

中医芳香疗法结合手指点穴对人工流产术后抑郁症护理观察

朱雁珍, 冷嫦娥, 陈碧玲

佛山市南海区妇幼保健院, 广东 佛山 528200

[摘要] 目的: 观察中医芳香疗法结合手指点穴干预人工流产术后抑郁症护理效果。方法: 将124例纳入观察的对象采用随机数字表法随机分为4组。4组均给予相同的常规处理。空白对照组31例给予常规处理, 不加用其它任何干预措施。芳香疗法组29例予芳香疗法干预, 干预方案在无痛人流术后进行: 手术日待患者完全清醒常规休息1h后进行第1次干预, 随后每天下午干预1次, 每次30min, 7次为1疗程。手指点穴组32例采用中指点穴法。综合治疗组32例先进行芳香疗法之后, 再进行手指点穴法。分别于术前(N1)及术后第7天(N2)、术后第14天(N3)、术后第21天(N4)采用伯恩斯抑郁症清单(BDC)量表进行4次抑郁症状评分。结果: 不同时间点评分比较, 差异有非常显著性意义($P < 0.01$); 随时间增加, 各组抑郁评分均在逐渐降低, 不同组别评分比较, 差异有非常显著性意义($P < 0.01$); 芳香疗法组与空白对照组比较, 差异无显著性意义($P > 0.05$); 手指点穴组与综合治疗组比较, 差异无显著性意义($P > 0.05$); 手指点穴组、综合治疗组分别与芳香疗法组、空白对照组比较, 差异均有显著性意义($P < 0.05$)。结论: 单纯芳香疗法不能减轻人流术后抑郁情况, 但单纯手指点穴及芳香疗法联合手指点穴能有效减轻伴随人工流产术后的抑郁症, 有利于促进人流术后身心健康的恢复。

[关键词] 抑郁症; 人工流产术后; 芳香疗法; 手指点穴法; 护理

[中图分类号] R749.4 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2014) 08-0208-03

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2014.08.092

抑郁症是一种常见的心境障碍, 是躁狂抑郁症的一种发作形式, 以显著而持久的心境低落为主要临床特征。人工流产作为一种负性应激源, 强烈刺激了女性的心灵以致恐惧、抑郁等负性情绪的产生^[1], 且未婚先孕人流者负性情绪表现更加普遍且更加明显^[2]。佛山市南海区妇幼保健院计划生育门诊对未婚先孕早孕人工流产的女性采用芳香疗法结合手指点穴干预人流术后抑郁症, 取得一定的临床效果。

1 临床资料

1.1 纳入标准 无抑郁症病史; 纳入研究前未使用过精神类药物; 未婚; 第1次妊娠; B超提示: 宫腔妊娠, 孕周小于或等于8周; 年龄20~28岁; 要求行异丙酚静脉麻醉无痛人流人工流产术终止妊娠者; 自愿参与研究并签署研究知情同意书者。

1.2 排除标准 双胎妊娠或多胎妊娠者; 证实胚胎停育者; 生殖器官器质性病变或异常者; 患有生殖系统炎症者; 患有各种急性或慢性传染病者; 合并有心脑血管、肝、肾和造血系统严重疾病者; 曾对精油过敏者。

1.3 剔除标准 发生人工流产并发症者; 研究过程中对精油过敏者; 没有坚持完成干预方案者; 研究中途主动要

求退出者; 研究期间使用精神类药物者; 出现严重不良反应或严重不良事件者。

1.4 一般资料 观察对象为2013年1~12月本院计划生育门诊要求行无痛人流人工流产手术终止早期妊娠的未婚先孕者, 共124例。年龄18~42岁, 平均(27.75±5.13)岁。根据就诊的先后顺序采用随机数字表法将符合标准的研究对象分为4组: 手指点穴组32例, 平均年龄(27.78±5.39)岁; 芳香疗法组29例, 平均年龄(26.40±4.76)岁; 综合治疗组32例, 平均年龄(27.50±4.73)岁; 空白对照组31例, 平均年龄(28.26±5.52)岁。4组患者年龄、孕产次经统计学处理, 差异均无显著性意义($P > 0.05$)。

2 研究方法

4组均给予相同的常规处理, 如人工流产术前进行人工流产过程的讲解, 术后在观察室休息1h, 观察腹痛及阴道流血情况; 进行术后健康宣教、指导避孕等。

2.1 空白对照组 给予常规处理, 不加用其它任何干预措施。

2.2 芳香疗法组 芳香疗法干预在专用的芳香诊疗室进行, 将薰衣草精油3滴、橙花精油3滴及玫瑰精油2滴, 滴入装有100mL纯净水的加湿器中雾化香薰。研究对象更换专用的

[收稿日期] 2014-03-28

[作者简介] 朱雁珍 (1969-), 女, 副主任护师, 主要从事妇产科临床护理工作。

宽松的衣服后,戴上播有轻音乐的耳机,戴上眼罩闭目躺于治疗床上。芳香疗法每次 30 min,治疗 7 次为 1 疗效。人工流产术后休息 1 h 后进行第 1 次芳香疗法,随后的 6 天每天下午进行 1 次芳香疗法。

2.3 手指点穴组 采用中指点穴法,以右手手中指微屈掌指关节与指间关节,食指按于中指背面,拇指腹抵于中指关节掌侧面,无名指、小指握紧,通过肩、肘、腕关节的活动,将一身之气与力达于中指端,用中指端点压某一特定的穴位。选用行间、太冲、三阴交、太阳等穴位。手指发力:方向要与受力面垂直,大小由轻到重,稳而持续,不能突然发力、突然收力,以术者能耐受为度。每个穴位点按 3 min。治疗 7 次为 1 疗程。手术当日苏醒 1 h 后即行第 1 次治疗,随后每天下午 1 次,共治疗 7 次。

