

# “共情护理”模式对抑郁症患者心理状态及生活质量的影响研究

贺欣欣

(天津市安定医院特需科 A-5 病区,天津 300222)

**摘要:**目的 探讨“共情护理”模式对抑郁症患者心理状态及生活质量的影响。方法 将天津市安定医院精神科 2015 年 9 月~2017 年 9 月接收的 90 例抑郁症患者,根据随机数字表法分为对照组与试验组,各 45 例。所有患者入院后均给予常规抗抑郁药物治疗,并实施常规精神科护理,试验组则在此基础上给予共情护理,比较两组患者干预后的心理状态及生活质量。结果 干预后,试验组患者的 HAMD 评分为(15.34±8.65)分,低于对照组的(20.60±7.78)分,差异有统计学意义( $P<0.05$ );试验组患者的 GQOL-74 各个维度评分及总评分均高于对照组,差异有统计学意义( $P<0.05$ )。结论 对抑郁症患者实施“共情护理”模式干预,可以有效改善抑郁症状,提高生活质量。

**关键词:**“共情护理”模式;抑郁症;心理状态;生活质量

中图分类号:R473.5

文献标识码:A

DOI:10.3969/j.issn.1006-1959.2018.19.056

文章编号:1006-1959(2018)19-0177-03

## Study on the Influence of 'Empathy Nursing' Model on Mental Status and Quality of Life of Patients with Depression

HE Xin-xin

(A-5 Ward of Special Needs Department of Tianjin Anding Hospital,Tianjin 300222,China)

**Abstract:**Objective To explore the influence of 'Empathy Nursing' mode on psychological state and quality of life of patients with depression. Methods A total of 90 patients with depression who were admitted to the Department of Psychiatry, Tianjin Anding Hospital from September 2015 to September 2017 were randomly divided into the control group and the experimental group, 45 cases each. All patients were treated with conventional antidepressant medication and routine psychiatric nursing. The experimental group gave empathy care on this basis and compared the psychological state and quality of life of the two groups after intervention. Results After intervention, the HAMD score of the experimental group was (15.34±8.65), which was lower than that of the control group (20.60±7.78), the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ). The GQOL-74 scores and total scores of the GQOL-74 patients in the experimental group were higher than those in the control group, and the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ). Conclusion The implementation of 'Empathy Nursing' mode intervention for patients with depression can effectively improve depressive symptoms and improve quality of life.

**Key words:** 'Empathy Nursing' model; Depression; Psychological state; Quality of life

抑郁症(depression)又叫抑郁性障碍,是一种十分常见的精神科疾病,特别是近年来随着人们生活压力的不断增大,此病的患病人数亦不断上升,其临床表现主要为焦虑、紧张及恐惧等,严重影响患者的身心健康<sup>[1,2]</sup>。为此,如何有效缓解抑郁症患者的临床症状,改善其心理状态,提高其生活质量,成为临床关注的重点。“共情护理”模式是一种新型的护理模式,主要是护理人员站在患者角度上设身处地为患者考虑,了解患者的内心世界,正确感知患者的情绪,并准确判断其情感、疾病状况,再为其提供人性化的护理服务<sup>[3]</sup>。本次研究将“共情护理”模式应用于天津市安定医院精神科 2015 年 9 月~2017 年 9 月接收的 45 例抑郁症患者,并与常规护理进行比

较,效果显著,现总结如下。

### 1 资料与方法

**1.1 一般资料** 本研究对象选自天津市安定医院精神科 2015 年 9 月~2017 年 9 月接收的 90 例抑郁症患者,纳入标准:①符合 ICD-10 的抑郁症临床诊断标准;②神志清晰;③能够独立完成问卷调查;④患者及家属对本次研究知情同意。排除标准:①合并有其他重大疾病;②免疫系统缺陷疾病;③有严重自杀倾向;④酒精、药物成瘾者;⑤双向情感障碍;⑥研究依从性较差。将 90 例患者根据随机数字表法分为对照组与试验组,每组 45 例。其中对照组男 26 例,女 19 例;年龄 21~67 岁,平均年龄(43.63±5.31)岁;病程 6 月~8 年,平均病程(3.32±1.53)年。试验组男 27 例,女 18 例;年龄 22~68 岁,平均年龄(43.32±5.74)岁;病程 7 月~8 年,平均病程

