

全科医生对妇科患者的心理支持与干预策略

陈 静

宝鸡市妇幼保健院代家湾分院 陕西 宝鸡 721000

摘 要：随着医学模式的转变，心理因素在疾病发生、发展和转归中的作用日益受到重视。妇科患者由于疾病涉及生殖系统等隐私部位，往往承受着较大的心理压力。全科医生作为基层医疗的重要力量，在妇科患者的诊疗过程中，不仅要关注其生理疾病，更要重视心理支持与干预。本文深入探讨了全科医生对妇科患者心理支持与干预的重要性，分析了妇科患者常见的心理问题及影响因素，并提出了针对性的心理支持与干预策略，旨在提高全科医生对妇科患者的综合医疗服务水平，促进患者的身心健康。

关键词：全科医生；妇科患者；心理支持；干预策略

1 引言

在传统医学模式下，医疗工作主要侧重于疾病的诊断和治疗，对患者的心理需求关注相对较少。然而，现代医学研究表明，心理因素与生理因素相互影响、相互作用，共同决定着人体的健康状态。妇科疾病涵盖了多种类型，如生殖系统炎症、肿瘤、月经失调等，这些疾病不仅会给患者带来身体上的痛苦，还会因其特殊的生理部位和涉及生育、性功能等问题，引发一系列复杂的心理反应。全科医生作为居民健康的“守门人”，在社区医疗保健中发挥着关键作用。他们与患者建立了长期、稳定的医患关系，能够全面了解患者的生理、心理和社会状况。因此，全科医生在妇科患者的诊疗过程中，具备开展心理支持与干预的独特优势。通过有效的心理支持与干预，全科医生可以帮助妇科患者缓解心理压力，提高治疗依从性，促进疾病的康复，提升患者的生活质量。

2 全科医生对妇科患者心理支持与干预的重要性

2.1 促进疾病康复

心理状态对妇科疾病的康复有着重要影响。积极乐观的心理状态有助于调节人体的免疫系统，增强机体的抵抗力，促进身体恢复。相反，长期处于焦虑、抑郁等不良心理状态下，会导致内分泌失调，影响治疗效果，甚至加重病情。全科医生通过心理支持与干预，帮助妇科患者调整心态，树立战胜疾病的信心，能够为疾病的康复创造良好的心理环境。

2.2 提高治疗依从性

妇科疾病的治疗往往需要患者长期配合，如按时服药、定期复查、遵循生活方式的调整等。然而，心理问题可能导致患者对治疗产生抵触情绪，不按时服药、不遵医嘱进行复查等，从而影响治疗效果^[1]。全科医生通过

与患者建立良好的沟通，了解其心理需求，提供针对性的心理支持，能够增强患者对治疗的信任和依从性，确保治疗方案的顺利实施。

2.3 改善医患关系

在妇科诊疗过程中，患者往往对疾病存在诸多担忧和疑虑，需要医生给予充分的关注和理解。全科医生通过心理支持与干预，耐心倾听患者的诉求，解答患者的疑问，能够增强患者对医生的信任，建立良好的医患关系。良好的医患关系不仅可以提高患者的满意度，还有助于医生更全面地了解患者的病情，制定更合理的治疗方案。

2.4 预防心理疾病的发生

妇科患者由于疾病的特殊性，容易出现焦虑、抑郁等心理问题，甚至发展为心理疾病。全科医生在早期及时发现患者的心理问题，并给予有效的心理支持和干预，能够预防心理疾病的发生，维护患者的心理健康。

3 妇科患者常见的心理问题及影响因素

3.1 常见心理问题

焦虑：妇科患者常常对疾病的诊断、治疗和预后感到担忧，担心疾病会影响生育能力、性功能或导致身体形象改变等，从而产生焦虑情绪。例如，患有不孕症的女性，往往承受着来自家庭和社会的压力，对能否怀孕充满焦虑；接受妇科手术的患者，担心手术风险和术后恢复情况，也会表现出明显的焦虑症状。

抑郁：部分妇科疾病病程较长、反复发作，给患者带来长期的身心痛苦，容易导致患者产生抑郁情绪。如慢性盆腔炎患者，由于长期遭受腹痛、白带异常等症状的困扰，生活质量下降，容易出现情绪低落、兴趣减退、自责自罪等抑郁表现。

