心症状为精神性焦虑,同时涵盖躯体性焦虑、心理性警觉、运动性不安、睡眠障碍与惊恐障碍等表现。共情是指能理解他人情绪,识别他人观点,亲身体会他人情绪的心理过程,是理解他人内心世界、将心比心的心理品质。安辉等认为共情是情商中重要的一种运用情感的能力,通过让自己和他人情绪处于最佳状态而获得成功,是设身处地理解他人的处境和感情的能力^[3]。本研究就护士共情护理对焦虑症患者自我效能及焦虑状态的影响进行研究,详细报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本研究选取2021年1月到12月在我院收治的焦虑症患者50例,按照随机数字表将患者随机分为观察组和对照组各25例,其中观察组接受共情护理,对照组接受常规护理。观察组患者男女比例为15:10,年龄15到54岁,平均年龄为(38.24±5.47)岁;对照组患者男女比例为16:9,年龄17到54岁,平均年龄为(37.99±5.53)岁。患者一般资料比较,差异无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。

1.2 方法

1.2.1 对照组

对照组患者接受常规护理,叮嘱患者按时按量服用药物,并对患者提出来的问题耐心解答,统一开展疾病及治疗相关的健康宣教,告知患者在治疗过程中的注意事项等。

1.2.2 观察组

观察组患者接受共情护理,详细护理步骤如下:(1)首先需要认真倾听患者的表述,与患者进行交流的过程中不要轻易打断患者讲话,予以充分的肯定和尊重,可通过点头或眼神交流等方式对患者的表述表示认可,表达对其情绪的理解。(2)焦虑症患者在日常交流中最主要的是想要找到能够理解自身想法和认知的同一频道的群体,因此护理人员需要准确捕捉患者内心的真实感受,站在患者的角度出发展开思考和交流,学会换位思考的方式。(3)通过和患者之间的交流,

将所获得的信息进行归纳并总结,对患者所阐述的事件表示认同和理解,并通过换位思考的方式告知患者如果是我会如何处理这件事情,并表示在自己的经历当中也经历过类似的事情,表达出解决的流程及最终收获的结果等,鼓励患者以积极向上的态度面对生活。并指导患者在日常生活中如何疏导不良情绪,治疗过程中让患者意识到护理人员与其是保持统一战线的,共同战胜疾病,过程中可配合手势或抚触等方式增强患者的自信心。

1.3 观察指标

比较不同干预方式下患者的焦虑(HAMA)、及抑郁(HAMD)的改善状况,分别为无焦虑、轻度焦虑(0-5分)、中度焦虑(7-20分)、以及重度焦虑(21-28分)状态,同时使用自我效能(GSES)标准对患者护理后的改善效果进行评估,分值和患者自我效能的改善进度成正比。

1.4 统计学方法

采用SPSS 22.0 进行数据分析,计数资料的统计描述采用频率和百分比n(%)表示,统计分析使用 χ^2 检验,符合正态分布的计量资料采用均数加减标准差 $\bar{x} \pm s$ 表示,统计分析使用t检验,设检验水准 $\alpha = 0.05$, $P < 0.05$ 表示差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者自我效能评分比较

干预前两组患者自我效能比较,差异无统计学意义($P > 0.05$);干预后观察组患者自我效能高于对照组,差异具有统计学意义($P < 0.05$),见表1。

表1: 两组患者自我效能评分比较

组别	n	自我效能	
		干预前	干预后
对照组	25	18.95±2.45	23.45±4.73
观察组	25	18.87±2.35	35.47±3.45
t		0.132	11.11
P		0.895	0.000

2.2 两组患者焦虑、抑郁评分比较

观察组患者焦虑、抑郁评分均低于对照组,差异具有统计学意义($P < 0.05$),见表2。

3 讨论

在社会经济快速发展的同时,人们的健康观念也在不断(下转第126页)

0.05), 见表 2。

3 讨论

3.1 老年股骨粗隆间骨折患者的延续性护理需求

老年人年龄高骨关节退化、骨量减少、骨骼脆性增加, 常伴有骨质疏松, 外力作用下极易发生骨折。老年股骨粗隆间骨折患者对手术耐受性较差, 术后并发症风险大, 对护理要求高。延续性护理是根据患者情况制订出院指导措施, 采取多种形式随访提供持续性护理, 提

高患者的自护能力及康复锻炼。本研究发现, 出院后观察组 Harris 和 BI 评分高于对照组 ($P < 0.05$); 护理干预后观察组患者的护理满意度优于对照组 ($P < 0.05$)。说明老年患者对延续性护理的需求内容较多, 其中包括心理、饮食及康复等多种护理需求。

3.2 老年股骨粗隆间骨折患者延续性护理需求的影响因素

综合分析我院 80 例患者临床资料发现年龄、文化程度、家庭收入、婚姻状况等多种因素影响患者对延续性护理需求的不同。

4 小结

通过护理人员对老年股骨粗隆间骨折患者采取延续性护理, 使患者及家属积极配, 从多个角度对患者进行院外护理干预, 使患者的康复依从性得以提高, 减少了患者患病的痛苦。分体现了现代新型护理理念, 时刻以患者为中心, 不断提升护理服务质量^[5]。既提高了患者的康复质量, 又营造了良好和

