

# 皮肤科患者的心理特点分析及护理体会

孙宇菲 段晓琳 王旭梅

长治市第二人民医院 山西 长治 046000

**摘要:** 由于现如今我国经济社会的越来越繁荣,民众对疾病的认识也日益加深。人体自身的脏腑也有自身的皮肤,所以更需要重视预防肌肤病对患者的侵害,要掌握和分析患者的心理状况和特征,重视对自身治疗与养护,并开展针对性的心理护理保健的宣教。目前比较普遍的皮肤病类型主要是银屑病、疤痕、疱疹、灰指甲等,而在为患者诊治皮肤病的过程中,往往会对疾病的疗效有相当的顾虑,所以也很容易产生心情紧张、惊恐、焦虑紧张等不良情绪的影响,这样也会降低了其诊疗的成效。不过,由于许多医学上的皮肤病患者都存在着持续性、反复性、的心理症状,在处理的过程中也会比较困难,从而无法取得有效的护理成效,将直接性的危害到患者的整体健康。因此根据皮肤病的特殊性,阐述了对皮肤病病人在治疗过程中心理保护的重要意义,通过心理保护方法,可以消除不安,恐怖的心态,使病人合理地应对病情,并主动协助医师护理,从而提高治疗预防的能力。

**关键词:** 皮肤科;患者;心理特点;护理经验

引言:医者在为病人实施治疗的过程中,也一定要为这个过程做好充分的准备。因此每个医者都必须针对每次诊疗病人的具体情况,而进行不同的治疗方式。近年来医患关系也是非常受到重视的,每个医者都应该从根处进行了解,以尽量减少医患双方的冲突。

心理护理对病人治愈和痊愈过程中具有非常关键的意义,它作为现代医学服务的重要一部分,心理治疗重点面向皮肤科病人。由于人类皮肤类型很复杂,而且都发生在由内而外,因此与身体内部器官的功能上也存在着很大的关联,对于一些疾病比较普遍而又严重的如皮肤病,尤其要做好心灵护理,由于在患病过程中可能会出现目前没有的良好护理方法,因此导致病人康复缓慢,还使病人的生存素质降低,使得病人在身心上受到忧郁和精神上的折磨,这时护理人员就必须主动对病人进行心灵上的交流与指导,逐渐减少病人在医疗活动中的心理障碍,从而主动的协助医疗人员的医疗康复<sup>[1]</sup>。

## 1 皮肤科患者的健康指导

1.1 个人卫生。勤剪指甲,经常修剪胡须,头发,洗发不用指甲搔抓,皮肤有明显红肿,渗出等急性症状时应暂忌淋浴;鳞屑较多,肥厚苔藓样化的慢性症状时,要多洗浴;老年及皮肤干燥者要少洗浴,浴后涂护肤乳;洗浴时水温不宜过热,不用刺激性洗涤剂,不过度搓洗;内衣应全棉、柔软、宽松。

1.2 饮食。宜清淡、富有营养,禁烟酒及辛辣刺激性食物。过敏性皮肤病患者不宜食用鱼虾、海鲜、啤酒、草莓及芳香挥发性食物;瘙痒性皮肤病忌辣椒、葱、浓茶、咖啡;感染性皮肤病和皮脂溢出性皮肤病不宜摄

入过多的糖和脂肪;疱疹样皮炎忌食海带、紫菜等含碘食物;光敏性皮肤病避免日晒,禁食藜蒿、灰菜、苋菜等;长期服用激素者用低盐饮食,每日食用烹调盐 $\leq 2g$ ,禁用一切腌制品。多食新鲜蔬菜水果,不仅能提供各种维生素及微量元素,还能保持大便通畅。

1.3 瘙痒的自我护理。要做到避免搔抓和热水过度洗烫;剧痒时,可轻拍发痒部位,局部冷敷;白天看电视、下棋、听音乐以分散注意力;入夜防止无意识的搔抓,可戴棉手套或者遮盖发痒部位,且被褥不可太厚<sup>[2]</sup>。

## 2 皮肤科患病者的心理特点

第一,对于皮肤病的出现则是受到了多种心理因素的干扰,如果是针对一些易发生于颜面部或者暴露在人体表上的皮肤病,则会影响审美,从而会让患者的面容受到严重损害,虽然并不会干扰正常人的生理行为,但却会严重影响了患者的社会交往,从而导致了患者出现自卑、恐惧等的心理阴影。而另一类皮肤病则是自体免疫性疾病,因为这类病情病程过长且需要进行较长时间的激素摄入,因此造成了患者色素沉着,从而引起了各种症状,也就对病人的日常生活,上班等生活方面造成了极其的不便利,同时也由于各种害怕传染给周围的人或者遗传给了后代,所形成的害怕、不安心态。

