

心内科护理中情绪支持对患者心理状态的影响分析

安 颖

阜外医院 北京 100000

摘 要：目的：探究心内科护理中情绪支持对患者心理状态的影响。方法：选取在2021年4月到2024年4月本院心内科收治的70例患者，随机数字表法分为观察组（情绪支持）、对照组（常规护理）各35人。结果：相比对照组，观察组护理效果较高（ $P < 0.05$ ）；护理后，观察组心理弹性评分较高、睡眠质量评分较低（ $P < 0.05$ ）。结论：心内科护理中应用情绪支持能够有效改善患者的心理状态。

关键词：心内科护理；情绪支持；心理状态；影响

心脏疾病，作为一类复杂且严重的健康问题，不仅会给患者的生理健康带来巨大挑战，更对其心理状态造成深远的影响^[1]。焦虑、抑郁、恐惧等负面情绪，往往伴随着心脏疾病的发展，严重影响其生活质量和康复进程^[2]。因此，在心内科护理中，提供及时、有效的情绪支持，不仅能够帮助患者缓解负面情绪，减轻心脏压力，更能够在一定程度上促进疾病的康复，提高治疗效果。本文旨在探究心内科护理中情绪支持对患者心理状态的影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取70例患者，心内科在2021年4月到2024年4月收治入院，随机数字表法分为观察组男19例、女16例，平均年龄（ 63.52 ± 6.22 ）岁；对照组男18例、女17例，平均年龄（ 63.05 ± 5.98 ）岁。一般资料无差异， $P > 0.05$ 。纳入标准：（1）患者需经临床确诊为心脏疾病，如冠心病、心肌梗死等；（2）患者需表现出明显的焦虑、抑郁、恐惧等负面情绪。排除标准：（1）患有其他严重疾病或并发症的患者，如恶性肿瘤、精神疾病等，以避免这些疾病对情绪状态的影响；（2）情绪问题轻微或无情绪问题的患者。

1.2 方法

给予观察组情绪支持：（1）建立信任与倾听的桥梁。护理人员需主动与患者建立联系，通过温和的语气、亲切的态度以及耐心的倾听，让患者感受到被尊重与理解。在倾听的过程中，护理人员应全神贯注，不打断患者的叙述，给予他们充分的时间来表达内心的感受与困惑。这种倾听不仅能帮助护理人员更准确地把握患者的心理状态，还能让患者感受到被重视与关怀，从而减轻其心理负担。（2）提供个性化的情绪支持。基于对患者个性的深入了解，护理人员可以量身定制一系列

情绪支持措施。对于性格内向、不善言辞的患者，护理人员可以通过书写卡片、发送短信等间接方式，传达关怀与鼓励；而对于性格开朗、乐于交流的患者，则可以通过面对面的沟通、共同参与活动等形式，增强他们的归属感与自信心。护理人员还可以根据患者的兴趣与爱好，推荐适合的书籍、音乐或电影，以艺术的力量抚慰他们的心灵。（3）鼓励患者参与社交活动。根据患者的社交需求与兴趣，护理人员可以设计一系列丰富多彩的社交活动。组织患者交流会，让他们分享治疗心得与康复经历，从中汲取力量与勇气；开展康复运动小组，鼓励患者在专业指导下进行适量的运动，既锻炼身体又增进友谊；邀请心理咨询师开展心理健康讲座，帮助患者学会自我调节情绪，提升心理韧性。这些活动不仅满足了患者的社交需求，更促进了他们的身心康复。护理人员需确保活动场所的安全与卫生，消除一切可能的安全隐患。对于行动不便或病情较重的患者，护理人员还需提供必要的辅助与照顾，确保他们能够顺利参与社交活动，享受其中的乐趣，保持心情的愉悦。（4）家属的参与与支持。护理人员需耐心倾听家属的心声，理解他们的担忧与期待，为他们提供必要的心理支持与指导，确保他们能够以最佳状态陪伴患者度过难关。护理人员应鼓励家属与患者保持开放、积极的沟通，分享彼此的感受与想法。这不仅能够增强患者与家属之间的情感联系，还能让患者感受到来自家庭的温暖与支持，从而减轻焦虑与恐惧，提升康复的信心与动力。在此过程中，护理人员可以教授家属一些简单的沟通技巧，如倾听、表达情感等，帮助他们更好地与患者建立情感共鸣。护理人员还应根据患者的具体情况，为家属制定个性化的护理指导方案，包括饮食管理、药物服用等方面，确保家属能够科学、有效地参与到患者的康复过程中来。（5）专业心理咨询的介入。心理咨询师运用专业的知

