

人文关怀与心理健康促进专题

宁凤仙 何丹 谭静 王斯婕

解放军联勤保障部队第九二〇医院 650000

【摘要】人文关怀的理念应用到临床护理工作中，不仅能极大地促进护患关系，而且对提升医院形象、拓宽医疗市场也起到了举足轻重的作用。在护理过程中，对患者给予人文关怀，可以缓解他们的心理压力，增强治疗信心，有助于促进患者的心理健康。护士的心理健康状况直接影响到患者的人文关怀体验。只有当护士具备健康的心理状态，才能提供更高质量的人文关怀服务。

【关键词】人文关怀；心理健康；促进

【中图分类号】R47

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2024) 03-175-02

人是自然界长期发展的产物，不仅仅是一个生物学意义上的人。因此，护理服务需要充分认识到人的本质，并给予服务对象以生物学以外的社会关怀。随着生活水平的提高，人们对健康服务的要求也随之提高。现代社会对就医的选择已不再仅限于技术服务，而是更多地关注医疗卫生机构的人文服务质量。人文关怀服务质量的好坏直接影响着医学的发展和推广。良好的护患关系是保证各项护理措施落实到位的重要条件。

一、提升心理健康的人文关怀方式

护理人员应该提供积极的情感支持，鼓励患者积极面对疾病，减轻他们的精神压力。这包括适当地与患者聊天、开玩笑，向他们传递正能量，使患者感到舒适和轻松。护理人员需要具备一定的沟通技巧，以便与患者有效地交流。他们应该倾听患者的需求和疑虑，给予专业的建议和指导，并且尊重患者的选择和决策。护理人员应当及时与患者及其家属建立良好的关系，积极进行沟通和交流，了解患者的身体及心理状况，进行有效的心理疏导和精神安慰。加强对病房环境的护理，保证病房的整洁和舒适，定期清洁和消毒，注意通风和温湿度调节，为患者创造一个优良的治疗环境。对于行动不便的患者，护理人员应当主动帮助他们处理日常琐事，使他们在住院期间感到舒适和谐。组织各种形式的教育活动，包括健康讲座、小组讨论等，帮助患者了解疾病知识，提高自我管理能力和促进心理状态的改善。鼓励患者家属、朋友和其他社会支持系统参与护理过程，提供物质和精神支持，减轻患者的心理压力。如音乐疗法、绘画疗法等，通过艺术的方式帮助患者表达情感、缓解焦虑和抑郁情绪。通过心理咨询、心理疏导等方式，帮助患者处理焦虑、抑郁等情绪问题，提高心理健康水平。根据患者的个性特征、生活习惯等，提供个性化的护理服务，满足患者的特殊需求。对于特定疾病或治疗方式的患者，护理人员可以提供适应性训练，帮助他们更好地适应疾病和治疗带来的变化，减少焦虑和恐惧。通过冥想和放松训练，可以帮助患者缓解压力，降低焦虑和抑郁水平，提高心理的平衡和稳定。适度的运动和锻炼可以帮助患者增强体质，缓解焦虑和抑郁情绪，提高心理健康水平。通过认知行为疗法，可以帮助患者改变不合理的思维模式和行为习惯，提高应对压力和困难的能力，改善心理健康。鼓励患者之间建立互助小组，分享经验、互相支持，共同应对疾病带来的挑战。如提供宗教信仰服务、心理咨询热线等，满足患者的精神需求，提高他们的心理满足感和安全感。通过开展患者教育活动，帮助患者了解疾病知识、掌握自我管理技能，提高治疗依从性和自我护理能力。如提供餐饮服务、洗衣服务、陪同

