

创伤性截肢患者术后心理干预与康复护理进展

董思思

温州市人民医院 浙江 温州 325000

摘要: 创伤性截肢乃一种严重的身体创伤,会对患者的身体生理功能造成干扰,也会对心理健康造成极大的震荡,术后心理干预及康复护理在患者康复过程中极为关键,心理干预凭借缓解患者的心理压力,助力其应对创伤引起的焦虑、抑郁等情绪反应,推动情绪的好转;康复护理协助患者在生理范畴逐步恢复身体机能,增进生活品质,两者相结合可显著提升患者的康复成效,提高其生活自理以及社会适应能力,术后心理干预及康复护理,对创伤性截肢患者长期恢复十分关键。

关键词: 创伤性截肢; 术后心理干预; 康复护理; 心理健康; 生活质量

引言

患者的身心健康受创伤性截肢影响面临极大挑战,除了陷于生理功能丧失的情形外,患者经常会有焦虑、抑郁、创伤后应激障碍等心理问题相伴,这些状况极大地阻碍了康复进度,术后心理干预跟康复护理在这一进程里发挥着不可忽视的作用。借助心理干预,患者可实现情绪调适,提升自我效能水平,降低术后焦虑以及抑郁的情绪水平;康复护理以科学训练方法及生活辅导为途径,助力实现患者肢体功能恢复及生活质量的提高,二者彼此配合互补,是创伤性截肢患者康复的核心组成部分,怎样在实际护理工作里合理调配这两方面的内容,仍是临床护理工作中面临的棘手难题,潜心探讨术后心理干预与康复护理的有效交融,乃提高患者术后康复水平的关键课题。

1 创伤性截肢患者术后心理状态的常见问题

1.1 焦虑与抑郁的高发性特点

经历创伤性截肢之后,患者一般会面临较高的焦虑与抑郁风险,身体形象改变、功能丧失使患者的失落与焦虑情绪油然而生,尤其是在应对未来不能回归原本生活模样之际,情绪的波动程度较大^[1]。焦虑多呈现为对生活独立及社会适应能力的担忧,抑郁常常跟身体功能的失常、自信的不足以及对未来不确定性的惊恐密切挂钩,创伤性截肢患者的抑郁症状显著甚于一般人群,且焦虑与抑郁情绪说不定相互交织,使患者的心理状态更为错综复杂,长时间的焦虑、抑郁情绪会干扰患者的日常生活,甚至可能弱化其身体康复的动力,从而对整体的恢复成效形成干扰。

1.2 创伤后应激障碍对康复的影响

创伤后应激障碍(PTSD)是创伤性截肢患者在术后易出现的心理健康问题之一,经历一场重大创伤后,

患者往往会出现持续的心理方面的困扰,诸如多次忆起创伤事件、经历闪回以及失眠等症状,这些症状不只会波及患者的心理健康,甚至可能对身体康复形成负面干扰。缘于过度的心理重压,患者也许难以把精力集中到康复训练上,甚至在应对康复阶段的身体痛苦时出现消极情感,阻碍治疗的顺利开展,创伤后应激障碍也许会造成患者对生活失去信念,让情绪问题得到进一步加剧,陷入恶性循环怪圈,早期识别与处理创伤后应激障碍,对患者康复过程极为关键。

1.3 患者心理健康问题的早期识别

在早期阶段识别患者的心理健康问题,对制定有效的治疗及干预规划十分必要,术后刚开始,创伤性截肢患者往往有较大的心理压力,若能及时探知焦虑、抑郁等心理方面状况,就能给后续的干预工作增添更多助力,早期识别心理健康问题依赖于临床观察、心理筛查工具以及患者的有效沟通渠道。在患者康复的进程里,护理人员应高度留意患者的情绪波动,尤应关注患者在疼痛感知、生活质量情形以及对未来展望上的反应,凭借定期的评估观察手段,可以在前期识别潜在的心理隐患,进而实施恰当的心理干预手段,杜绝其恶化程度再升级,以此提升康复的实际效果。

2 术后心理干预的具体方法与应用

2.1 认知行为疗法在心理干预中的作用

认知行为疗法(CBT)在针对创伤性截肢患者的心理干预中作用重大,尤其在面对焦虑、抑郁等情绪问题时发挥显著作用,CBT核心想法是借助识别与改变负性思维模式,帮扶患者重塑其对自身处境的认知,从截肢患者的角度看,术后的不良情绪多源自对身体形象产生的自卑和对未来的迷茫感.CBT可引领患者察觉这些不切实际的认知,利用理性思索降低过度担忧及自我否