2.4 综合治疗组 先进行芳香疗法之后,再进行手指点穴疗法,方法同上。

3 观察指标与统计学方法

3.1 观察指标 抑郁症状的评估采用目前国内通用的抑郁评估量表——伯恩斯抑郁症清单(BDC)。分别于手术前(N1)、手术后第 7 天(N2)、术后第 14 天(N3)、术后第 21 天(N4)进行 4 次评估,其中 N1 评估的是未知意外妊娠前的抑郁状况。观察各组同期的抑郁症状及抑郁症状的变化情况,分析芳香疗法、手指点穴对人工流产术后抑郁症状的影响作用。

3.2 统计学方法 采用 SPSS13.0 进行统计处理,计量资料以($\bar{x} \pm s$)表示,采用重复测量资料的方差分析。

4 研究结果

不同组别研究对象不同时间点抑郁评分测量结果比较,见表 1。不同时间点评分比较,经统计学处理, $F=107.76$, $P=0.000$,差异有非常显著性意义($P < 0.01$);随时间增加,各组抑郁评分均在逐渐降低,不同组别评分比较, $F=5.29$, $P=0.002$,差异有非常显著性意义($P < 0.01$)。进一步分析发现,芳香疗法组与空白对照组比较,差异无显著性意义($P > 0.05$);手指点穴组与综合治疗组比较,差异无显著性意义($P > 0.05$),但手指点穴组、综合治疗组与芳香疗法组、空白对照组比较,差异均有显著性意义($P < 0.05$)。

表 1 不同组别研究对象不同时间点抑郁评分测量结果比较($\bar{x} \pm s$) 分

组别	n	术前	术后第 7 天	术后第 14 天	术后第 21 天
手指点穴组	32	5.03 ± 3.487	2.59 ± 3.025	1.41 ± 2.212	0.53 ± 1.367
芳香疗法组	29	6.59 ± 4.022	4.24 ± 3.302	3.07 ± 2.751	1.69 ± 2.238
综合治疗组	32	5.34 ± 2.671	1.81 ± 1.712	0.84 ± 1.081	0.06 ± 0.246
空白对照组	31	6.32 ± 5.192	4.58 ± 3.854	3.55 ± 3.325	2.55 ± 2.827

5 讨论

临床调查发现,伴随人工流产的焦虑、抑郁、恐惧等负面情绪普遍存在,在未婚先孕人群中表现尤其明显。尽管未婚先孕者的心理健康状况受到广泛的关注,但国内目前的干预措施

大部分只是停留在语言的沟通层面上。本次研究在常规语言沟通的基础上,采用手指点穴法、芳香疗法干预人工流产后抑郁症,促进术后身心健康的恢复。

手指点穴是中医防病治病的一种方法,运用一定的手法,通过经络的作用,使体内气血运行通畅,从而达到防病治病、养身健体的功效。芳香疗法是指借由芳香植物萃取的精油做为媒介,并以按摩、泡澡、薰香等方式,经由呼吸道或皮肤吸收进入体内,达到舒缓精神压力与增进身体健康的一种自然疗法。中国具有传统的中医中药学和丰富的天然芳香植物资源,芳香疗法在中国的应用研究有着得天独厚的有利条件。

黄丽燕等^[3-4]研究发现,香薰按摩可有效改善产妇产后的焦虑、抑郁等不良情绪,提高睡眠质量。胡风婵^[5]研究发现,指压穴位配合心理护理能有效缓解人工流产时病人的痛苦,预防人工流产综合征的发生。

本研究空白对照组测量结果表明,人工流产后抑郁症以术前评分最高,术后随时间进展抑郁评分逐渐降低,显示了抑郁症状有自身缓解现象;而不同干预组抑郁评分的结果提示,手指点穴能够缓解人工流产后后的抑郁症状,且芳香疗法结合手指点穴法能更迅速减缓患者的抑郁情况。本研究中手指点穴选用的行间、太冲、三阴交、太阳等穴位均具有疏肝理气、行气解郁的功效,薰衣草精油、橙花精油及玫瑰花精油均具有安抚调节情绪之功效。手指点穴法与芳香疗法联合应用,作用协同,共同达到疏肝理气解郁的作用,故综合治疗的疗效较单法治疗疗效更佳。

手指点穴法联合芳香疗法干预人工流产后抑郁症的临床疗效肯定,而且操作简单、安全,且又不会增加患者的经济负担。此方法“简、便、验、廉”在干预人工流产后抑郁症的临床中值得推广。

[参考文献]

- [1] 张菊芬, 乔文丽. 门诊人工流产者手术前后的心理状况及护理措施[J]. 白求恩医学院学报, 2010, 8(1): 27-28.
- [2] 《临床产科学》编委会. 临床产科学[M]. 天津: 天津科学技术出版社, 1994: 20.
- [3] 黄丽燕, 陈毓婵, 罗震, 等. 产褥期香薰按摩减轻产后抑郁症状的效果观察[J]. 护理学杂志, 2011, 26(12): 40-41.
- [4] 罗震, 黄丽燕, 陈毓婵. 香薰按摩在改善产妇产后不良情绪中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2011, 17(23): 44-45.
- [5] 胡风婵. 指压穴位配合心理护理预防人工流产综合征 58 例[J]. 护理研究, 2010, 24(4): 1066-1067.

(责任编辑: 刘淑婷)