

# 解析家庭式病房护理联合心理护理在产后抑郁患者中的应用

杨启婵

岑溪市人民医院

DOI:10.12238/fcmr.v2i3.3652

**[摘要]** 研究目的: 为了解家庭式病房护理联合心理护理对于产后抑郁患者的重要作用, 本文选取本院一年时间内收治的186例初产妇作为重点研究对象, 将186人划分为两组, 一组采用常规护理联合心理护理, 一组采用家庭式病房护理联合心理护理。通过对两组患者护理满意度、抑郁症评分情况的分析, 确定两者间的明显区别, 了解家庭式病房护理联合心理护理对于产后抑郁的重要作用, 进而在日后的护理中加大临床应用率, 降低产后情绪崩溃导致的危险问题发生。

**[关键词]** 家庭式病房; 心理护理; 产后抑郁

中图分类号: R62 文献标识码: A

## Analyze the Application of Family Ward Nursing Combined with Psychological Nursing in Patients with Postpartum Depression

Qichan Yang

The People's Hospital of Cenxi City

**[Abstract]** In order to understand the important role of family ward nursing combined with psychological nursing in patients with postpartum depression, 186 cases of primipara admitted to our hospital within one year were selected as the key research objects. 186 cases were divided into two groups. One group was treated with routine nursing combined with psychological nursing, and the other group was treated with family ward nursing combined with psychological nursing. Through the analysis of nursing satisfaction and depression score of the two groups of patients, the obvious difference between the two groups was determined, and the important role of family ward nursing combined with psychological nursing for postpartum depression was understood, so as to increase the clinical application rate in future nursing and reduce the risk of postpartum emotional collapse.

**[Key words]** family ward; psychological care; postpartum depression

产后抑郁是目前产褥期产妇最常出现的一种情感性精神障碍疾病, 患者会存在厌世、紧张、悲观、情绪低迷等情况, 严重的还会出现自杀问题, 且该病情诱发因素较多, 恢复期不定, 会对产妇及婴儿的生活质量带来严重影响。据调查结果显示, 目前初产妇出现产后抑郁的比例逐渐上升, 发生率已经已达30%以上。而导致疾病产生的原因与家庭环境有着密不可分的关系。家庭式病房护理联合心理护理是目前处理产后抑郁的重要措施之一, 而本文就对该护理方式进行了对比分析, 了解其应用效果, 以期为提高产后抑郁治疗水平提供帮助。

### 1 资料与方法

1.1 一般资料。选择本院一年时间内

收治的186例产后抑郁患者为研究对象, 参与患者挑选遵循以下标准要求: 按照爱丁堡产后抑郁量表评价进行患者确定; 选取人员要为初产妇; 患者及其家属均要明确本次研究重点, 并签署知情同意书。在患者选择过程中, 要求排除患有其他疾病的患者, 如基础类疾病、精神类疾病、并发症等。在确定最终患者后, 按照随机分配的原则, 将选择的186名患者划分为对照组和观察组, 其中对照组90人, 观察组96人。对照组顺产患者48人, 平均年龄在25岁上下, 孕周约在38周左右。在进行爱丁堡产后抑郁量表测定后, 得出评分为8分; 观察组顺产患者52人, 平均年龄在24岁上下, 孕周约在38周左右, 在进行爱丁堡产后抑郁量表测定

后, 得出评分为8分。两组产妇患者的基本资料雷同, 无明显差异性, 具有可比性。

1.2 方法。(1) 对照组主要采用的是常规护理联合心理干预的方式, 在分娩后对产妇进行阴道清洁、尿布换洗、母乳喂养、新生儿护理等多项工作, 同时给予产妇饮食和生活上的干预与指导, 帮助产妇快速回复体能。在护理过程中, 进行健康知识宣传, 提高产妇及家属的配合力度, 并通过沟通交流, 解决产妇存在的心理问题。(2) 观察组采用的是家庭式病房护理联合心理护理。内容包括: 一是病室环境设计。为体现家庭式病房护理的特色, 可将病室按照家庭规格进行重新布置, 如墙体由原来的纯白色换为暖黄色、墙面粘贴孕妇喜

欢的照片或画作,在室内窗台或茶几位置摆放绿色植物,增加独立卫浴、冰箱、电视等家用电器,营造舒适、温馨的病房环境,降低孕妇的疏离感与不适感。二是护理人员应做好角色转变,建立与患者间的亲密关系,将患者视作自己的亲人对待,提高护理人员的责任心和爱心,让患者感受到他人的关心和爱护,不断降低患者的心理压力。护理人员要做好与患者间的沟通交流,了解患者性格特征以及面临的心理问题,通过语言、行为暗示等方式,帮助患者进行心理情绪的宣泄和纾解,减少问题堆积带来的影响。三是产后因为体能消耗较大、妊娠反应影响及产后哺乳等因素的影响,产妇会存在疲惫、焦虑、紧张等情况,生理和心理均遭受着较大折磨。为此,在护理过程中,首先要改变活动环境,营造舒适的空间环境,降低空间压迫带来的影响。其次,对患者进行中医按摩,在按摩过程中可与其进行适当的沟通,尽量使患者心境平和,具有舒适感与安全感,这同时也可促进产后子宫修复,减少产后出血,疏通乳腺管,降低胀奶而产生的不适感。四是护理人员应详细讲解家庭支出、患者康复以及新生儿教育等多方面内容,并要求患者家属密切注意患者身心变化情况,在出现情绪焦躁或波动较大时立即进行安抚,保证患者对家庭的热爱。五是对产后患者进行饮食上的干预,制定合理的膳食计划,帮助产妇快速恢复体力,提高身体健康状况。