定,由此增强自身信心,采用这种办法,患者的情绪改善得以实现,还可强化处理压力的本领,为康复进程注入积极的心理动力,经过CBT干预,患者在康复进程中表现出情绪稳定良好且生活质量更高。

2.2 音乐疗法与放松训练的辅助作用

作为辅助创伤性截肢患者康复的重要方法,有音乐疗法跟放松训练,音乐作为一种情感流露的途径,能有效减轻患者的焦虑、压力以及抑郁情绪^[2]。依靠聆听轻柔的舒缓音乐,患者的情绪得到恰当调节,身体也进而实现放松,有利于降低术后的疼痛感,放松训练借助像深呼吸、冥想的技术,帮扶患者消除紧张情绪,实现心理平衡的恢复,把音乐疗法跟放松训练结合起来,可为患者供给一种非侵入式、低副反应的干预举措,助力其身心重归健康,定期采用音乐疗法和放松训练,可削减焦虑和抑郁的症状,还可增进睡眠的品质,带动免疫系统功能的回恢复,对创伤性截肢患者的整体康复起到积极促进作用。

2.3 家属支持系统在心理康复中的意义

对于创伤性截肢患者的康复,家属扮演的角色十分关键,患者面临身体障碍与生活质量下滑之际,家属在情感上支持陪伴,能极大提升患者心理适应本领,用鼓励、关切和给予实际帮扶,家属能减弱患者的孤独感和无助感,稳固其对未来的信心根基。家属积极参与可推动患者投入治疗与康复训练,降低患者在治疗过程中的抗拒心理,家属的支持不只是进行情感上的安抚,更多是借助理解与交流协助患者调整消极情绪,造就健康的心理应对格局,搭建一个强大的家属帮扶体系,对创伤性截肢患者心理康复有着深远意义。

3 康复护理对创伤性截肢患者康复效果的影响

3.1 个性化康复计划的重要性

因个体差异,创伤性截肢患者康复过程的变动性极为明显,其术后恢复离不开个性化康复计划的重要支撑,每位患者的生理、心理状态和生活背景皆存在差异,定制化的康复方案可针对患者实际需求做调整,保证康复治疗更具精准性与实效性,个性化康复方案需将患者的身体恢复状况纳入考量,也要结合患者的心理层面健康,帮扶其慢慢适应身体功能的转变^[3]。对患者生活习惯、社会支持系统以及康复目标加以评估,拟定贴合实际的康复目标及实施方案,可以协助患者在康复进程里维持动力,提升治疗的依从水准,由此在短时期内实现显著的康复进步。

3.2 功能训练与运动疗法的结合

功能训练和运动疗法在创伤性截肢患者康复中占据

核心地位,两者相结合可助力患者恢复日常生活的能力,功能训练凭借模拟患者日常的生活动作达成,帮扶其逐步恢复肢体的基础活动水平,减轻残疾对生活带来的负面效应,运动疗法借助强化肌肉的力量、协调性与柔韧性,进一步增进患者的运动功能水平,两者结合可最大程度地助力患者恢复自理能力与独立性,减少截肢引起的生活质量下滑问题,采用专门定制的功能训练及运动疗法,患者于康复时可逐步构建起自信,降低对未来生活的恐惧心理,对提高患者的整体康复效果有作用。

3.3 康复护理对患者生活质量的改善作用

创伤性截肢患者生活质量的改善,康复护理影响不可小觑,尤其处于手术过后的初期时段,患者康复的速率和效果,和护理质量直接相关,康复护理不只是聚焦生理功能的恢复,还突出心理支持及社会适应能力的进一步提高,采用科学的护理办法,可积极促进患者身体恢复如初,舒缓患者躯体的痛苦,康复护理也利用设定个性化护理方案,辅助患者适应崭新生活样式,加强其自我管理水平,全面的康复护理可增强患者的生活自理能力,降低并发症发作几率,最终显著增进其生活质量,使患者可更顺利地融入社会,过上富有活力的健康日子。

4 心理干预与康复护理的协同效应

4.1 心理状态对生理康复的促进作用

心理状态对创伤性截肢患者生理康复的影响十分显著,积极的心理状况可推动患者积极投身康复进程,以此加快生理功能康复步伐,面对截肢之后出现的身体变化,若可保持积极乐观的状态,且积极地去面对治疗与康复训练,往往有助于提高机体免疫水平,减少心理压力造成的消极后果。通过积极的心理调整,可减少焦虑及抑郁症状,增进患者的睡眠品质,进一步推动康复训练的成效,长久的负性情绪也许会引起身体免疫系统功能下降,拖慢身体康复脚步,患者于心理健康方面获支持干预期间,其身体复原的速度跟水准往往显著提升,证实了心理状态对身体康复的促进价值。

