

共情护理对双相情感障碍情绪及生活功能的影响

肖 赛 刘 阳

(青岛市精神卫生中心 山东 青岛 266011)

【摘要】:目的: 研究双相情感障碍使用共情护理对患者情绪以及生活功能造成的影响。方法: 选择 94 例双相情感障碍患者进行组间数据对比分析, 选择时间是 2020 年 1 月份到 2022 年 12 月份, 随机数字表法分组, 每组 47 例, 研究组患者使用共情护理, 对照组患者使用常规护理, 比较两组患者的数据, 包括护理前后 SAS 分值、护理前后 SDS 分值以及护理后生活功能评分。结果: 对比对照组患者, 研究组患者护理后 SAS 分值明显更低, 护理后 SDS 分值明显更低, 护理后生活功能评分明显更高, $P < 0.05$ 。对比两组患者护理前的 SAS、SDS 分值得出 $P > 0.05$ 。结论: 双相情感障碍使用共情护理, 可以促进患者的情绪以及生活功能均明显改善。

【关键词】: 共情护理; 双相情感障碍; 情绪; 生活功能

【中图分类号】 R47

【文献标识码】 B

【文章编号】 2095—8439(2023)42—0005—04

Influence of empathic nursing on mood and life function in bipolar disorder

【 Abstract 】: Objective: To study the effects of empathic care on emotion and life function in patients with bipolar disorder. Method: A total of 94 patients with bipolar disorder were selected from January 2020 to December 2022 for comparative analysis of inter-group data. The patients in the study group received empathic nursing while those in the control group received conventional nursing. The data of the two groups were compared. It includes SAS score before and after nursing, SDS score before and after nursing and life function score after nursing. Results: Compared with the control group, the SAS score of the study group was significantly lower, the SDS score was significantly lower, and the life function score was significantly higher after nursing, $P < 0.05$. Comparing the SAS and SDS scores of the two groups before nursing, the results showed that $P > 0.05$. Conclusion: The use of empathic nursing can promote the emotional and life function of patients with bipolar disorder.

【 Key words 】: Empathic nursing; Bipolar disorder; Emotion; Life function

双相情感障碍是一种严重的精神疾病, 也称为双相情感障碍或躁郁病。双相情感障碍是一种常见的心理疾病, 影响人群广泛。精神科负责收治双相情感障碍患者, 分析患者情况, 伴随存在行为以及思维障碍, 患者交替发作狂躁抑郁、单

独发作抑郁、单独发作狂躁, 在躁狂期, 患者会感到非常兴奋、活跃和自信, 而在抑郁期, 则会感到极度沮丧、无助和绝望, 患者发作时情绪交叉, 甚至对他人产生攻击, 危及自己以及他人的生命安全, 患病后, 患者生活质量严重下降。根据统计,

+++++
作者简介: 肖赛 1989.7.13 女 汉 山东省青岛市 本科 护师副护士长 研究方向: 精神科护理

全球大约有 1-2% 的人口罹患双相情感障碍^[1]。该病男女发病率相近,发病年龄多在 20-30 岁,但也有可能在儿童或老年人出现。双相情感障碍是一种慢性疾病,需要长期的治疗来控制症状,常见的治疗方式包括药物治疗和心理治疗,药物治疗主要是使用抗抑郁药和抗躁狂药来缓解症状,如锂盐、氟哌啶醇、卡马西平等,心理治疗包括认知行为疗法、心理动力疗法等,旨在帮助患者调节情绪、改变思维模式和提高应对能力^[2]。此外,患者的生活方式也对治疗有重要的影响,如保持规律的作息、坚持适度的锻炼、避免酗酒和滥用药物等。由于患者病情复杂,根治难度很大,给予患者实施单纯治疗,疗效不满意,因此,应为患者实施有效护理,促进患者情绪改善,有助于患者的病情早日康复。本文实验选择 94 例患者,分析双相情感障碍使用共情护理对患者情绪以及生活功能造成的影响。

1 资料和方法

1.1 资料

在我院选择 94 例双相情感障碍患者进行数据研究,选择时间是 2020 年 1 月份到 2022 年 12 月份,随机数字表法分组,每组 47 例患者。在研究组患者中,男女 20/27,年龄 18-71 (38.2 ± 3.2) 岁,病程 2-10 (4.4 ± 0.5) 年,在对照组患者中,男女 21/26,年龄 19-72 (38.4 ± 3.1) 岁,病程 3-10 (4.5 ± 0.5) 年。两组数据的统计学计算得出 $P > 0.05$,可以比较。