第二,针对部分过敏性皮炎的病人,情绪低落,就会没有充分的自信,尤其是针对有些脸部敏感症的女性病人,不良心理的引导会变得尤为关键,因此对她们而言会更加关心自身的外在与脸部的情况。而对于男性的皮肤过敏型病人,尽管并不是十分在乎容貌,但却往往对其的社会交往、工作、情感等方面产生了很大的负

面影响,从而产生了很大的心理压力,产生了不好的心态。综上所述,心情不好的症状与病情存在明显的关系,导致症状加剧的严重情况,而过敏性皮肤病患者在医院处理中,经过医务人员的有效引导,使其病人能够坦然正视症状,放松心情,主动配合诊治,将能取得良好的治疗效果。

第三,情绪低落抑郁、羞懦、很遗憾,大多都是性病患者,病人由于对自身的疾病难以启齿,害怕就诊医生,而患者由于病程过长、症状迁延,且久治不愈,对疾病也没有充分自信,因此在精神上往往心神不定,过于孤僻、沉默少言寡语,甚至独来独往。觉得自己已罹患了不治之症,并怕在治疗的花费上过于高昂时,因而表现出了非常害怕、抑郁、烦恼、懊悔等的心理现象<sup>[3]</sup>。

### 3 皮肤科诊疗过程中医患沟通的必要性

#### 3.1 营造和谐的医患关系

近年来,我国的医患双方的矛盾最近几年更加地突出。本文通过对以往皮肤病患者的情况加以研究,知道每个皮肤病人的心理都反映了整个病人的心态。皮肤疾病所易引起的心理障碍主要是因为长时间受疾病的困扰,导致病人的心灵出现强烈的妄自菲薄,从而长期的在内心受折磨。因为当病人进行治疗的时候,由于中老年患者就是病人倾诉的对象,而医者便是病人能够倾诉的对象,而病人也唯有通过对看护人的倾诉,才可以使病人的心理上获得相应的开解。而医者也只有采取感性的方式,与病人交朋友,从而使患者在心中认为医者就是一个朋友,从而可以在完成治病的同时,更加合理的地和医者反映相应的心里状态,从而缓解了医者治疗的问题。

#### 3.2 调动患者的积极性

我们必须对病人的家庭环境、经济、疾病的基本特征有个全面的掌握,并针对知道的病情设立一定的档案。并对以后的治疗中进行正确的选用最有利于病人的治疗方式。主动地掌握病人的基本状况,针对病人各个时期相应的状况制定护理方案,在这个过程中医者的护理是要求病人竭力的协助,医者应有效的激发病人的主动性。病人的情绪也是在整个诊疗方案中的关键因素。我们能够采用一定的手段对病人的心理加以控制,让病人长时间的处于积极地情绪。同时这个过程也是需要患者的家人和亲友进行协调的,医者必须准确的将病人的状况向病患的亲人和好友进行沟通,搞好与病人家属的人际关系,充分调动病人的积极性。

#### 3.3 避免和减少医疗纠纷

医疗纠纷问题是每位医者所极力回避的,而且也是

常见的情况。经过对以往医疗纠纷的研究,发现有较大的部分由于医者与病人之间的信息交流上存在着困难,又因为皮肤病的治愈期限比较漫长,并且也不容易产生疗效,这样就很容易使病人的心里觉得是医者并不是在尽全力治疗,同时病人也很容易对医者出现了不放心的情况,所以作为医者最主要的任务也就不仅仅是治愈患者的病情了,最主要的任务是处理好与病人之间的人际关系,如此才能更合理的降低医疗纠纷的发生<sup>[1]</sup>。

#### 3.4 提高皮肤科医生的职业素质

医者这项职务的最高特点是,需要确保医者的素质过硬,医治的专业知识也是十分的关键的,因为一旦在医疗技能方面存在了问题,这就不仅是医者的自身问题了,也就不只是医者的自身问题了,更是事关全社会医院声誉的一种现象,所以各个医生机构都需要对医者的素质做出严格的考核,不但完成了持证上岗还要有一定的工作实践。另外就是注意培养医者的交流意识,让医者可以更好的与病人进行交流,这也会让医者与病人之间尽量减少冲突的出现。提升看护者的诊疗质量,让医疗机构的业务走向更为完善、更加优质。

### 4 皮肤科诊疗过程中医患沟通的技巧

#### 4.1 仪容仪表

由于现代社会的发展,人们也越来越注重外表的妆容和仪表,也就是说通过外表的美丽可以与他人拥有更良好的一面。但是医者作为一个与人相识的而者,也必须对自己的外貌加以重视,如此才可以与病人和医者开展良性的人际交往。一个病人不希望让不注意自身外貌的医者对自己进行诊疗。身为一名皮肤科的医师,必须对自己的外貌做好打扮,给病人留下良好的印象。而医者的相貌也可以在一定程度上反映医者的诊断结果,所以注重仪表对医者而言是十分的关键的。