4.2 身体康复对心理恢复的反向作用

身体康复情形对心理健康恢复起到不可漠视的反向功效,截肢患者经过一阵子的康复训练后,慢慢恢复身体力量与自主活动本事,此类生理层面的进展往往可提升患者的自信程度,可在一定程度上改善情绪状态,当患者具备自主开展一些日常活动的的能力,体验到肢体康复的成效时,心理上的负荷得以降低减轻,焦虑及抑郁症状获得缓解。患者凭借身体功能的恢复更好地融入社会,再度找回自我价值体验,进而催生出更为强烈的心

理康复动力,身体恢复同心理恢复彼此助力、相辅相成,身体的渐进康复可为心理的健康修复筑牢根基,而积极的身体活动还起到促进心理情绪稳定与调节的作用。

4.3 多学科团队合作模式的优势

对于创伤性截肢患者的康复,多学科团队合作模式展现出独特长处,该模式把外科医生、康复专家、心理学家、护理人员等多领域专业力量整合起来,给予患者全面的治疗及支持,团队成员按照患者差异化的需求,制订贴合患者需求的康复计划,保障患者在生理、心理与社会适应等各方面都能得到有效的关怀与医治^[5]。

5 提高创伤性截肢患者康复效果的优化策略

5.1 完善康复护理体系与干预计划

完善康复护理体系与干预计划是创伤性截肢患者术后恢复的基础。有效护理体系需依据患者身体状况、心理需求及社会适应情况制定个性化康复方案,以达最佳治疗效果。干预计划需考虑多方面因素,包含术后疼痛管理、伤口护理、心理疏导及日常生活功能恢复训练等,因每个患者恢复速度与需求有别,护理人员需据患者具体情况及时调整干预方案,保障康复过程不受不必要障碍干扰,完善康复护理体系可让患者术后获持续支持与监督,增强康复依从性和自信心。

5.2 提高护理人员的专业技能与心理素质

护理人员专业技能与心理素质在创伤性截肢患者康复中起关键作用。护士需具备扎实医学及护理知识,且在实际护理中体现敏锐观察力与综合判断能力^[5]。与患者沟通时,护理人员心理素质十分重要。截肢患者常面临心理压力和情绪波动,护理人员交流中应展现同理心和耐心,助其调整负面情绪,建立积极康复心态。护理人员需定期接受专业培训,持续提升技术水平和心理辅导能力,确保为患者提供专业护理服务,为患者康复提供全方位保障。

5.3 推动术后康复护理的科学研究与实践

推动术后康复护理科学研究与实践对提升创伤性截

肢患者康复效果有重要意义,随康复医学发展,更多科研成果为临床护理提供新理念和方法,深入科学研究可揭示更多影响患者康复的因素,像疼痛管理、营养支持、康复训练最佳方案等。科研成果应用能有效优化现有护理模式,提升护理质量,缩短患者康复周期,实践中持续改进也是推动康复护理进步的重要途径,护理人员参与临床研究,既能掌握最新护理技术,又能通过反馈优化护理流程,确保每位患者获得最适合的治疗与护理。

结语

创伤性截肢患者的康复护理是复杂且多层次的过程,涉及生理、心理和社会适应等多个方面,有效心理干预与康复护理策略可显著提升患者康复效果,改善其生活质量,个性化康复计划结合功能训练和心理支持,能让患者不仅在生理上恢复,更在心理上找到平衡,逐步恢复自信与独立生活能力。多学科团队合作及护理人员专业技能提升,对患者全面康复至关重要,随科学研究不断进展,康复护理体系会更完善,干预方法也将日趋科学系统化,从而为创伤性截肢患者提供更有效、更具人性化的护理服务,助其更好适应新生活、走向康复。

参考文献

- [1]张琦,陈丽艳,李媛媛,等.非创伤性下肢截肢患者生活体验质性研究的Meta整合[J].中华护理杂志,2023,58(09):1112-1119.
- [2]刘明霞.社会心理因素对创伤性截肢患者伤残接受度的影响效应分析[D].山东大学,2023.
- [3]张含,王会聪,郭永攀,等.接纳与承诺疗法对创伤性截肢患者反刍性沉思及生活质量的影响[J].中国健康心理学杂志,2021,29(07):965-969.
- [4]林玉琳,林莉清.心理干预对创伤性截肢患者焦虑抑郁情绪的影响[J].蛇志,2019,31(01):138-139.
- [5]毛兰兰,倪亿媚.心理康复对创伤性截肢患者不良情绪和生活质量的影响[J].中国健康心理学杂志,2019,27(04):556-559.