识与技巧,通过面对面交流的方式,深入了解患者的内心世界,包括他们的思维方式、情感反应等。这一过程中,心理咨询师需保持高度的同理心,耐心倾听患者的倾诉,给予充分的尊重与理解。通过个体化的心理评估,心理咨询师能够准确把握患者的心理状态。心理咨询师需定期与患者进行沟通,了解他们的心理状态变化,评估心理支持计划的效果。根据患者的反馈与实际情况,心理咨询师需及时调整支持计划,确保它始终贴合患者的需求。这一过程中,心理咨询师需与护理人员保持紧密合作,共同为患者提供全面、连续的护理服务。

给予对照组基础干预、生活指导等常规护理。

1.3 观察指标

(1) 护理效果,显效:患者的心理状态显著改善,焦虑、抑郁等负面情绪明显减少,情绪稳定性增强。患者能够积极配合治疗,对疾病的态度更加积极,对未来充满信心。患者的食欲等生理指标也有所改善,整体生

活质量提高。有效:患者的心理状态有所好转,焦虑、抑郁等负面情绪得到一定程度的缓解。患者对治疗的态度有所转变,开始逐渐接受并配合治疗。患者的部分生理指标(如心率、血压等)趋于稳定,生活质量有所提高。无效:患者的心理状态未发生明显变化,焦虑、抑郁等负面情绪依然存在甚至加重。患者对治疗的态度消极,不配合或拒绝治疗。患者的生理指标和生活质量未得到改善或反而恶化;(2)心理弹性量表评估心理弹性;(3)PSQI评分评定睡眠质量。

1.4 统计学分析

SPSS23.0处理数据,心理弹性、睡眠质量评分以“($\bar{x} \pm s$)”表示,“ t ”检验,护理效果以[$n(\%)$]表示,“ χ^2 ”检验, $P < 0.05$:差异有统计学意义。

2 结果

2.1 护理效果:观察组比对照组高($P < 0.05$),见表1。

表1 护理效果[$n(\%)$]

分组	n	显效	有效	无效	总有效率
观察组	35	20	13	2	33 (94.3)
对照组	35	16	9	10	25 (71.4)
χ^2					6.135
P					< 0.05

2.2 心理弹性评分:观察组升高程度更明显($P < 0.05$),见表2。

表2 心理弹性评分($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	韧性		力量性		乐观性	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	35	17.35 $\pm$ 1.21	44.54 $\pm$ 1.60	12.18 $\pm$ 1.15	28.34 $\pm$ 1.34	8.11 $\pm$ 0.57	15.41 $\pm$ 1.25
对照组	35	17.33 $\pm$ 1.25	33.28 $\pm$ 1.54	12.20 $\pm$ 1.11	20.02 $\pm$ 1.29	8.12 $\pm$ 0.62	11.47 $\pm$ 1.12
t		3.035	9.362	1.058	7.251	0.625	6.352
P		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

2.3 睡眠质量:观察组降低程度更明显($P < 0.05$),见表3。

表3 睡眠质量($\bar{x} \pm s$)

分组	n	觉醒次数(次)		入睡时间(h)		睡眠质量评分(分)	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	35	5.31 $\pm$ 1.35	1.32 $\pm$ 0.85	4.20 $\pm$ 1.32	0.55 $\pm$ 0.41	8.32 $\pm$ 1.42	4.29 $\pm$ 0.57
对照组	35	5.30 $\pm$ 1.41	3.39 $\pm$ 1.06	4.19 $\pm$ 1.30	1.48 $\pm$ 0.60	8.30 $\pm$ 1.38	6.02 $\pm$ 1.11
t		0.452	9.098	0.105	7.965	0.165	6.322
P		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

