

# 中医情志护理对抑郁症患者心理状况及生活质量的影响

杨红娣

象山县第三人民医院, 浙江 象山 315711

[摘要] 目的: 观察中医情志护理对抑郁症患者心理状况及生活质量的影响。方法: 将 46 例抑郁症患者随机分为对照组和干预组, 各 23 例。对照组采用常规护理; 干预组在对照组基础上采用中医情志护理。干预 1 月。比较 2 组患者干预前后心理状况及生活质量。结果: 干预后 HAMD-17 评分干预组与对照组比较, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。干预后干预组生理领域、心理领域、社会关系领域、环境领域与对照组比较, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 表明中医情志护理显著改善了患者的生活质量。结论: 中医情志护理可以有效改善抑郁症患者的心理状况, 提高患者的生活质量。

[关键词] 抑郁症; 中医情志护理; 心理状况; 生活质量

[中图分类号] R749.4 [文献标志码] A [文章编号] 0256-7415 (2015) 12-0240-02

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2015.12.107

抑郁症是以持久的心境低落为主要特征的综合征, 其核心症状包括情绪低落、兴趣丧失、思维迟缓和意志行为减少以及由此引起的一系列心理学症状, 部分患者现幻觉、妄想等精神症状, 严重者可有自杀观念和自杀行为, 严重影响了患者的生活质量和自我照料的能力<sup>[1]</sup>。本院以中医情志护理对抑郁症患者心理状况和生活质量方面进行干预, 现报道如下。

## 1 临床资料

1.1 一般资料 观察病例 2014 年 1 月—2015 年 1 月本院抑郁症患者, 共 46 例, 男 19 例, 女 27 例; 年龄 22~69 岁, 平均(38.5±12.4)岁; 病程 6 月~6 年, 平均(31.5±12.8)月。将 46 例随机分为对照组和干预组各 23 例。对照组男 9 例, 女 14 例; 年龄 22~66 岁, 平均(36.8±10.2)岁; 病程 6 月~5.5 年, 平均(28.5±10.4)月。干预组男 10 例, 女 13 例; 年龄 24~69 岁, 平均(40.2±13.8)岁; 病程 9 月~6 年, 平均(34.5±14.4)月。2 组性别、年龄、病程、抑郁程度等方面经统计学处理, 差异均无统计学意义( $P > 0.05$ ), 具有可比性。

1.2 病例选择 所有患者均符合 ICD-10 精神与行为障碍分类<sup>[2]</sup>抑郁症的诊断标准, 汉密尔顿抑郁量表(HAMD)得分均大于 17; 患者均接受住院治疗; 患者及家属知情并同意参与本研究。排除标准: 患有严重脑器质性疾病、躯体疾病或可能干扰实验评估疾病的患者; 患有其他严重精神疾病患者; 已知对本研究药物过敏者; 不愿或不能完成本研究者。

## 2 护理方法

2.1 对照组 采用常规药物治疗和常规护理。

2.2 干预组 在对照组的基础上予以中医情志护理: 情志相胜法: 护理人员引导患者听风趣幽默的故事、回忆生活中愉快的事情, 使患者心中喜悦, 以达到通过喜悦克服患者抑郁、忧伤等情绪的目的; 移情易性法: 护理人员根据患者的兴趣爱好、性格特点等, 帮助患者选择其适宜的音乐, 并为患者提供感兴趣的书籍报纸等方式协助其排解心中的愁绪, 实现寄托情怀, 舒畅气机, 怡养心神; 顺情解郁法: 护理人员尽可能顺应患者的意志和情绪, 理解患者的悲郁和愤怒, 满足其身心需要; 鼓励患者向护理人员和家属倾诉, 使其悲郁情绪得以发泄和抒发, 达到气调气顺、有利于疾病恢复的目的; 暗示疗法: 护理人员在与患者沟通过程中对其为社会做出的贡献予以肯定, 赞扬他们在疾病治疗过程中表现出的勇敢、乐观精神, 使其认识到只要通过积极配合治疗护理, 仍然可以展现自身的价值。中医情志护理每 2 天 1 次, 每次 60 min。

2 组均干预 1 月。

## 3 评价方法与统计学方法

3.1 评价方法 运用汉密尔顿抑郁量表(HAMD): 该量表共 24 个条目, 每个条目按 0~4 分评分法进行评分, 得分越高表明症状越重。运用世界卫生组织生存质量测定量表(WHOQOL-BREF): 该量表共 26 项, 分属于生理、心理、社会关系和环境 4 个领域, 每个问题按程度分别记为 1~5 分, 得分越高, 表明患者的生存质量越高<sup>[3]</sup>。

3.2 调查方法 由具有 3 年以上工作经验且经过统一培训的精神科护士和心理测量室医师共同于患者干预前后进行问卷调

[收稿日期] 2015-05-22

[作者简介] 杨红娣 (1980-), 女, 主管护师, 主要从事临床护理工作。

查, 问卷采用统一的解释语进行说明, 由调查对象当场填写当场收回, 本研究共发放问卷 46 份, 回收有效问卷 46 份, 有效回收率 100%。

3.3 统计学方法 运用 SPSS 19.0 软件进行数据处理, 计量资料以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 行 *t* 检验。

4 结果

4.1 2 组干预前后 HAMD-17 评分比较 见表 1。干预后 HAMD - 17 评分干预组与对照组比较, 差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。提示患者的抑郁状态有所改善。