纳入标准:(1)与诊断标准符合;自愿参与并知情。(2)有其他类型的脏器严重病变;脑器质性病变;其他类型的精神疾病;缺失临床资料。

1.2 方法

对照组患者使用常规护理,在患者用药过程中严格遵医嘱,监督患者的休息情况以及进食情况。

研究组患者使用共情护理,除了开展以上的护理,还需要

增加:(1)共情体验:在患者的平时护理过程中,与其建立积极沟通关系,引导患者倾诉自己感受,从患者角度分析患者产生不良情绪的原因,为患者提供鼓励以及安慰,关心患者,尊重患者,以相关手段缓解患者的不良情绪。同时,护士应共情患者家属的体验,为患者实施积极陪护,将患者家属的监督管理等家庭支持作用充分发挥。(2)认真观察:与患者沟通期间,由护士对患者情绪以及表情等改变进行观察,必要情况下,鼓励患者,关心患者,将患者治疗疾病的自信心明显提升,促进护士与患者、患者家属之间的距离明显缩短,促进患者的治疗依从性明显增加。(3)仔细倾听:与患者沟通时,对其主诉进行耐心倾听,态度上保持亲切,为患者实施微笑护理服务,温柔回复患者内心疑虑以及相关护理问题,在患者主诉时,注意不要打断,耐心倾听,必要情况下,以拍肩、点头等办法,表达安慰以及理解、认同等,引导患者表达自己想法,促进患者的不良情绪获得进一步减轻。(4)积极开导:护士应结合患者心理特点来开展心理干预^[3],引导患者进入积极情绪中。(5)知识宣教:在宣教过程中使用人性关怀理论、沟通艺术、共情理论等知识教育方式,帮助护士学会关心以及理解等,促进患者的不良心理明显减轻,在此期间,可以连同患者对长处以及优点进行共同回顾,将其内心对疾病的正向看法形成。(6)生活功能锻炼:护士应有意识引导患者开展生活功能锻炼,陪着患者出门走走,多与朋友以及亲人聊天,鼓励患者积极社交,可以开展下棋、打球、唱歌以及跳舞等活动,积极参与自己感兴趣的活动的^[4],将白天的睡眠时间控制并减少,有助于提升患者的生活功能。另外,指导患者将放松技术使用,保证患者体位合理,指导患者呼吸缓慢、身体放松、双眼微闭,促进患者达到入睡状态。

两组患者均实施护理 2 个疗程,时间定为半年。

1.3 效果分析

(1)SAS 分值。以焦虑自评量表评估。

(2)SDS 分值。以抑郁自评量表评估。

(3)生活功能评分。包括社会能力、社会兴趣、自理能力、情绪状态。

1.4 数据检验

运用 SPSS25.0 软件进行本组实验的相关计算,以 χ^2 检验对组间的计数资料进行计算,以 t 检验对组间的计量资料进行计算,其表示形式是率(%)、 $[\bar{x} \pm s]$, $P < 0.05$,则有统计

学意义。

2 结果

研究组患者护理后 SAS 分值明显更低,护理后 SDS 分值明显更低,护理后生活功能评分明显更高,对比对照组患者,有统计学意义, $P < 0.05$ 。对比两组患者护理前的 SAS、SDS 分值得出 $P > 0.05$,无统计学意义。

表 1 对比两组患者护理前后的 SAS 分值、SDS 分值

组别	SAS 分值		SDS 分值	
	护理前	护理后	护理前	护理后
研究组 (n=47)	68.55 ± 2.92	34.42 ± 2.36	72.07 ± 2.74	35.14 ± 2.44
对照组 (n=47)	68.95 ± 2.14	48.72 ± 2.14	72.92 ± 2.82	49.95 ± 2.11
t	0.7575	30.7729	1.4821	31.4752
P	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

表 2 对比两组患者护理后生活功能评分 (分)

组别	社会能力	社会兴趣	自理能力	情绪状态
研究组 (n=47)	89.24 ± 2.46	88.66 ± 1.47	85.37 ± 1.47	86.42 ± 1.92
对照组 (n=47)	71.42 ± 1.25	74.61 ± 1.91	69.37 ± 2.99	80.25 ± 1.35
t	44.2739	39.9645	32.9221	18.0219
P	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

3 讨论

精神科收治的双相情感障碍患者在临床上常见,患者临床症状较为复杂,表现为睡眠不好、焦虑不安、精力不足等,患者对生活没有兴趣,甚至对他人造成损伤,出现自杀行为等,对患者及其家庭均造成严重影响。因此,给予患者实施有效护理,十分重要,临床分析得出,为患者实施共情体验,可以有效改善患者病情并促进患者恢复健康。

近些年来,临床有很多药物用于治疗双相情感障碍患者,但是始终会导致患者受到精神残疾、功能损害等情况的影响,即便患者病情稳定,也会影响患者以及工作。在患者治疗过程中^[5],给予患者实施共情护理,强化患者认知,为患者实施家庭治疗、强化支持性心理治疗、行为干预等,可以促进患者全面康复。

共情护理是一种注重理解患者情感、尊重患者权益、支持患者自我决策、提高患者生活质量的护理方式,在患者护理过程中,将患者信任获得,引导患者积极向上,促进患者情感状态积极^[6]。共情护理强调对患者的情感回应和理解,帮助他