外出等，帮助患者解决生活中的实际问题，减轻他们的负担。定期对患者进行心理健康评估，及时发现和处理问题，并根据患者的反馈不断改进护理服务。音乐具有独特的治愈力量，可以帮助患者放松身心，缓解焦虑和抑郁情绪。可以通过播放舒缓的音乐，或者组织音乐治疗活动，如音乐会或音乐工作坊。艺术创作可以作为一种表达和宣泄的方式，帮助患者处理内心的情感和压力。可以提供绘画、雕塑、手工艺等艺术活动的机会，让患者通过创作来表达自己的感受。对于儿童和青少年患者，游戏可以帮助他们更好地应对疾病带来的压力和焦虑。可以提供有益身心的游戏和玩具，让他们在游戏中找到乐趣和放松。阅读可以带给人心灵上的安慰和启发，有助于缓解焦虑和抑郁情绪。可以提供适合患者的阅读材料，如书籍、杂志、报纸等，让他们在阅读中找到心灵的慰藉。良好的睡眠对于心理健康至关重要。可以提供睡眠指导服务，帮助患者改善睡眠质量，如调整作息时间、改善睡眠环境等。健康的饮食习惯对于心理健康也有很大的影响。可以提供营养指导服务，帮助患者调整饮食结构，满足身体和心理的营养需求。舒适的环境有助于患者放松身心，提高心理健康水平。可以通过改善病房环境、增加绿化植物等方式，为患者提供一个舒适、宁静的治疗环境。冥想和呼吸练习活动可以帮助患者放松身心，减少焦虑和压力。可以提供冥想课程和呼吸练习指导，帮助患者学习如何通过深呼吸和冥想来缓解压力。这些活动可以帮助患者增强身体柔韧性、平衡感和力量，同时也有助于放松心灵。可以提供瑜伽课程和太极练习指导，让患者通过这些活动来提升身心健康。

二、目前人文关怀方式在各医疗单位应用的情况与特点

大型综合性医院通常有更多的资源和能力来实施人文关怀，如提供更多的心理咨询服务、更完善的健康教育体系等。而基层医疗机构可能更多地关注基本医疗服务和公共卫生任务，人文关怀的实施可能较为有限。公立医院通常有更多的社会责任，更加注重公益性和人文关怀；而私立医院可能更加注重患者的需求和满意度，因此在人文关怀方面也可能更为积极。城市医院的患者流量大，医疗资源相对丰富，有更多的机会实施人文关怀措施。而农村医院可能面临资源有限、患者流量小等问题，实施人文关怀的难度较大。不同的医疗单位可能采取不同的人文关怀措施，例如，一些医院可能更加注重患者的心理需求，提供心理咨询和心理疏导服务；而另一些医院可能更加注重患者的生理需求，提供更加舒适的诊疗环境和更加人性化的服务流程。一些医疗单位可能更加注重人文关怀的深度和广度，例如，更加关注患者的隐私保护、情感支持等方面；而另一些医疗单位可能只关注人文关怀的

基本方面,例如,提供基本的诊疗服务和健康教育等。不同的医疗单位可能采取不同的人文关怀实施方式。例如,一些医疗单位可能通过培训和教育来加强医护人员的人文关怀意识和能力;而另一些医疗单位可能通过制定规章制度和流程来规范人文关怀的实施。

三、在人文关怀执行中容易出现的问题与对策

与患者沟通时,可能由于语言、文化或理解障碍,导致信息传递受阻。人力、物力或资金可能不足,导致无法提供全面、高质量的人文关怀。执行人文关怀的工作人员可能缺乏相关的专业知识和技能。部分患者可能对人文关怀持怀疑或抵触态度,影响关怀的执行和效果。患者可能缺乏足够的社会支持网络,导致人文关怀执行难度增加。

为了克服这些问题,可以采取以下措施:对执行人文关怀的工作人员进行定期培训,提高他们的专业知识和技能。合理分配人力、物力和资金,确保人文关怀的执行有足够的资源支持。与患者及其家属保持良好的沟通,增强他们对人文关怀的理解和接受度。为患者提供更多的社会支持资源,帮助他们建立健康的生活方式和社交关系。定期评估人文关怀的执行效果,根据反馈持续改进关怀策略和方法。每个患者的需求和情况都是独特的,因此需要个性化的关怀方案。通过了解患者的背景、病情和心理状态,可以提供更有针对性的关怀。人文关怀的执行需要多方面的专业知识和技能,因此团队合作至关重要。医护人员、心理咨询师、社工等各领域的专家需要紧密协作,共同为患者提供全方位的支持。患者和家属的反馈对于改进人文关怀的执行非常重要。应建立有效的反馈渠道,鼓励患者和家属提出意见和建议,以便及时调整关怀策略。除了提供身体上的治疗,患者的心理健康同样重要。可以定期开展心理健康讲座或提供心理咨询,帮助患者释放压力、调整心态。医院或关怀场所的环境对患者的心理状态有很大影响。可以通过布置温馨的病房、提供舒适的休息空间以及美化自然环境等方式,为患者营造一个良好的康复氛围。家庭是患者最重要的社会支持网络之一。鼓励家庭成员参与患者的关怀过程,共同为患者的康复努力,可以增强患者的信心和归属感。建立完善的支持系统,包括经济援助、社区服务等,帮助患者解决实际困难,减轻他们的负担。同时,可以设立患者互助小组,让他们相互支持、共同成长。除了传统的面对面关怀,可以利用现代科技手段,如电话、短信、视频等,为患者提供更加便捷的关怀服务。同时,结合患者的兴趣爱好和文化背景,开展形式多样的关怀活动,