表 1 2 组干预前后 HAMD-17 评分比较 $(\bar{x} \pm s)$  分

组 别	<i>n</i>	干预前	干预后
对照组	23	30.2± 5.6	23.8± 5.7
干预组	23	31.4± 6.1	15.2± 5.3
<i>t</i> 值		0.695	5.299
<i>P</i>		>0.05	<0.05

4.2 2 组干预前后 WHOQOL-BREF 评分比较 见表 2。干预后干预组生理领域、心理领域、社会关系领域、环境领域与对照组比较, 差异有统计学意义( $P < 0.05$ ), 提示中医情志护理显著改善了患者的生活质量。

表 2 2 组干预前后 WHOQOL-BREF 评分比较 $(\bar{x} \pm s)$  分

组 别	<i>n</i>	时 间	生理领域	心理领域	社会关系领域	环境领域
对照组	23	干预前	64.3± 9.2	55.3± 11.3	48.6± 7.2	62.5± 12.1
		干预后	75.1± 8.2	65.2± 9.6	57.8± 7.8	72.4± 10.1
干预组	23	干预前	67.8± 10.3	57.3± 9.2	50.5± 8.4	61.6± 10.8
		干预后	85.4± 7.5 <sup>①</sup>	81.3± 12.5 <sup>①</sup>	78.7± 9.2 <sup>①</sup>	83.8± 7.7 <sup>①</sup>

与对照组干预后比较, ① $P < 0.05$

5 讨论

据 WHO 统计, 世界范围内约有 3.4 亿抑郁症患者, 抑郁症不仅给患者本人带来痛苦, 也给患者家庭和社会带来无尽的困扰和沉重的负担, 因此对抑郁症患者进行心理护理, 改善预后, 促进心理社会功能恢复是急需解决的问题。目前针对抑郁症治疗的研究很多, 但疗程长、易复发, 且疗效始终不尽人意。抑郁症以显著而持久的心境低落为主要特点, 同时还可伴有焦虑、自责等和睡眠、食欲紊乱、躯体不适等, 抑郁症是精

神科中最为常见的精神障碍之一。1990 年抑郁症在各种心理疾患中排名第五, 患者自杀率为 6% , 预计到 2020 年抑郁症将会跃升为心理疾患的第二名<sup>[1]</sup>。中医情志护理是以中医基础理论为指导, 以良好的护患关系为桥梁, 应用科学的护理方法改善和消除患者的不良情绪状态, 从而达到预防和治疗疾病目的的一种方法。情志护理属于中医心理护理的一种, 目前已在临床各科手术患者的辅助治疗中得到了广泛应用。中医学理论认为, “善医者, 必先医其心, 而后医其身”。就指出了情志过激对不同脏腑的损伤, 情志护理主要是以患者的基本病情作为依据, 给予有针对性的借情移情、调畅情志、安神静志等护理措施, 在确保疾病治疗效果的同时达到调畅气机、缓解抑郁的目的, 具有非常重要的应用价值<sup>[2]</sup>。

本研究结果表明, 实施中医情志护理可以有效改善抑郁症患者的抑郁状态, 提高患者的生活质量, 实施中医情志护理干预后, 干预后 HAMD - 17 评分干预组与对照组比较, 差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。表明患者的抑郁状态有所改善。WHOQOL-BREF 量表生理领域、心理领域、社会关系领域、环境领域与对照组比较, 差异均有统计学意义( $P < 0.05$ )。因此, 中医情志护理可有效改善抑郁症患者心理状况, 提高患者生活质量。

[参考文献]

[1] 陈少芬, 梁凤珍, 黎雪芬, 等. 心理护理干预对抑郁症患者的影响[J]. 中国医学创新, 2015, 12(11): 84-86.

[2] 杨宁宁, 张琳. 心理护理对抑郁症患者康复的影响[J]. 中国疗养医学, 2012, 21(3): 211-212.

[3] 范肖冬等译. ICD-10 精神与行为障碍分类[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1993: 97-104.

[4] 陆兰新. 抑郁症的心理护理观察[J]. 医学信息, 2010, 23(2): 538-539.

[5] 王凤梅. 共情护理对抑郁症患者情绪的改善研究[J]. 中国继续医学教育, 2015, 3(9): 146-149.

[6] 马二招. 情志护理改善脑卒中后抑郁患者生存质量的临床效果观察[J]. 基层医学论坛, 2015, 19(13): 1853-1854.

(责任编辑: 马力)

· 书讯 · 《外科专病中医临床诊治》由人民卫生出版社出版。本书共收外科疾病 16 种。包括急性乳腺炎、乳腺导管扩张症、乳腺增生病、血栓闭塞性脉管炎、动脉硬化闭塞症、糖尿病足、小腿慢性溃疡、褥疮、颈痛、毒蛇咬伤、粘连性肠梗阻、直结肠垂、肛瘘、混合痔, 均为具有中医治疗优势的疾病。内容从整体性与实用性出发, 各病均按概述、病因病机、临床表现、实验室和其他辅助检查、诊断要点、鉴别诊断、治疗、医案精选、难点与对策、经验与体会、预后与转归、预防与调理、现代研究、名医专家论坛、评述、古籍精选等栏目阐述, 并根据不同疾病各有侧重。全书共约 60 万字, 主要供中、高级医务工作者参考。每册定价 41 元。需要者请汇款到广州市番禺区大学城外环东路 232 号广州中医药大学《新中医》编辑部发行科收, 邮政编码 510006, 电话 020-39354129。