

精神科护理中的自我护理意识提升对护士工作影响研究

赵海伶

廊坊三河燕郊辅仁医院 河北 廊坊 065201

摘要:目的:探讨精神科护理中的自我护理意识提升对护士工作影响的研究。方法:本研究选择90例精神疾病患者作为研究对象,分为观察组和对照组,各45例。对照组采取常规护理,观察组在此基础上增加自我护理意识的提升干预。结果:观察组的精神状态观察评分、精神状态总分、精神状态S维度、戒酒情况M维度以及戒酒情况总分均显著低于对照组,差异具有统计学意义($P < 0.05$);观察组在干预后的自我护理维持和自我护理管理以及自我护理信心均显著高于对照组,差异具有统计学意义($P < 0.05$);对于护理依从性,观察组的依从性(97.78%)显著高于对照组的依从性(80%),差异具有统计学意义($P < 0.05$)。结论:精神科护理中对患者进行自我护理意识的提升,可以有效改善患者的精神状态和戒酒情况,提高自我护理的维持和管理以及信心,提高护理依从性,对护士的工作具有积极影响,值得在临床中推广应用。

关键词:精神科护理;自我护理意识;精神状态;戒酒情况;护理依从性

引言

精神科护理是特殊的援助性服务,旨在为精神疾病患者提供专业的护理和康复服务,减少症状表现,缓解患者病痛,提高生活质量。然而,精神疾病患者的自我护理能力常常有所缺失,这在一定程度上限制了治疗效果和质量的提升,对医护人员的工作也产生了不小的影响。因此,提升患者的自我护理意识对优化治疗效果、改善护理质量、减轻医护人员的工作压力等方面具有重要的实际意义。现代医学研究表明,自我护理意识的提升对精神疾病的治疗和患者的康复有重要影响。通过提升自我护理意识,可以促使患者积极配合治疗,顺利完成康复的各个环节,从而改善治疗效果和生活质量。那么,提升精神疾病患者的自我护理意识究竟对护理工作有何影响呢?本研究选取了90名精神疾病患者,通过常规护理与提升自我护理意识的比较,探究了提升自我护理意识对精神疾病患者病情控制、生活质量提升以及对患者护理依从性的提高等方面的影响,旨在为精神科护理提供切实可行的对策和方法,以改善患者康复效果,优化护理服务,完善护理体系。具体研究内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究涵盖了我院2022年6月到2022年12月期间的90例精神科病患,将其以随机的方式分为观察组和对照组,各含45例病患。这些病患的年龄和病程不一,故以其不同的病情和个体差异为研究背景。

对照组以常规的精神科护理干预方式进行护理,护士会对这些患者进行适当的心理疏导和医疗管理。观察

组则是在常规护理的基础上增添了自我护理意识的教育和引导,并对其护理效果进行长期追踪和记录。

尽可能地配对两组病患,使他们在性别、年龄、病程及病种等方面保持相似性,以避免可能的混杂因素对研究结果的影响。对两组在病情严重程度、社会经济条件、家庭支持系统等各方面的基线条件及背景变量进行了控制和对比分析,结果表明两组病患的差异并无统计学意义($P > 0.05$),适合进行现阶段的对比研究。

这项研究的目的在于了解在精神科护理中,增加自我护理意识提升的干预是否能够对护士的工作产生积极影响,即是否能够提高病患的护理结果,减少护士的工作压力,并为护理实践提供新的方法和依据。并在试验开始前制定了一整套针对性的护理教育内容,及评价获益的具体指标。

1.2 方法

在这项研究中,护士被随机分配到对照组或观察组。对照组护士采用传统的精神科护理实践,这包括但不限于建立并维持护患关系,监测和记录患者的精神状态,以及执行医师下达的治疗和护理计划等。

相对之下,观察组护士进行自我护理意识提升干预,其被教育并鼓励执行各种自我护理行为。这些行为包括了定期进行自我反思以评估自身情绪状态,培养健康生活习惯如规律作息和合理饮食,适量运动,以及利用有效的压力管理策略等。

观察组护士还接受了专门的培训,以提升其自我护理管理能力,包括如何在工作日程中设置自我护理时间,如何制定和实施个人化的自我护理计划,以及如何

有效处理可能影响自我护理的问题，诸如时间管理，工作压力管理等。

观察组护士通过参与小组讨论、角色扮演和案例学习等方式，增强了自我护理信心和护理依从性。这类干预帮助他们更好地理解自我护理的重要性，为自我护理行为调整了心态，增强了实施自我护理行为和护理依从的决心。

在研究过程中，两组护士的行为和成果都被定期收集、记录和评价，以便在研究结束时进行综合比较和分析。研究期间，所有护士都被确保有足够的支持和引导以完成所分配的任务。

通过这种方法，这项研究旨在理解和评估在精神科护理中提升自我护理意识对护士工作的影响。

1.3 评价指标及判定标准

主要采取了以下评价指标及判定标准来衡量精神科护理中的自我护理意识对护士工作影响的效果。

使用精神状态观察评分、精神状态总分和精神状态S维度，以及戒酒情况M维度和戒酒情况总分，对两组患者的精神状况和戒酒情况进行定量评估。其中，精神状态观察评分和精神状态总分表示患者的精神状况，分数越高，表示患者的精神问题越严重。而戒酒情况M维度和戒酒情况总分则用于衡量患者的戒酒情况，分数越高，表示患者的戒酒情况越糟糕。

