

心理弹性干预在血液肿瘤患者治疗期心理护理中的应用 效果及机制探讨

付玲梅

成都大学附属医院

DOI:10.32629/ffcr.v3i7.17755

[摘要] 目的：观察在对血液肿瘤患者治疗期间心理护理过程中开展心理弹性干预的作用。方法：在本院2024年3月至2025年4月血液肿瘤患者中选择76例为对象，随机抽样均分2组，任取1组在治疗期间进行常规护理（38例，对照组），余下1组则进行心理弹性干预（38例，观察组）。对两组心理弹性、生活质量对比。结果：心理弹性，观察组护理后高于对照组，（ $P<0.05$ ）。生活质量，观察组护理后高于对照组，（ $P<0.05$ ）。结论：在对血液肿瘤患者治疗期间心理护理过程中开展心理弹性干预，可以增加患者心理弹性，提高患者生活质量。

[关键词] 心理弹性干预；血液肿瘤患者；心理护理

中图分类号：R473.7 文献标识码：A

Application Effect and Mechanism Exploration of Psychological Resilience Intervention in Psychological Nursing of Patients with Hematological Tumors during Treatment

Lingmei Fu

Chengdu University Affiliated Hospital

Abstract: Objective: To observe the effect of psychological resilience intervention in the psychological nursing process of patients with hematological malignancies during treatment. Method: 76 patients with hematological tumors were selected from our hospital from March 2024 to April 2025. They were randomly divided into two groups, with one group receiving routine care during treatment (38 cases, control group) and the other group receiving psychological resilience intervention (38 cases, observation group). Compare the psychological resilience and quality of life between two groups. Result: Psychological resilience was higher in the observation group than in the control group after nursing care, ($P<0.05$). The quality of life in the observation group was higher than that in the control group after nursing care, ($P<0.05$). Conclusion: Psychological resilience intervention during the psychological care process for patients with hematological malignancies can increase their psychological resilience and improve their quality of life.

Keywords: psychological resilience intervention; Blood tumor patients; psychological care

引言

血液肿瘤患者病症多较为严重，治疗周期较长，甚至可能危及患者生命安全。该部分患者在治疗过程中多伴随有不同程度心理压力，会在一定程度上影响患者与治疗的相互配合，更可能降低患者在治疗期间生活质量^[1-2]。心理护理为血液肿瘤患者治疗期间护理工作的重要内容，为更加有效针对患者在治疗期间心理状态进行改善，更需要做好相关护理。心理弹性干预为当前临床开展心理护理的新方案，本次研究主要对心理弹性干预在血液肿瘤患者治疗期间心理护理中的作用进行观察。

1 资料与方法

1.1 一般资料

在本院2024年3月至2025年4月血液肿瘤患者中选择76例为对象，随机抽样均分2组，任取1组在治疗期间进行常规护理（38例，对照组），余下1组则进行心理弹性干预（38例，观察组）。对两组病例基本资料进行分析，对照组患者中包括有20例男性、18例女性，统计患者年龄范围在45~65岁，对应年龄平均值为（ 55.63 ± 1.58 ）。对患者体质指数进行测量，区间为21~25kg/m²，对应均值为（ 22.15 ± 1.65 ）kg/m²。对照组患者中包括有21例男性、17例女性，统计患者年龄范围在46~66岁，对应年龄平均值为（ 54.63 ± 1.74 ）。对患者体质指数进行测量，区间为21~25kg/m²，对应均值为（ 22.35 ± 1.25 ）kg/m²。针对患者基本信息进行分析， $P>0.05$ 。

1.2 方法

对照组在治疗期间，按照常规模式对患者开展心理支持。在与患者进行交流过程中对患者心理状态进行分析，评估患者面对自身病症的态度，并对患者进行针对性疏导，帮助患者以更加积极心态接受治疗。鼓励患者在治疗期间可以选择自己喜欢的方式对注意力进行转移，促使患者能够以更加积极的心态接受治疗。观察组在治疗期间则接受心理弹性干预：

(1) 心理状态评估。在患者治疗期间，护理人员需要积极和患者进行沟通，鼓励患者将心理压力进行倾诉，明确患者存在心理压力的原因以及患者面对治疗的心态等。(2) 对叙事方式进行转变。在患者治疗过程中，护理人员可以指导患者回忆部分令患者伤心或者痛苦的事情，并指导患者从痛苦的事情中选择较为积极的内容，逐步鼓励患者以更加积极的心态接受治疗。每日对患者进行一次引导，时间控制在20min左右。(3) 协助患者克服恐惧。出于对自身病症的担忧，该患者容易存在有不同程度恐惧心理，甚至出现懈怠治疗的行为。在和患者进行沟通的过程中，则需要积极引导对心理压力进行释放，帮助患者克服恐惧。并鼓励患者家属在患者治疗期间多陪同患者，给与患者鼓励和支持，促使患者迅速恢复的自信心可以得到建立。(4) 自我怜悯。逐步引导患者进行自我接受，用心体会自身的真实感受。告知自己，自身当前的各方面经历仅仅是生活中的挑战之一，也是自身经历中的重要组成部分。指导患者学会自我认同，并学会接纳自己。(5) 学会自我放松。指导患者积极进行放松训练，先进行深呼吸放松练习，指导患者保持坐位，最大限度吸气，且在吸气过程中促使腹部最大限度下陷，保持3到5秒后，指导患者将嘴巴缩成吹口哨的形状，缓慢呼出，反复进行10次，起到放松的目的。或指导患者开展冥想放松练习，指导患者闭眼，想象自己处在舒适、安静的环境条件下，有微风、水流、阳光等，起到放松的效果。