谐的医疗护理氛围, 这对当前的医疗环境有着特殊意义^[6]。

综上所述, 老年股骨粗隆间骨折手术患者采取延续性护理能够显著提升患者髋关节功能, 提高生活自理能力和护理效果满意度。

参考文献:

- [1] 赵永欣. 干预性护理对老年股骨粗隆间骨折患者术后疼痛及康复效果的影响[J]. 医疗装备, 2018, 31(10): 182-183.
- [2] 陈丽珊. 老年股骨粗隆间骨折手术患者延续性护理需求状况及其影响因素分析[J]. 护理实践与研究, 2021, 18(13): 1912-1915.
- [3] 王秀芬. 延续性护理对老年股骨粗隆间骨折患者术后遵医行为及生活质量的影响[J]. 中国药物与临床, 2021, 21(10): 1798-1780.
- [4] 金红, 曹莹莹, 叶燕, 等. 延续性护理对老年股骨转子间骨折患者术后康复效果的影响[J]. 实用临床护理学杂志, 2018, 3(39): 3-4, 26.
- [5] 张香花. 延续性护理干预在老年骨质疏松性股骨粗隆间骨折患者术后护理中的应用效果[J]. 河南医学研究, 2018, 27(19): 3648-3649.
- [6] 任丽丽. 延续性护理干预在老年骨质疏松性股骨粗隆间骨折患者术后护理中的应用效果[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(10): 225-226.

(上接第 123 页)

的发生转变, 传统的临床护理已经无法满足大家的健康需求^[4]。共情护理是近年来临床中新开辟的护理方式之一, 在护理工作中主要负责倾听患者的真心表达, 护理人员通过换位思考的方式思考可能会对患者情绪造成不良影响的因素, 并正确疏导患者的不良心理状态^[5]。本研究结果发现, 共情护理应用在患者焦虑当中, 可以提高患者的自我效能, 降低患者的焦虑和抑郁水平。在共情护理的临床应用当中, 通过让患者感受到护理人员对自身经济或病情的理解及支持, 有利于临床治疗的顺利开展, 缓解患者在面对疾病及治疗中的焦虑情绪等。共情护理的特点有: 站在患者角度感知情绪; 体察患者情感; 运用沟通有效干预; 建立良好护患关系, 产生对团队有益成果; 可经过培训得到有效提升。共情是护士职业素养的重要体现, 优秀的护士需具备优秀的共情能力, 能体验患者内心情感并运用沟通把共情传达给对方, 懂得倾听、感受、回应, 深入患者内心, 建立良好的护患关系。

综上所述, 护士共情护理对焦虑症患者的临床应用当中, 患者的自我效能及不良心理状态等均得到了较好的改善效果, 值得推广应用。

(上接第 124 页)

治疗效果方面, 快速通道的建立也展现了一定的优势。在既往的急诊护理活动中, 我科护士充分意识到了此类护理存在的环节多、复杂度高以及需要多个科室的协同配合等特点, 尤其是在患者病情的检查与转送等过程中, 护理效果高度依赖于各科室护士的默契程度。有鉴于此, 本次实践采用的快速通道建立方案, 对各个科室的协调方案进行了明确, 并竟可能将独立的护理操作进行整合, 形成规范化的、有一定秩序的护理流程。就快速通道应用过程中的反馈信息来看, 其对诊治效率的提升以及各类急救操作的实施皆有重要意义。

参考文献:

- [1] 赵秀伟. 连续性护理对老年慢性病患者健康教育知识、生活质量及焦虑情绪的影响[J]. 系统医学, 2018, 003(017):191-192, 195.
- [2] 阮小丽, 李舒平, 黄莉莉. 共情在护理健康教育中的应用进展[J]. 广东职业技术教育与研究, 2021, (01):1-2.
- [3] 于颖. 护士共情护理对焦虑症患者自我效能及焦虑状态的影响[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2018, 003(035):171, 175.
- [4] 何小兰. 人性化护理对增强 CT 检查患者焦虑及舒适度的影响[J]. 饮食保健, 2019, 006(050):145-146.
- [5] 曹艳芳. 心理护理对消化内镜检查中患者的焦虑情绪及检查成功率的影响评估[J]. 中国保健营养, 2019, 029(013):215-216.

表 2: 两组患者焦虑、抑郁评分比较

组别	n	焦虑评分	抑郁评分
对照组	25	10.25±3.24	23.45±5.47
观察组	25	7.39±2.24	15.48±5.51
t		3.530	4.448
P		0.001	0.000

因此, 相关医疗机构在为急性脑卒中患者提供急救护理时, 可考虑积极建立护理快速通道, 保证此类危重症患者能够在较短的时间内完成抢救, 并送入专科接受治疗。

参考文献:

- [1] 黄丽燕. 急性脑卒中急诊快捷护理流程应用效果的观察[J]. 护士进修杂志, 2020, 27(19): 1772 ~ 1773
- [2] 李淑兰, 苏彤, 杨世彤, 等. 优化脑卒中急诊抢救流程的实践与思考[J]. 天津护理, 2022, 16(2): 97 ~ 98
- [3] 兰婷, 于传玲, 慈丽君, 等. 78 例急诊脑卒中患者的临床护理分析[J]. 中国医药指南, 2021, 8(35): 323 ~ 324