1.3 观察指标。对于两组患者的观察可分为两部分,一是出院时,一是产后6周左右。前者主要是通过问卷调查形式了解患者及其家属对于护理的满意度情况,按照非常满意、基本满意及不满意进行评分;后者主要是对产妇心理状态进行评分,采用汉密尔顿抑郁量表、焦虑量表和爱丁堡产后抑郁量表进行综合评价,分值越低,心理状态越好。

1.4 统计学方法。应用SPSS19.0统计学软件进行处理和分析数据,计数资料的表示形式为例数和百分比(%),采用 $\chi^2$ 检验;计量资料用( $\bar{x} \pm s$ )表示,采用t检验;以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

## 2 结果

2.1 护理满意度对比结果。观察组中

非常满意共78人,基本满意16人,不满意2人,满意度在97.92%;对照中非常满意共68人,基本满意13人,不满意9人,满意度在90%, $X^2$ 值为5.232。从数据中可明显看出观察组护理满意度高于对照组,差异具有统计学意义。

2.2 产后6周心理状态评分结果。本次研究中,两组患者心理状态平复采用汉密尔顿抑郁量表、焦虑量表和爱丁堡产后抑郁量表给出精准评分,两组的评分数据分别为:观察组中,汉密尔顿抑郁量表评分8.82~15.02、焦虑量表评分6.87~11.83、爱丁堡产后抑郁量表评分6.51~10.97;对照组中汉密尔顿抑郁量表评分11.22~17.24、焦虑量表评分9~14.74、爱丁堡产后抑郁量表评分7.24~13;T值分别为-6.647、-6.419、-4.381。从数据中可以看出,观察组的评分明显低于对照组,差异具有统计学意义。

## 3 讨论

产后抑郁带来的危险性较高,且严重影响了孕妇与婴儿日后的生活质量,同时由于产后抑郁等级不同,其恢复时间也会存在较差差异,短则三至五个月,长则一年以上。导致产后抑郁的因素有很多,如夫妻关系、孕期保健、丈夫期盼生男孩程度、社会支持等有关,相关研究表明,其与家庭内部关系较为密切。

产后抑郁是产妇产后经常出现的并发症。随着当代人民生活节奏的加快,以及经济压力的增大,产后抑郁的发病率呈现出明显的增长趋势。目前,产后抑郁还没有明确的临床发病机制。据相关临床医学调查研究报告显示,处于妊娠末期的妇女由于受到社会因素、家庭因素和个人心理因素等方面的影响,孕激素与雌激素会发生明显的变化,甚至是达到限定峰值,这会抑制大脑内茶酚胺的分泌,进而影响大脑的正常运转,具体体现在心理素质退化、对他人产生较强的依赖、情绪控制能力弱等方面。即便是周围环境发生极其细微的变化,也会导致产妇心理失常,情绪暴躁易怒。再加上部分产妇的性格怯懦,心理建设不到位,会在生理方面出现极为明显的应激反应,而这也是产后抑郁形成的主要原因。

目前,针对产后抑郁的临床控制方法以药物控制为主,但是整体控制效果不够理想。随着生物医学模式得到公众的普遍认可,心理护理干预措施越来越受到重视。采用合理的心理护理干预措施,可以有效舒缓产妇的负面情绪,减轻产妇的心理压力,使其保持积极乐观的生活态度,从而加强临床分娩的依从性,改善其生活质量。

由于多数产后抑郁患者都存在一定程度的认知缺陷,所以就有必要加强患者的心理健康教育。通过心理健康教育引导患者客观认知事物,正面审视自身的问题,有效舒缓不良情绪,调节心理状态。一般情况下,产后抑郁多发生在产妇产后约6周以后。产后抑郁作为一种极为典型的精神类疾病,会对孕妇的产后康复造成严重影响。具体临床表现主要包括注意力分散、食欲不振、心情烦躁等。如果患者的病症不能得到有效控制,还会出现自我伤害等过激行为。

家庭式病房护理理念是从美国引进的新型护理理念,目的是通过家庭环境营造,护理服务质量提升,降低患者抑郁状态,在拉近医患关系的同时,提高患者的生活质量。本次研究中,采用家庭式病房护理联合心理护理方式,对分娩患者进行不良情绪梳理,通过对比结果显示,应用该方式后,护理满意度以及心理状态均得到明显提升,出现抑郁的可能降到最低。同时,患者家属参与的积极性得以提高,对于患者及婴儿照顾水平逐渐加强。由此可知,家庭式病房护理联合心理护理对于产后抑郁有着非常重要的作用,应加大推广和应用力度,以降低产妇情绪崩溃可能。

## [参考文献]

[1]刘盼飞.健康教育联合心理护理在产后抑郁患者中的应用[J].西藏医药,2020,41(01):138-139.

[2]邢雅亭.适应性护理联合心理护理在产后抑郁患者中的作用[J].实用中西医结合临床,2020,20(9):154-155.

[3]向以红.心理护理联合健康教育对产后抑郁患者的护理效果评价[J].健康大视野,2019,(005):170.

[4]阮晔.产后抑郁症护理中的应用探讨[J].养生保健指南,2019,(34):171.