作者简介:贺欣欣(1986.8-),女,天津人,本科,护师,研究方向:精神卫生护理

(3.21±1.51)年。两组患者的一般资料对比,差异无统计学意义( $P>0.05$ ),研究可进行。

**1.2 方法** 所有患者入院后均给予常规抗抑郁药物治疗,并实施常规精神科护理,如生活护理、用药指导、心理疏导及口头教育等,试验组则在此基础上又给予共情护理,具体如下。

**1.2.1 专业知识培训** 加强对护理人员的专业知识培训,使护理人员充分掌握抑郁症知识及共情护理理论知识,提高护理人员的沟通技巧及人性关怀技能,让护理人员充分明白共情的三大要素:了解患者的心理状态、感受患者的内心世界、为患者提供优质的照护,提高护理人员的实际操作技巧,使其在日常工作中养成自觉关怀患者的行为,并学会消除自身不良情绪。定期组织相关考核或比赛,评价护理人员的共情护理能力。

**1.2.2 倾听和共情体验** 患者入院后,护理人员及时与患者接触,认真倾听患者主诉,全面了解患者的内心想法,不轻易打断患者的诉说,通过语言(“嗯”、“好的”、“对的”等)及非语言(如“点头”、“眼神示意”等肢体语言)表示对患者反馈信息的关注,对患者的各种询问及时给予回应,促使患者可以进一步思考自身感受,在倾听过程中详细观察患者的面部表情与动作行为,掌握其内心状态,学会换位思考,站在患者的立场上去考虑问题,对患者的痛苦感同身受,了解其内心世界,以便提高护理人员的共情体验能力,更好地为患者进行心理疏导。必要时可以直接对患者进行询问,让患者感觉到自己的诉说得到理解与重视。

**1.2.3 心理护理** 加强与患者的沟通交流,倾听患者的主诉,针对患者内心的困惑及时给予疏导,充分感受患者的情绪,设身处地地患者着想,建立良好的护患关系,提高患者的信任度。此外,需给予患者更多的关怀与支持,列举一些康复较佳的病历,增强患者治疗信心,指导患者学会自我宣泄情绪,避免疾病再次发

作,并告诉患者抑郁症不是不治之症,只要摆正心态,积极配合治疗,是可以有效缓解症状直到康复。

**1.2.4 保护患者隐私** 抑郁症患者大多不愿透露真名及人际关系等,护理人员需充分保护患者的隐私,做好保密工作,禁止在他人面前询问病情,以免受到他人的歧视及攻击等,消除患者的内心顾虑,提高患者的安全感。

**1.3 评价指标** ①心理状态评定:通过汉密尔顿抑郁量表(HAMD-24)对两组患者干预前后的抑郁症状进行评价,总分 $>35$ 表示重度抑郁,总分 20~35 分表示肯定抑郁,总分 8~19 分表示可能抑郁,总分 $<8$  分表示无抑郁,分值越高表示抑郁症状越严重,量表的信度为 0.90,评定方法简便,标准明确,对抑郁症患者来讲十分适应<sup>[9]</sup>。②生活质量评定:通过生活质量综合评定量表(GQOL-74)对两组患者干预 3 个月后的生活质量进行评价,包含 4 个维度 20 个项目,总分换算为 100 分<sup>[9]</sup>。

**1.4 统计学方法** 利用 SPSS22.0 软件处理,计数资料以( $\bar{x}\pm s$ )表示,并进行  $t$  检验,以  $P<0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

**2.1 两组患者干预前后的抑郁症状比较** 干预后,两组患者的 HAMD 评分均低于干预前,差异有统计学意义( $P<0.05$ );试验组患者的 HAMD 评分低于对照组,差异有统计学意义( $P<0.05$ ),见表 1。

表 1 两组患者干预前后的抑郁症状比较( $\bar{x}\pm s$ ,分)