通过自我护理维持干预前后、自我护理管理干预前后，以及自我护理信心干预后的评分，来评估两组患者的自我护理能力。干预前后的分数变化能够反映出干预措施对患者自我护理能力的提升情况。这些评价指标中，分数越高，代表患者的自我护理能力越强。

通过比较两组患者的不依从、部分依从、完全依从情况，以及总的依从性，来评估患者的护理依从性。依从性指的是患者在护理方案执行过程中的配合程度。一般情况下，依从性越高，预示着患者的治疗效果会更好。

这些评价指标和判定标准既全面、有针对性，又具有高度的实用性，为研究提供了强有力的数据支持，也能够准确评估护士的护理效果，所以在精神科护理工作中得以广泛应用。

1.4 统计学方法

所有的统计分析是通过使用SPSS22.0软件进行的。基于各个指标的数据类型，选用合适的统计方法以确保结果的可靠性。对于符合正态分布的计量资料，使用了t

检验。这是一种常用的比较两个样本均值差异是否显著的统计学方法，通过比较两组的均值，可以确定两组之间是否存在显著的差异。

例如，在研究中，对于“精神状态观察评分”、“精神状态总分”、“精神状态S维度”、“戒酒情况M维度”与“戒酒情况总分”等指标，分别采用了t检验。采用“ $\bar{x} \pm s$ ”方式表述各组样本的平均值和标准差，比如对照组的精神状态观察评分为 59.92 ± 3.4 ，观察组的精神状态观察评分为 53.62 ± 3.11 。

使用卡方检验来比较两组的计数资料。卡方检验是一种在频率分布的现象，发现样本的实际分布与理论分布之间有无显著差异的方法。它的适用原则是样本的实际分布和理论分布的差距大，卡方值就大；反之，卡方值就小。在研究中，对于“不依从”、“部分依从”以及“完全依从”等的数量分布，采用卡方检验。用百分比%表示每组的护理依从性，如对照组的护理依从性为80.00%，观察组的护理依从性为97.78%。

通过以上方法分析，以 $P < 0.05$ 作为有统计学意义的标准。例如，对观察组和对照组的戒酒情况评分对比，得出的所有P值都小于0.05，这意味着两组间存在显著的差异。这更进一步的证明了研究假设的正确性。

2 结果

2.1 两组患者精神状态与戒酒情况评分对比

研究结果显示，观察组在精神状态评分、精神状态总分、精神状态S维度、戒酒情况M维度以及戒酒情况总分各项指标上均较对照组明显降低，差异均具有统计学意义($P < 0.05$)，说明提高自我护理意识能有效改善患者的精神状态，并有助于戒酒。详见表1。

2.2 两组患者自我护理能力评价对比

在自我护理能力方面，观察组在干预后自我护理维持和自我护理管理上的评分显著高于对照组，证明提升自我护理意识有益于提高护士的自我护理能力。自我护理信心在两组间差异也显著，观察组在干预后得分较高，表明自我护理能力和信心有密切关系。详见表2。

2.3 两组患者护理依从性对比

观察组患者的护理依从性显著高于对照组。尽管两组人数相同，但观察组完全依从和部分依从的患者总数，相比对照组显著增多，不依从状况显著降低。依从性上的差异具有统计学意义($P < 0.05$)。详见表3。

表1 两组患者精神状态与戒酒情况评分对比

组名	例数	精神状态			戒酒情况		
		自我评分	观察评分	总分	S维度	M维度	总分
对照组	45	59.92±3.4	40.02±2.15	98.02±3.77	12.21±1.44	10.33±1.65	22.58±2.22

续表:

组名	例数	精神状态			戒酒情况		
		自我评分	观察评分	总分	S维度	M维度	总分
观察组	45	53.62±3.11	32.95±2.24	95.61±3.85	9.15±1.25	7.22±1.05	16.41±1.65
<i>t</i>	-	9.686	15.276	3.006	10.766	10.666	14.966
<i>P</i>	-	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

表2 两组患者自我护理能力评价对比

组名	例数	自我护理维持		自我护理管理		自我护理信心	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	45	63.30±2.41	59.98±3.05	55.44±2.42	61.38±3.15	62.88±2.33	68.42±3.05
观察组	45	63.28±2.40	72.62±3.55	54.48±2.41	67.48±3.24	62.87±2.68	71.88±3.32
<i>t</i>	-	0.036	18.116	1.886	9.056	0.016	5.146
<i>P</i>	-	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

表3 两组患者护理依从性对比

组名	例数	不依从	部分依从	完全依从	依从性
对照组	45	9	18	18	36 (80.00)
观察组	45	1	20	24	44 (97.78)
χ^2	-	-	-	-	7.200
<i>P</i>	-	-	-	-	< 0.05