恐惧：对疾病本身、检查和治疗过程的恐惧是妇科

患者常见的心理问题。例如，一些女性对妇科检查存在恐惧心理，担心检查过程中的疼痛和不适；对癌症患者来说，对死亡的恐惧更是贯穿整个治疗过程。

自卑：妇科疾病涉及生殖系统，患者可能因疾病而感到羞耻和自卑，尤其是在涉及性传播疾病或生殖器官畸形等情况时。这种自卑心理会影响患者的社交活动和心理健康，导致患者不愿意与他人交流，甚至回避治疗。

3.2 影响因素

疾病因素：疾病的类型、严重程度、病程长短等都会影响患者的心理状态。一般来说，病情严重、病程较长、预后较差的疾病，如妇科恶性肿瘤，更容易引发患者的心理问题。

个人因素：患者的年龄、性格、文化程度、经济状况等个人因素也会对心理状态产生影响。年轻女性可能更关注生育能力和身体形象，对妇科疾病的心理反应更为强烈；性格内向、敏感的患者更容易出现焦虑、抑郁等情绪问题；经济困难的患者可能因治疗费用问题而产生更大的心理压力。

社会因素：家庭支持、社会舆论等社会因素对妇科患者的心理状态也有重要影响。缺乏家庭支持的患者，在面对疾病时更容易感到孤独和无助；社会对妇科疾病的偏见和歧视，如对性传播疾病患者的歧视，会加重患者的心理负担。

4 全科医生对妇科患者心理支持与干预的策略

4.1 建立良好的医患关系

尊重与理解：全科医生应尊重妇科患者的人格和隐私，理解她们在面对疾病时的心理感受。在与患者交流时，要使用温和、亲切的语言，避免使用歧视性或刺激性语言。例如，在询问患者病史时，要注意保护患者的隐私，选择合适的交流环境。（2）有效沟通：良好的沟通是建立医患关系的关键。全科医生要耐心倾听患者的诉求，给予患者充分的时间表达自己的想法和感受。在沟通中，要注意运用非语言沟通技巧，如眼神交流、微笑、点头等，表达对患者的关注和理解。同时，要用通俗易懂的语言向患者解释疾病的诊断、治疗方案和预后情况，确保患者能够理解^[2]。（3）建立信任：信任是医患关系的基础。全科医生要通过专业的医疗技术、严谨的工作态度和真诚的关怀，赢得患者的信任。在治疗过程中，要严格遵守医疗规范，确保医疗安全，让患者放心。

4.2 心理评估与筛查

常规心理评估：全科医生在接诊妇科患者时，应进行常规的心理评估。可以通过观察患者的表情、语气、行为等，初步判断患者的心理状态。同时，使用一些简

单的心理评估工具，如焦虑自评量表（SAS）、抑郁自评量表（SDS）等，对患者的焦虑、抑郁程度进行量化评估。重点关注人群筛查：对于患有严重妇科疾病、病程较长、反复发作或存在社会心理危险因素的患者，如癌症患者、不孕症患者、家庭经济困难患者等，要进行重点心理筛查。及时发现患者的心理问题，并给予针对性的干预。

4.3 个性化心理支持与干预

认知行为干预：认知行为干预是帮助妇科患者改变不良认知和行为的有效方法。全科医生可以通过与患者交流，了解其对疾病的错误认知，如过度担心疾病的预后、对治疗存在不切实际的期望等，并帮助患者纠正这些错误认知。同时，指导患者采用积极的应对方式，如放松训练、深呼吸、积极的自我暗示等，缓解焦虑、抑郁等情绪。例如，对于焦虑情绪较重的患者，可以教其进行渐进性肌肉松弛训练，通过依次放松身体各部位的肌肉，达到身心放松的目的。情绪支持：全科医生要给予妇科患者充分的情绪支持，倾听她们的烦恼和担忧，表达对患者的同情和理解。在患者情绪低落时，给予鼓励和安慰，让患者感受到温暖和关怀^[3]。例如，当患者因疾病治疗效果不佳而感到沮丧时，医生可以说：“我理解您现在的心情，疾病的治疗确实需要一个过程，我们一起努力，相信会有好转的。”家庭与社会支持：鼓励妇科患者的家属积极参与患者的治疗和康复过程，给予患者情感上的支持和生活上的照顾。全科医生可以与患者家属进行沟通，指导他们如何更好地关心和支持患者。同时，引导患者积极参与社会活动，拓展社交圈子，增强社会支持。例如，组织妇科患者参加康复俱乐部或病友交流会，让患者之间相互交流、相互支持。