1.3 观察指标

(1) 心理弹性对比。患者治疗期间心理弹性按照Connor-Davidson心理弹性量表实施评估，量表中乐观层面包括4个问题，力量性层面包括8个问题，坚韧性层面包括13个问题，每个问题按照1~3分进行权衡，指导患者结合自身实际对量表中对应问题回答，分值越高则心理弹性越强。

(2) 生活质量对比。两组患者恢复期间生活质量通过生存质量测定量表(WHOQOL-BREF)进行评估，指导患者结合自身具体情况对量表中问题进行回答，评分维度社会关系(满分20)、环境因子(满分30)、生理(满分30)、心理(满分30)，各维度分值越高则视为患者生活质量越好。

1.4 统计学方法

研究中相关数据均以软件SPSS 25.0实施分析，均值±

标准差($\bar{x} \pm s$)表示计量资料(包括心理弹性、生活质量等)，%对计数资料表示， χ^2 检验，(P<0.05)表示差异具备统计学意义。

2 结果

2.1 心理弹性分析

心理弹性，观察组护理后高于对照组，(P<0.05)，见表1。

表1 2组心理弹性对比($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	乐观		力量性		坚韧性	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	3	5.33±	8.36±	11.63±	17.96±	20.68±	31.56±
	8	0.83	1.05	1.52	1.35	2.01	1.85
对照组	3	5.18±	6.15±	11.71±	14.05±	20.71±	22.45±
	8	1.02	1.45	1.64	1.22	2.45	1.98
t	-	1.772	21.455	1.578	24.041	1.578	28.454
P	-	0.992	0.001	0.425	0.001	0.234	0.001

2.2 生活质量分析

生活质量，观察组护理后高于对照组，(P<0.05)，见表2。

表2 2组生活质量对比($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	生理		环境因子		社会关系		心理	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	3	12.45±	26.12±	17.45±	26.15±	8.11±	14.45±	15.05±	25.05±
	8	1.25	0.74	0.58	1.45	1.12	0.35	1.22	1.15
对照组	3	12.45±	21.35±	17.35±	22.35±	8.12±	11.15±	15.34±	20.45±
	8	1.35	0.58	0.68	1.58	1.23	1.45	1.45	1.35
t	-	0.245	25.45	0.952	18.50	0.215	15.25	0.325	24.42
P	-	0.722	0.001	0.311	0.001	0.725	0.001	0.711	0.000

3 讨论

血液肿瘤患者在治疗期间多伴随有不同程度心理压力，尤其对于部分病症较为严重患者，甚至可能丧失对于生活的自信心。在针对血液肿瘤患者进行心理护理的过程中，为帮助患者心理状态进行改善，更需要结合患者心理特点准确开展各方面心理护理工作，帮助患者以积极的心态接受治疗^[3-4]。

心理弹性干预在常规心理护理的基础上，更加侧重帮助患者心理自我调节能力进行改善，促使患者在治疗的过程中能够从自身角度对负面情绪进行调节，以更加积极、乐观的心态接受治疗，起到改善患者心理状态的作用^[5-6]。可以避免患者在治疗过程中因存在有不同程度负面影响，影响到患者和各方面治疗的配合等。同时，可以避免患者在治疗过程中，长时间处在较大的心理压力的状态下，对自身病情造成影响，不利于患者进行恢复^[7-8]。通过对叙事方式进行转变、协助患

者克服恐惧、自我怜悯、学会自我放松可以帮助患者以更加乐观的心态接受治疗，增加患者心理弹性。结合观察可见在心理弹性干预的作用下，能够对血液肿瘤患者在治疗期间心理状态进行改善，增加患者心理弹性，并提升患者生活质量。

综合研究，在对血液肿瘤患者进行治疗的过程中可以及时对患者进行心理弹性干预，增加患者心理弹性，改善患者治疗期间心理压力。

[参考文献]

[1]张婷,彭旭旭,张红.循证护理干预对儿童血液肿瘤患儿睡眠质量指数及心理状况的影响[J].世界睡眠医学杂志,2025,12(4):914-917.

[2]张辉英,任海玲,应进玥,等.集束化护理在血液肿瘤患者化疗后口腔黏膜炎护理中的应用效果分析[J].青海医药杂志,2025,55(1):38-42.

[3]陈育燕.分析循证护理干预对儿童血液肿瘤患儿护理效果及睡眠质量的影响[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(5):1070-1072.

[4]郭嘉梅,孟文珊,宋晓婷,等.血液肿瘤患者PICC置管后焦虑心理状态及生活质量分析[J].沈阳药科大学学报,2021,38(S2):111+114.

[5]邓佳佳.人文关怀护理服务理念对血液肿瘤住院患者情绪、满意度及睡眠质量的调节分析[J].世界睡眠医学杂志,2021,8(10):1813-1814.

[6]韩勤,刘文静,戴谦.全方位护理对血液肿瘤患儿的护理效果观察[J].齐鲁护理杂志,2021,27(20):155-156.

[7]宋娜,谢琚,范菊红,等.新冠肺炎疫情下血液肿瘤患儿的管理[J].当代护士(下旬刊),2021,28(9):103-104.

[8]吴小林,龚红霞,赵旭,等.多维度姑息护理对终末期血液肿瘤患者营养、心理状况和生活质量的影响[J].现代肿瘤医学,2020,28(22):3973-3977.

作者简介：

付玲梅（1991.05-），女，汉族，四川成都人，本科，护师，研究方向为护理管理。