3 讨论

在医学领域,心内科作为一个关乎生命健康的重要科室,其护理工作的复杂性和挑战性不言而喻^[3]。随着医

疗技术的不断进步和护理理念的持续更新,我们愈发认识到,对于心内科患者而言,除了必要的药物治疗和生理护理外,情绪支持同样扮演着至关重要的角色^[4]。

情绪支持,是一种旨在缓解个体负面情绪、提升心理健康水平的关怀与支持。它不仅仅是一种简单的言语安慰,更是一种深度的情感共鸣与心理干预。通过倾听、理解、接纳和鼓励,情绪支持能够帮助个体释放内心的压力,减轻心理负担,从而恢复心理平衡,增强应对挑战的能力。情绪支持的形式多种多样,可以来自于家人、朋友、同事等身边人的关爱与陪伴,也可以来自于专业心理咨询师的指导与帮助^[5]。无论是哪种形式,情绪支持的核心都在于建立一种信任、尊重和理解的关系,让个体感受到自己并不孤单,有人在默默地支持和陪伴着自己。本文通过探究心内科护理中情绪支持对患者心理状态的影响,结果显示,观察组护理效果较高,心理弹性、睡眠质量改善程度更高($P < 0.05$)。原因:在心内科护理中,护理人员与患者之间的信任和理解至关重要。通过提供情绪支持,护理人员能够传达出对患者的关心和尊重,使患者感受到温暖和安慰。这种良好的护患关系不仅提高了患者的满意度,还增强了他们对护理人员的信任感,使得患者更愿意与护理人员分享自己的感受和困扰,从而得到更加全面和个性化的护理。同时,情绪支持能够促进患者的社会支持网络建设^[6]。社会支持是心理弹性的重要组成部分,它能够为患者提供额外的资源和帮助,使他们在面对困难时更加从容不迫^[7]。护理人员可以积极与患者及其家属沟通,了解他们的需求和期望,为他们搭建一个互助的平台^[8]。通过组织患者交流会、提供心理咨询等方式,护理人员能够帮助患者建立更加广泛的社会联系,增强他们的归属感和安全感,从而提高心理弹性。此外,情绪支持能够调节患者的自主神经系统。自主神经系统是控制人体内脏器官和腺体活动的系统,包括交感神经和副交感神经^[9]。当人体处于紧张或焦虑状态时,交感神经会兴奋,导致心率加快、血压升高,从而影响睡眠。而情绪支持能够通过调节患者的心理状态,使副交感神经相对兴奋,降低心率和血压,促进身体的放松和休息^[10]。这种生理上的调节,有助于患者更好地进入深度睡眠状态,提高睡眠质量。

综上所述,心内科护理中应用情绪支持的护理效果更高,能够改善患者的心理弹性,提高睡眠质量。总之,情绪支持在缓解患者焦虑、恐惧、抑郁等负面情绪

中具有显著作用,并且它在提升患者心理韧性、促进患者康复进程中扮演着重要角色。然而,情绪支持的应用,需要护理人员具备敏锐的洞察力、足够的耐心,更需要具备专业的知识和技能,为患者提供科学、有效的心理干预。这是一项既富有挑战又极具价值的任务,它要求护理人员不断学习和成长,以更好地服务于患者。未来,期待在心内科护理领域,情绪支持能够得到更加广泛的应用和深入的发展。呼吁每一位护理人员都能将情绪支持融入日常工作中,用心去感知患者的需求。也希望社会各界能够给予情绪支持更多的关注和支持,共同推动心内科护理事业的进步和发展。

参考文献

- [1]田梦.双心护理模式对心内科患者心理状况的影响分析[J].现代诊断与治疗,2022,33(16):2523-2526.
- [2]宋艳芹,刘婷婷.舒适护理对心内科住院患者改善情绪和心理障碍的效果研究[J].婚育与健康,2022,28(9):126-127.
- [3]柳彦君,胡桃红,丁力平,等.基于马斯洛需求层次理论的心内科护理人员防控疫情心理需求的研究[J].中国循证心血管医学杂志,2021,13(4):496-498.
- [4]王丽萍.浅析心内科重症监护室中急性左心衰患者的心理护理效果评价[J].医学论坛,2024,6(9):39-41.
- [5]时晨晨.探究对心内科重症监护室(CCU)中急性左心衰患者护理期间行心理护理干预的价值[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2023,23(73):6-10,39.
- [6]左红娅,刘丽.心理护理在心内科重症监护室急性左心衰患者中的实施效果[J].东方药膳,2022(14):264-265.
- [7]韩颖,张莉莉,刘晓梅.基于信息化平台的心理分级管理对心内科病人负性情绪的影响[J].护理研究,2022,36(17):3182-3185.
- [8]左红娅,刘丽.心理护理在心内科重症监护室急性左心衰患者中的实施效果[J].东方药膳,2022(14):264-265.
- [9]张阳,张红,丁相龙,等.形成性评价与教学反馈在心内科低年资护士中医护理教学实训中的应用[J].国际护理学杂志,2024,43(10):1882-1887.
- [10]王竞,李艳红,张智霞,等.基于护理垂直管理模式的心内科重症专科护士培训体系的构建[J].护理研究,2024,38(8):1455-1459.