如音乐疗法、艺术疗法等。在关怀过程中,要充分尊重患者的隐私权,避免泄露个人信息。同时,要确保患者的医疗记录和隐私信息的安全,防止泄露和滥用。

四、结束语

人文关怀方式在医疗单位的应用是一个复杂且多样化的现象,其情况和特点会因各种因素而有所不同,如医疗单位的类型、地理位置、患者群体等。需要从实际情况出发,做好多样化方式内容的准备,提升应用的灵活应对效果。

参考文献

- [1] 李修兰.人文关怀护理与针对性健康教育对前置胎盘产妇产后质量及心理状态的影响[J].中外女性健康研究,2023(21):157-158,195.
- [2] 冉亮.加强人文关怀和心理疏导,保障销售企业员工心理健康的实践与探索[J].魅力中国,2019(38):372-373.
- [3] 华琰,管剑峰,马静,等.人文关怀对儿科患儿家属心理健康与行为的影响[J].特别健康,2020(36):230.
- [4] 郭晓婷.正念注意-接纳的情绪管理配合心灵关怀改善脊髓损伤患者家属心理压力的效果[J].中国健康心理学杂志,2023,31(8):1266-1271
- [5] 侯燕,赵美.人文关怀在乳癌病人情绪管理及治疗功能评价的应用效果[J].实用临床护理学电子杂志,2018,3(46):60
- [6] 杨蓉蓉.术前心理护理联合人文关怀护理在儿童手术室护理中的应用价值研究[J].中国社区医师,2022,38(27):120-122
- [7] 张歌,王珂璟,刘书娟.人文关怀在生殖中心患者妊娠率中的影响研究[J].航空航天医学杂志,2019,30(4):490-492
- [8] 金佩华,殷璐,刘如南,等.人文关怀在高休老干部心理护理中的应用效果观察及有效性分析[J].饮食保健,2019,6(46):203-204
- [9] 刘玉华,张秀薇,黄秋霞,等.人文关怀对2型糖尿病治疗性干预效果的研究[J].现代医院,2006,6(5):109-111
- [10] 刘君凤,钟敏.利用全程人文关怀提高手术室护理质量效果[J].饮食保健,2019,6(10):241
- [11] 杨晓燕,肖磊.利用全程人文关怀提高手术室护理质量效果[J].中国社区医师,2018,34(25):159,161
- [12] 张姣姣,阿迪拉·艾德海木.手术室人文关怀全程护理管理实施效果评价[J].特别健康,2020(17):172
- [13] 王翠兰.医疗人文关怀的内涵及其应用技巧[J].当代医学,2011,17(8):38-39

(上接第 174 页)

针对急诊科脑卒中患者实施院内转运过程中开展的品管圈活动,能够在一定程度上降低医疗风险,保障患者的安全性。通过品管圈活动开展,能够在转运前、转运过程中和转运后,三个方面规范转运的相关流程,实现充分管理^[4]。品管圈活动圈内成员积极激发了团队创新意识,提高了在开展转运工作过程中的积极性,强调让医护人员认识到患者的需求,积极采取相应的措施进行指导。开展品管圈活动是一种自上而下的管理模式,确保危重症患者在转运过程中的安全性,优化团队协作能力。院内转运不安全因素发生率,实施后发生率低于实施前, $P < 0.05$ 。院内转运配合度评估,实施后各项指标评分均高于对照组, $P < 0.05$ 。

综上所述,在降低急诊脑卒中患者院内转运中应用品管圈

活动,可以持续性对于风险因素进行分析制定解决措施,保障患者安全性。

参考文献

- [1] 杨孟丽.品管圈在提高脑卒中患者及家属早期症状识别能力中的应用[J].医药论坛杂志,2021,42(16):96-98.
- [2] 蒋明珠,张小晔,朱超云等.品管圈对缩短脑卒中患者急诊滞留时间的应用效果[J].当代护士(中旬刊),2020,27(11):179-181.
- [3] 刘杰,郭媛,苏利娟等.品管圈在急性缺血性脑卒中患者静脉溶栓中的应用效果及对DNT达标率的影响[J].临床医学研究与实践,2020,5(15):11-13.
- [4] 王云.应用品管圈对降低精神科住院患者危险品接触率的效果评价[J].婚育与健康,2023,14(9):142-144.