

心理护理并健康教育在血液透析护理中的应用

姚博

河北省保定市定兴县医院

DOI:10.12238/carnc.v3i7.16341

[摘要] 目的：分析在血液透析护理中采取心理护理并健康教育的效果。方法：本次研究对象为本院于2024年1月—2025年1月期间收治的96例血液透析患者，按照随机数字表法分为常规组和实验组，每组48例。其中前者行常规组护理，实验组在上述基础上采取心理护理并健康教育。对两组护理效果进行评价。结果：与常规组比较，实验组负面情绪评分显低（ $P<0.05$ ），健康知识知晓率及护理满意度显高（ $P<0.05$ ）。结论：在血液透析护理中采取心理护理并健康教育可缓解患者负面情绪，提升其健康知识知晓率及护理满意度，此种方法值得推广。

[关键词] 血液透析；心理护理；健康教育；护理效果

中图分类号：R473.5 文献标识码：A

Application of Psychological Nursing and Health Education in Hemodialysis Nursing

Bo Yao

Dingxing County Hospital

Abstract: Objective: To analyze the effect of psychological nursing and health education in hemodialysis nursing. Method: The subjects of this study were 96 hemodialysis patients admitted to our hospital from January 2024 to January 2025. They were randomly divided into a control group and an experimental group using a random number table method, with 48 patients in each group. The former received routine nursing care, while the experimental group received psychological care and health education based on the above. Evaluate the nursing effects of two groups. Result: Compared with the conventional group, the experimental group had significantly lower negative emotion scores ($P<0.05$), higher awareness of health knowledge and nursing satisfaction ($P<0.05$). Conclusion: Adopting psychological care and health education in hemodialysis nursing can alleviate patients' negative emotions, improve their health knowledge awareness and nursing satisfaction.

Keywords: Hemodialysis; Psychological care; Health Education; Nursing effect

引言

血液透析作为终末期肾病患者的一种主要治疗方法，是在患者全身代谢紊乱和水钠潴留基础上，清除体内代谢废物和过多水分，以达到维持内环境相对稳定的目的^[1]。对于终末期肾病的患者，血液透析能替代部分的肾脏排泄功能，从而减轻临床症状，阻止或延缓并发症进展。血液透析治疗目前被视为常规的治疗方法，但仍存在并发症的高风险，并且该治疗一般每周需进行3次，每次耗时4~6小时，这不仅严重影响患者的日常生活，还对患者的心理状态造成了极大的冲击。相关研究表明，血液透析患者普遍存在心理问题，焦虑、抑郁等负面情绪的发生率较高。这些负面情绪不仅会降低患者的生活质量，还可能影响治疗依从性，进而对治疗效果产生不利影响。与此同时，患者对血液透析相关健康知识的知晓程度也直接关系到治疗的顺利进行和并发症的预防。许多患者由于对疾病和治疗缺乏了解，在饮食、用药、自我护理等方面存在诸多误区，无疑增加治疗的难度和风险

^[2]。因此，在血液透析护理中，如何有效地实施心理护理并开展健康教育，以缓解患者的负面情绪，提升其健康知识知晓率，成为了当前护理领域亟待解决的重要问题。为此，本研究旨在探讨心理护理并健康教育在血液透析护理中的应用效果，结果详见下文。

1 资料与方法

1.1 基础资料

本次研究对象为本院于2024年1月—2025年1月期间收治的96例血液透析患者，纳入标准：（1）符合血液透析治疗指征；（2）意识清楚，具备一定的沟通能力；（3）自愿签署知情同意书。排除标准：（1）合并严重心、脑、肝等重要脏器功能障碍；（2）精神疾病史，认知功能障碍；（3）基础资料缺失者。按照随机数字表法分为常规组和实验组，每组48例。常规组男26例，女22例；年龄25-68岁，平均（ 46.54 ± 8.33 ）岁；透析时间3-36个月，平均（ 18.24 ± 6.53 ）个月。实验组男28例，女20例；年龄23-70岁，

Clinical Application Research of Nursing Care

平均(47.14±8.73)岁;透析时间4-38个月,平均(19.32±7.24)个月。两组患者基础资料对比差异无统计学意义($P>0.05$),具有可比性。

1.2 方法

1.2.1 常规组

此组采取常规护理,包括透析前的准备工作,如检查透析设备、准备透析用品、评估患者生命体征等;透析过程中的密切观察,包括监测患者的血压、心率、呼吸等生命体征,观察透析设备的运行情况,及时处理透析过程中出现的各种问题;透析后的护理,如穿刺部位的护理、指导患者测量体重等。

1.2.2 实验组

此组在上述基础上采取心理护理并健康教育,具体措施如下:

(1) 心理护理: ①建立信任关系: 护理人员主动与患者沟通交流,以热情、耐心、关心的态度对待患者,认真倾听患者的诉求和担忧,让患者感受到被尊重和重视,从而建立起良好的信任关系。例如,在患者首次进行血液透析时,护理人员详细介绍透析室的环境、设备以及透析过程中可能出现的情况,让患者对透析治疗有初步的了解,减轻其陌生感和恐惧感。 ②心理评估与干预: 运用专业的心理评估工具,如焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS),对患者的心理状态进行评估。根据评估结果,为患者制定个性化的心理干预方案。对于存在焦虑情绪的患者,护理人员通过心理疏导、放松训练等方式帮助患者缓解焦虑。例如,指导患者进行深呼吸训练,让患者慢慢地吸气,使腹部膨胀,然后慢慢地呼气,重复几次,以达到放松身心的目的。对于存在抑郁情绪的患者,护理人员给予更多的情感支持,鼓励患者表达自己的情感,同时介绍一些成功治疗的案例,增强患者战胜疾病的信心。 ③鼓励社交支持: 鼓励患者与家人、朋友保持密切的联系,让他们感受到来自家庭和社会的关爱和支持。同时,组织患者之间的交流活动,如定期举办透析患者座谈会,让患者分享自己的治疗经验和生活感受,互相鼓励和支持,减轻患者的孤独感和无助感。

(2) 健康教育: ①制定个性化教育方案: 了解患者的文化程度、健康状况、对疾病的认知程度等,为患者制定个性化的健康教育方案。例如,对于文化程度较低的患者,采用通俗易懂的语言和图文并茂的资料进行教育;对于文化程度较高的患者,可以提供一些专业的医学书籍和文献,让患者深入了解疾病和治疗相关知识。 ②多样化教育方式: 采用多种教育方式相结合,提高患者的学习兴趣和效果。定期举办血液透析知识讲座,由经验丰富的医生或护士担任讲师,向患者讲解血液透析的原理、目的、注意事项、并发症的预

防和处理等知识。例如,在讲座中详细介绍透析过程中可能出现的低血压、肌肉痉挛等并发症的原因、症状及应对方法,让患者有充分的认识和准备。在患者透析过程中,护理人员针对患者的具体情况,进行一对一的指导。如指导患者如何正确控制饮食中的水分、盐分和钾的摄入,如何进行内瘘的自我护理等。例如,向患者演示内瘘的正确按压方法,告知患者透析前后内瘘肢体的注意事项,避免受压、负重等。

制作精美的血液透析健康宣传手册,内容涵盖疾病知识、饮食指导、运动建议、自我护理等方面,发放给患者,方便患者随时查阅。宣传手册中配有生动形象图片和简单易懂的文字,让患者更容易理解和接受。利用视频、动画等多媒体资源,向患者展示血液透析的过程、透析设备的操作、饮食搭配等内容。例如,播放一段关于血液透析操作流程的视频,让患者更加直观地了解透析过程,增强患者的认知。

1.3 疗效标准

1.3.1 负面情绪评分

采用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)对患者的焦虑和抑郁情绪进行评估。SAS和SDS均包含20个项目,每个项目按1-4级评分,得分越高表示焦虑或抑郁程度越严重。

1.3.2 健康知识知晓率

自行设计健康知识调查问卷,内容包括血液透析的原理、目的、注意事项、饮食控制、并发症的预防和处理等方面,共20个题目,答对16题及以上为知晓,计算知晓率。

1.3.3 护理满意度

采用自制的护理满意度调查问卷,从护理态度、护理技术、健康教育、心理支持等方面进行评价,分为非常满意、满意、不满意三个等级,护理满意度=(非常满意+满意)/总例数×100%。

1.4 统计学方法

采用SPSS 22.0统计学软件对数据进行分析,计量资料以($\bar{x}\pm s$)表示,采用t检验;计数资料以率(%)表示,采用 χ^2 检验, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 负面情绪评分比较

与常规组比较,实验组负面情绪评分显低($P<0.05$)。

表1 负面情绪评分比较($\bar{x}\pm s$)(分)

组别	例数	SAS	SDS
实验组	48	42.32±5.23	43.22±5.54
常规组	48	48.54±5.85	49.33±6.11
t	-	6.024	5.643
P	-	0.001	0.001

2.2 健康知识知晓率比较

表2显示,与常规组比较,实验组健康知晓率显高(P

Clinical Application Research of Nursing Care

<0.05)。

表2 健康知识知晓率比较[n,(%)]