组别	n	干预前	干预后	t	P
试验组	45	26.36±7.34	15.34±8.65	9.412	0.002
对照组	45	26.86±8.65	20.60±7.78	5.566	0.018
t		0.123	2.925	/	/
P		0.901	0.004	/	/

**2.2 两组患者的 GQOL-74 评分比较** 干预后,试验组患者的 GQOL-74 各个维度评分及总评分均高于对照组,差异有统计学意义( $P<0.05$ ),见表 2。

表 2 两组患者的 GQOL-74 评分比较( $\bar{x}\pm s$ ,分)

组别	躯体功能	心理功能	社会功能	角色功能	总分
对照组	20.65±2.27	20.81±2.66	20.72±1.88	20.55±1.67	85.78±5.28
试验组	23.51±2.45	23.78±2.47	23.46±2.27	23.76±2.17	95.58±6.83
t	5.566	6.508	5.886	5.783	7.070
P	0.018	0.011	0.015	0.016	0.008

## 3 讨论

抑郁症患者通常会伴有一定程度的精神运动功能障碍,且长期受到抑郁症状的折磨,患者的自我评

价往往较低,直接影响患者社会职能和生活质量<sup>[9]</sup>。目前,临床上对抑郁症患者的主要治疗方式是以抗

(下转第 181 页)

(上接第 178 页)

抑郁药物治疗为主,但抑郁症属于心理疾病,单一靠药物治疗,疗效十分有限,极易导致病情反复发作,为此,在对抑郁症患者进行抗抑郁药物治疗的同时给予共情护理干预至关重要<sup>[7]</sup>。

本次研究中对试验组实施共情护理模式干预后,试验组患者的 HAMD 评分低于对照组,且试验组患者的 GQOL-74 各个维度评分及总评分均高于对照组,差异有统计学意义( $P<0.05$ )。该结果与贺国文<sup>[8]</sup>等研究相符合。研究中我们先加强对护理人员的专业知识培训,使护理人员充分掌握共情护理理论知识及抑郁症专业知识,将自觉关怀患者形成一种心理意识,不断提高护理人员的共情护理能力;细心倾听患者的主诉,并与患者形成共情体验,对患者内心的痛苦感同身受,有效地提高了患者的安全感与信任感;加强心理护理,对患者内心的困惑及时给予疏导,有效地消除了患者的疑虑,促使患者以积极乐观的心态面对疾病,缓解抑郁症状,改善生活质量;保护好患者的隐私,做好保密工作,则有效地避免了患者受他人的歧视与攻击,有效提高患者的社会功能。

综上所述,对抑郁症患者实施“共情护理”模式

干预,可以有效改善患者的抑郁症状,降低其抑郁程度,提高其生活质量,具有重要的临床价值。

#### 参考文献:

- [1]宋乃云,孙玉梅,王彦芳.共情护理对抑郁症病人抑郁情绪及生活功能的影响[J].护理研究,2016,30(22):2771-2772.
- [2]耿萍.共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活功能的改善作用分析[J].中国继续医学教育,2017,9(04):220-221.
- [3]董晓光.共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活功能的改善作用[J].当代医学,2016,22(16):94-95.
- [4]丽扎·满苏尔,罗晓,巴哈古丽·阿尔斯朗,等.汉密尔顿抑郁量表维吾尔语版本的一致性检验 [J]. 中国现代医生,2017,55(13):79-81.
- [5]崔素芳.共情护理对抑郁症患者抑郁情绪及生活质量的影响[J].中国民康医学,2015,27(08):119-120.
- [6]方蕾.共情护理应用于抑郁症患者情绪改善效果分析[J].中国乡村医药,2015,22(18):61-62.
- [7]童良娥,谢志斌.共情护理在抑郁症患者中的应用[J].护理实践与研究,2016,13(08):143-145.
- [8]贺国文,赵咏梅,周洁.共情护理对抑郁症患者的抑郁情绪及生活功能的改善作用[J].检验医学与临床,2016,13(05):659-661.

收稿日期:2018-3-26;修回日期:2018-4-18

编辑/雷华