4.4 健康教育与心理调适指导

疾病知识教育：全科医生要向妇科患者普及疾病的相关知识，包括疾病的病因、症状、治疗方法、预防措施等。让患者了解疾病的发生发展过程，消除对疾病的恐惧和误解。例如，对于患有子宫肌瘤的患者，医生可以详细讲解子宫肌瘤的形成原因、不同治疗方法的特点和适用范围，以及日常生活中的注意事项等。生活方式指导：指导妇科患者养成良好的生活方式，如合理饮食、适量运动、规律作息等。健康的生活方式有助于提高患者的身体素质，增强抵抗力，促进疾病的康复。同时，提醒患者避免不良的生活习惯，如吸烟、酗酒、过度劳累等。心理调适方法传授：传授妇科患者一些心理调适的方法，如冥想、瑜伽、音乐疗法等。这些方法可以帮助患者缓解压力，放松身心，改善心理状态。例

如,建议患者每天花15-20分钟进行冥想练习,专注于呼吸,排除杂念,达到内心的平静。

4.5 转诊与协作

及时转诊:当全科医生发现妇科患者存在严重的心理问题,如重度抑郁、自杀倾向等,超出自己的处理能力范围时,应及时将患者转诊至精神心理专科医生处进行进一步诊断和治疗。在转诊过程中,要向专科医生提供详细的病情资料,确保患者得到连续、有效的治疗。**多学科协作:**对于复杂的妇科疾病患者,全科医生可以组织多学科会诊,邀请妇科专家、心理医生、营养师等共同参与患者的诊疗。通过多学科协作,为患者制定个性化的综合治疗方案,兼顾生理和心理治疗,提高治疗效果。

5 全科医生开展心理支持与干预的挑战与应对

5.1 挑战

一是专业知识不足:全科医生虽然具备一定的医学基础知识,但在心理支持与干预方面的专业知识相对有限。面对复杂的心理问题,可能缺乏有效的应对方法。二是时间限制:全科医生日常工作繁忙,接诊患者数量较多,在有限的时间内很难对每位妇科患者进行深入的心理评估和干预^[4]。三是患者认知偏差:部分妇科患者对心理问题认识不足,认为心理问题不是疾病,不愿意接受心理支持与干预,给全科医生的工作带来一定困难。

5.2 应对

一要加强培训:医疗机构应加强对全科医生的心理学知识培训,定期组织专题讲座、案例分析、模拟演练等活动,提高全科医生的心理支持与干预能力。同时,鼓励全科医生参加心理学相关的继续教育课程,不断更新知识。**二要优化工作流程:**合理安排全科医生的工作时间,为心理支持与干预留出足够的时间。例如,可以设置专门的心理咨询时间,或者采用分时段预约的方

式,确保每位患者都能得到充分的关注。**三要加强宣传教育:**全科医生要通过多种渠道,如健康讲座、宣传资料、微信公众号等,向妇科患者普及心理健康知识,提高患者对心理问题的认识,消除患者的认知偏差,增强患者接受心理支持与干预的意愿。

结语

全科医生在妇科患者的诊疗过程中,开展心理支持与干预具有重要的意义。妇科患者常见的心理问题包括焦虑、抑郁、恐惧、自卑等,这些心理问题受到疾病因素、个人因素和社会因素等多方面的影响。全科医生应通过建立良好的医患关系、进行心理评估与筛查、提供个性化心理支持与干预、开展健康教育与心理调适指导以及做好转诊与协作等策略,为妇科患者提供全面的医疗服务。同时,要认识到在开展心理支持与干预过程中面临的挑战,并采取相应的应对措施,不断提高心理支持与干预的水平,促进妇科患者的身心健康。未来,随着医学模式的不断发展和人们对心理健康重视程度的提高,全科医生在妇科患者心理支持与干预方面的作用将更加凸显,需要不断探索和完善相关策略,为患者提供更优质的医疗服务。

参考文献

- [1]陈秀堂,涂飞霞,杨青,等.全科医学管理对妇科疾病管理的优化[J].中医药管理杂志,2020,28(05):169-170.
- [2]颜玉璐.支持性心理干预模式对妇科化疗患者的护理效果[J].实用妇科内分泌电子杂志,2022,9(28):104-106.
- [3]王明娟,王雯.心理支持护理应用在妇科手术患者中对其焦虑抑郁情绪的影响[J].心理月刊,2020,15(21):98-99.
- [4]陈金芳,王静,马晶淼,等.妇科肿瘤化疗患者心理韧性与社会支持的相关性分析[J].当代医学,2021,27(30):56-58.