组别	例数	健康知识率
实验组	48	93.75% (45/48)
常规组	48	77.08% (37/48)
χ^2	-	6.275
P	-	0.012

2.3 护理满意度比较

表3显示,与常规组比较,实验组护理满意度显著高(P<0.05)。

表3 护理满意度比较[n,(%)]

组别	例数	非常满意	一般满意	不满意	总满意度
实验组	48	28	19	1	47(97.92)
常规组	48	20	21	7	41(85.42)
χ^2	-	-	-	-	5.357
P	-	-	-	-	0.021

3 讨论

血液透析患者由于长期受到疾病的困扰,加之治疗过程的痛苦和经济负担的压力,容易产生各种负面情绪^[3]。本研究结果显示,护理前两组患者的焦虑和抑郁评分均处于较高水平,说明血液透析患者普遍存在心理问题。经过心理护理后,实验组患者的SAS和SDS评分显著降低,表明心理护理能够有效地缓解患者的负面情绪,与相关性研究结果一致^[4]。心理护理可以帮助患者更好地理解疾病和治疗过程,可减轻对疾病和治疗的恐惧和担忧,从而减轻焦虑和抑郁症状。通过建立信任关系,护理人员能够深入了解患者的心理状态,及时给予心理支持和安慰,让患者感受到关爱和尊重,增强其战胜疾病的信心。心理评估与干预能够根据患者的具体情况制定个性化的心理护理方案,提高心理护理的针对性和有效性。鼓励社交支持可以让患者从家庭和社会中获得情感支持,减轻孤独感和无助感,从而改善心理状态。

健康教育是提高血液透析患者健康知识水平和治疗依从性的重要手段。本研究中,实验组患者通过多样化的健康教育方式,健康知识知晓率显著提高。集中授课能够系统地向患者传授血液透析的相关知识,让患者对疾病和治疗有全面的了解。一对一指导则能够根据患者的个体差异,提供个性化的健康指导,如饮食控制、内瘘护理等,帮助患者更好地掌握自我护理技能。发放宣传资料和多媒体教育可以让患者更加直观地学习健康知识,提高学习兴趣和效果。定期评估与强化教育能够及时发现患者知识掌握的不足之处,进行针对性的强化教育,确保患者真正掌握健康知识。有研究表明,患者对健康知识的知晓程度越高,其治疗依从性越好,

治疗效果也更佳^[5]。因此,健康教育对于提高血液透析患者的治疗效果和生活质量具有重要意义。

心理护理能够缓解患者的负面情绪,增强其治疗信心和依从性,为健康教育的开展奠定良好的心理基础^[6]。而健康教育则能够让患者更好地了解疾病和治疗相关知识,提高自我管理的能力,从而进一步改善心理状态^[7]。本研究结果显示,实验组患者在心理护理和健康教育相结合的护理模式下,负面情绪得到了有效缓解,健康知识知晓率显著提高,护理满意度也明显提升。充分说明心理护理与健康教育相结合的护理模式具有显著的优势,能够为血液透析患者提供更加全面、优质的护理服务。在临床实践中,护理人员应重视心理护理和健康教育的结合,根据患者的具体情况,制定个性化的护理方案,以提高血液透析护理质量,促进患者的身心健康^[8]。

综上所述,在血液透析护理中采取心理护理并健康教育可有效缓解患者的负面情绪,提升其健康知识知晓率及护理满意度,值得在临床护理中推广应用。

[参考文献]

- [1]陈丽丽,周升娟,李杰.激励式心理护理联合同伴支持教育对维持性血液透析患者的影响[J].心理月刊,2024,19(19):155-157.
- [2]孙雅楠,侯鹏.心理护理干预对长期血液透析患者心理情绪及生活质量的影响[J].中国医药指南,2023,21(2):140-142.
- [3]李亭汝,霍帅,赵松伟,等.结构化心理护理联合健康教育在血液净化患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2024,30(11):100-103.
- [4]贡惠芳,周燕,王文燕,等.强化健康教育联合心理护理在行维持性血液透析患者中的应用效果[J].中西医结合护理(中英文),2024,10(4):17-20.
- [5]王雅琳.心理护理联合健康教育在终末期肾病血液透析患者中的应用效果[J].中国社区医师,2023,39(24):143-145.
- [6]张丽丽.心理护理在血液透析护理中的应用效果及对患者不良情绪的影响[J].婚育与健康,2023,29(7):178-180.
- [7]陈雪梅.血液透析患者不同时期的心理与心理护理效果探讨[J].中外医疗,2023,42(6):160-164.
- [8]高峡,王小明.健康教育联合心理干预在维持性血液透析患者中的临床应用[J].心理月刊,2021,16(8):99-100.

作者简介:

姚博(1979.08-),女,汉族,河北保定定兴县人,本科,副主任护师,研究方向为血液净化。