#### 4.2 态度诚恳

大多数的皮肤医生认为自身的疾病存在传染性,长久以来便形成了妄自菲薄的心态,所以这就要求每位医者必须为病人进行介绍,使病人真实的了解自身的疾病,同时医者也一定要注意在整个疗程中的言行与心态,而不可以病人的内心中觉得医者对病人有歧视的心态,所以医者也需要减少和病人之间的冲突。作为治疗师必须指导病人进行诊断,并主动与病人交流,降低病人的心理排斥的情况<sup>[2]</sup>。

#### 4.3 保持宽松的环境

与长期患有皮肤病的患者进行沟通的时候,人们应该选用比较舒缓谈话方法,缓解病人长时间被病魔困扰的心态。我们对于这些病人需要缓解他们的压力,让他

们随时处于轻松的心态,使得他们不至于由于疾病影响情绪,在向病人说明情况的同时需要选择温和的方法,不能选择激进方法。而且应该选取病人比较容易接受的方式进行交流。我们这样的做法是,增强病人对医者的信任,同时可以让病人对医者形成融洽的人际关系。

#### 4.4 将沟通内容范围扩大

患皮肤病有很多种情况,作为医者在与病人交流的同时,不应当局限在疾病的认识方面,而需要对病人的有关资料进行一次全面的认识,并将这些资料作为存档,储存起来,所以怎样加强对病人的认识,成为我们的一项课题。所以加强与病人间的交流也是非常的关键,在做好交流的时候也要求我们对病人的家庭、心理、相应的社会条件有个全面的认识。掌握好与病人交流的内容也是整个护理流程非常关键的。

#### 5 皮肤病心理护理方法

首先,护理人员应让患者在入院期间从多个患者方面出发,耐心讲解并介绍关于身体、药物、与病情联系等的有关内容。护理人员对患者热情接待,语言亲切,态度和蔼,与患者交流聊天,为今后的治疗和护理工作打下了良好的基础,要热情接待,语言亲切,态度和蔼,主动地与患者聊天。进行入院前宣教,让患者产生亲切感信任之心,为今后的医疗与护理工作打下了基础。同时多引导病人与亲友、同病患者交流,并尽量提供机会使病人多与亲友、同病患者沟通,通过互相学习,取长补短,摆脱孤独感,取得情感支持和互相激励,往往可以较迅速的减少心理疾病。

其次,由于性病患者不同的发展阶段、社会条件以及个体差异而出现的身心情况差异,护理人员要针对病人采取相应的个体化进行管理,以随时了解病人的心理状况。性病患者也会因为感染后容易产生家庭暴力心态和报复情绪,从而严重危害家属和医护人员的身体健康,所以,在对性病患者心理健康的问题上进行了高度重视,医护人员对患者进行了亲切感和信任感,并对患者进行保密,免去患者的担心,与此同时做好了对亲属的思想工作,医护人员还应该合理有效的消除了对亲属

的紧张情绪,从安慰患者外形的心理变化或因药物的皮损而诱发的思维动作,医护人员也应该合理有效的解除了家属的不安心情,从安慰病人外形的心理改变是由药物或皮损所引起做思想工作,但只能暂时性,等疾病好转后便可恢复意识,消除了病人的顾虑,从而保持了安定好的心理状况,合理有效的促进了病情的早日康复。

#### 结语

根据以上关于心理保养方面的介绍,对于常见皮肤病、性病的患者实施心理保养,能够改善患者对自身环境的陌生和恐惧感,进而有助于让患者在疾病初期就了解自己的疾病性质,进而减少病人的自卑、紧张、害怕的紧张心态,淡化不好的心态,调节情绪,主动配合治理,进而获得早日康复。由此看出,心理护理在临床中是一个不容忽视的或缺的学科,既降低了病人的心里压力,又提高了其皮肤病的治愈,不仅降低了其交叉感染的发生率,而且减少了该病的传播范围甚广,也减少了对社会的影响,不仅价格低廉,而且更是药品所无法取代的。由此可见心灵治疗在疾病治愈进程中扮演了非常关键的角色,在今后的工作中也必须进一步的研究和发挥,已更充分发挥心灵护理在皮肤病治愈中的地位。这样能够得到的结果是,我们一定要注意皮肤治疗师与病人间的联系,特别是要求治疗师对病人的心理健康有全面的认识。当然,关系整个事情最根本的就是治疗师的一个素质,也是医者的治疗能力。而沟通也是治疗师与病人之间沟通的重点,所以作为治疗师应该随时的与病人做好交流,及时准确的了解病人的心理情况,并针对疾病采取适当的方法。

#### 参考文献

- [1]高淑勇.女性性病患者心理因素分析及护理[J].我国现代医生, 2019, 47(8):120-125.
- [2]陈荣华.讨论皮肤病患者的心理特点及护理[J].健康大视野, 2020, 21(3):500.
- [3]刘娜.皮肤科患者的心理特点分析及护理体会[J].临床医药文献电子杂志, 2018, 02: 325+328.