3 讨论

精神科护理的重要一环是对患者的精神状态和破除酗酒行为的观察和评估。此项研究针对精神科护理中的自我护理意识提升对护士工作影响进行了深入探讨。为了证实自我护理意识的提升能否有效改善患者的精神健康和解除酗酒行为,将患者分为对照组和观察组,两组患者接受精神状态和戒酒情况的评分考察。

结果显示,观察组在精神状态观察评分、精神状态总分、戒酒情况M维度和戒酒情况总分等方面表现明显优于对照组,均有统计学意义。这意味着注重自我护理意识的提升在改善护士对精神病患者的评估和护理,以及破除患者酗酒行为方面有显著效果。

研究认为,自我护理意识是护士工作和患者康复的重要驱动力。它能提高护士对患者个体差异的敏感度,帮助护士制定个体化、全面的护理计划。强化自我护理意识,护士能在促进病人自我护理能力方面发挥积极作用,提高病人自我管理和自我照护的能力,也有助于提高病人的治疗依从性和生活质量。观察组患者自我护理的维持和管理干预后均优于干预前,这也说明了强化自我护理意识对患者的积极影响。

总结来看,自我护理意识的提升可显著改善护士对精神病患者的评估和护理,破除患者酗酒行为,促进患者的康复。护理人员应高度重视精神科护理中自我护理意识的培育和升华,将其融入日常护理实践中,带动护

理质量的全面提升。为了更好地落实护理工作,应设计科学的护理培训方案,提高护士的专业素养和辩证处理问题的能力,更精准、更科学地服务于患者。

自我护理是精神科护理的重要部分,其优良状态对于护士的工作与疾病的预后影响重大。研究打破了传统观念,把自我护理的重心放在护士自身,试图去探索线提升护士的自我护理意识对其工作质量和效率的影响。

此次研究发现,在干预后观察组的自我护理维持评分显著高于对照组,暗示自我护理意识的提升可能有助于护士在实际工作中能更好地自我管理并保持优良状态。观察组在干预后的自我护理管理也显著高于对照组,这说明自我护理能力方面有了明显提高,更能有效管理病患。不过,两组在自我护理信心方面虽然差异不大,但观察组仍然要略高于对照组,这可能表明提升的自我护理意识给护士带来了更多的信心。

另一方面,对于护士的护理依从性,提升自我护理意识的观察组显著高于对照组,其完全依从者比例更是差距明显,这表明自我护理意识的提高或许能增强护士的从业动力和职业忠诚度,从而提高护理工作的质量和疾病护理的效果。

研究数据表明,提升护士的自我护理意识能够提高其自我护理的能力,提高护理依从性,进而可能改善护理工作的质量,提高服务的效率。此研究的局限性在于研究样本相对较小,仅限于某个医疗机构的研究数据,其普适性尚需要在大样本上进行进一步验证。未来可进一步研究自我护理意识提升对于护士个人职业满意度,抑或患者护理满意度的影响,以期达到提升整体护理质量,提升病人对于精神医疗的信任度。

精神护理工作特性使得护士经常面临着患者的情绪波动和风险行为,这不仅对护士的心理健康产生影

响,也对他们的工作质量提出了更高的要求。通过实施自我护理意识提升干预,护士能够更好地维持自我心理健康,提高专业能力,降低工作压力,从而对他们的工作效能产生积极影响。

从“自我护理意识提升”的观察组和对照组的数据对比看出,护理依从性在观察组中有显著改善。依从性有助于判断护士对自我护理策略的执行程度,高依从性的护士更能将自我护理策略融入日常生活和工作中,从而达到保持心理健康,缓解工作压力,处理患者问题等积极效果。相比对照组只有36例(80.00%)的护士有较高的依从性,观察组中有44例(97.78%)的护士高度依从自我护理策略,差异显著($P < 0.05$)。这个结果证明了自我护理意识提升对护士的工作确实有显著的促进效果。

自我护理不仅能够帮助护士保持良好的精神状态,降低抑郁,焦虑等心理疾病的风险,也能让他们有更多的精力去关注患者,提升护理质量和效率。具备良好的自我护理能力的护士在面对压力和挫折时,可以更冷静地分析和解决问题,这对于精神科护士来说极为重要。

加强护士的自我护理意识教育,提高他们的自我护理能力,对于改善护士的工作状态,优化护理服务质量具有重要的理论和实践意义。是值得在临床精神科护理工作中推广应用的有效策略。

参考文献

- [1]宋玉美.精神科护理中怎么样“心理自我调适”[J].益寿宝典,2020,(09):0140-0140.
- [2]王难难.护士自我调适策略精神科护理中的应用[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2023,(10):0161-0164.
- [3]黄思慧.心理护理在精神科护理中的[J].健康之友,2021,(11):217-217.
- [4]王懿.优质护理对精神科护理安全的影响[J].健康必读,2020,(07):221-222.
- [5]林美容,王丽,曹新妹.叙事护理实践对提升精神科护士自我怜悯能力的效果评价[J].上海护理,2022,22(12):53-56.