们感受到被理解和支持,从而减轻他们的焦虑和抑郁情绪,提高生活质量。在治疗双相情感障碍的过程中,共情护理可以对患者的情绪和生活功能产生积极影响:(1)改善情绪状态:共情护理可以帮助患者更好地理解自己的情绪,认识情绪波动的规律,增强情绪的自我调节能力。通过对患者情感体验的倾听和理解,建立良好的护患关系,让患者感受到被理解和支持,从而减轻患者的情绪痛苦,缓解躁狂和抑郁症状^[7]。

(2)提高生活功能:共情护理可以帮助患者建立积极的生活态度和自我价值感,增强自信心和自我控制力,从而提高生活功能。护士可以通过与患者沟通交流,了解患者的生活困难和需求,提供个性化的支持和帮助,促进患者的自我管理和自我照顾能力。(3)预防复发:共情护理可以帮助患者建立稳定的护患关系,让患者感受到被关心和支持,从而减少孤独和无助感,预防情绪波动的发生。通过定期的护理干预,护士可以监测患者的病情变化,及时发现异常情况,采取有效措施防止疾病复发^[8]。总之,共情护理是一种重要的治疗方式,它可以促进患者的情感健康和生活功能,提高患者的治疗依从性

和预后效果。

在患者的护理过程中,护士应帮助患者加深认知双相情感障碍疾病知识的程度,对患者的心理、行为以及家庭支持等情况进行强化管理,有助于患者提升临床治疗效果,促进患者复发疾病的情况明显减少。分析得出,针对双相情感障碍的特点,共情护理的要点包括:(1)理解患者的情绪波动性。护士需要认识到患者情绪波动的特点和频率^[9],以便针对不同的情绪状态采取不同的护理措施。(2)鼓励患者积极参与治疗。共情护理鼓励患者积极参与治疗,例如定期就医、遵守治疗方案、参加康复训练等。(3)提供情感支持。护士需要提供情感支持和安全感,让患者感受到被理解和支持,从而减轻他们的焦虑和抑郁情绪。(4)教授自我管理技能。护士可以教授患者自我管理技能,例如情绪调节、压力缓解和睡眠管理等,帮助患者更好地管理自己的情绪和生活。临床探讨发现,双相情感障碍使用共情护理,可行性高^[10],做好患者以上的护理干预措施,可以帮助患者舒缓情绪并促进患者的生活功能明显提升,患者因此明显改善身心健康。

本组实验得出:研究组患者护理后 SAS 分值明显更低,护理后 SDS 分值明显更低,护理后生活功能评分明显更高,对比对照组患者, $P < 0.05$ 。对比两组患者护理前的 SAS、SDS 分值得出 $P > 0.05$ 。以上情况证实,为患者使用共情护理,可以促进患者的抑郁、焦虑等情绪明显改善,运用共情护理,可以明显提升患者的生活功能,对其原因进行分析得出,共情护理期间,以共情体验来帮助患者获得帮助,爱护患者,关心患者,对患者的不良情绪进行舒缓,认真观察,仔细倾听患者想法,促进患者更加信任护士,以生活功能锻炼方式,促进患者尽快回归社会生活,促进患者在以后的生活中树立一定的信心,促进患者的情况显著性改善。

总结以上得出,双相情感障碍使用共情护理的效果显著,可以促进患者的情绪以及生活功能均明显改善,值得临床

推荐。

参考文献

- [1] 陈志春, 肖桂凤. 情境模拟护理结合共情护理对双相情感障碍患者社会功能的影响 [J]. 基层医学论坛, 2022, 26 (36): 130-132.
- [2] 王晓汶. 共情护理在双相情感障碍患者中的应用效果 [J]. 中国民康医学, 2022, 34 (12): 81-83+87.
- [3] 敖玉, 宋丹丹, 付晏宁. 系统护理模式对双相情感障碍躁狂症发作患者的应用效果 [J]. 糖尿病天地, 2022, 19 (6): 236-237.
- [4] 周丽娜, 朱彩红, 廖英桃. 个案护理在双相情感障碍出院患者中的应用 [J]. 饮食保健, 2020, 7 (20): 213.
- [5] 赵雅萱, 王育梅, 孙亚麒. 双相情感障碍子代认知功能损害的研究进展 [J]. 神经疾病与精神卫生, 2020, 20 (07): 511-515.
- [6] 秦伟. 共情护理联合放松训练对双相情感障碍抑郁发作患者康复效果的影响 [J]. 反射疗法与康复医学, 2020, 1 (16): 115-117.
- [7] 席红霞, 李真. 系统性护理干预对双相情感障碍躁狂发作患者认知功能的效果评价 [J]. 中国保健营养, 2021, 31 (21): 106.
- [8] 陈文婷. 微信群为主导的延续性护理干预对稳定期双相情感障碍患者认知功能及社会功能的影响及应用体会 [J]. 黑龙江中医药, 2021, 50 (4): 238-239.
- [9] 李冬霞. 支持性心理护理对双相情感障碍躁狂发作患者认知与社会功能康复的影响 [J]. 智慧健康, 2020, 6 (27): 108-109.
- [10] 乔健. 人性化护理对双相情感障碍患者的应用效果及日常生活能力影响评价 [J]. 饮食保健, 2020, 7 (30): 110-111.