

叙事护理在 1 例疑似新型冠状病毒肺炎早孕病人中的应用

陈桂丽, 钟美浓, 练荣丽, 杨 帅, 任文娟, 黄慧虹, 黄师菊

关键词: 新型冠状病毒; 新型冠状病毒肺炎; 早孕; 叙事护理

Keywords SARS-CoV-2; COVID-19; early pregnancy; narrative nursing

中图分类号: R473.71 文献标识码: B doi: 10.12104/j.issn.1674-4748.2020.05.049

自 2019 年 12 月以来, 湖北省武汉市陆续出现新型冠状病毒感染引起的以肺部病变为主的新型传染病^[1], 以发热、乏力、干咳为主要表现^[2], 严重者快速进展为急性呼吸窘迫综合征、脓毒症休克等。疫情迅速蔓延至全国, 且感染人数仍在增加, 对全国人民群众的生命安全和身心健康造成很大威胁^[3]。孕产期妇女是一类特殊人群, 其机体处于特殊免疫耐受及心理应激状态^[4], 是各类病毒的易感人群, 且对病毒性呼吸系统感染的炎症应激反应明显增高, 又受体内高水平雌激素、孕激素的影响, 容易产生消极、过激的不良情绪。迄今, 武汉协和医院提出了《妊娠合并新型冠状病毒感染管理策略意见》, 中国医科大学附属盛京医院制定了《辽宁省新型冠状病毒感染流行期间孕产妇管理指导意见(第一版)》^[5], 但普及的速度与效果仍有待提高。我院作为广东省省级定点救治医院, 发热门诊接诊的孕产妇大多表现出明显的担忧、焦虑、恐慌情绪。研究表明, 叙事护理是一种有效的临床干预方式, 能改善病人的病情转归, 建立和谐的护患关系^[6]。本研究对 1 例疑似新型冠状病毒肺炎早孕病人采用了叙事护理, 取得了良好效果。现总结如下。

1 病例介绍

病人, 女, 30 岁, 平素身体健康, 已婚, G₂P₁。因突发乏力、嗜睡、头晕、头痛、低热、偶有干咳等不适症状来院就诊。病人主诉有新型冠状病毒流行病学史, 曾在 2020 年 1 月 14 日途径武汉, 测量生命体征, 体温 37.3 ℃, 心率 92/min, 血压 108/53 mmHg(1 mmHg = 0.133 kPa), 呼吸 22/min, 外周脉搏血氧饱和度(SpO₂) 98%; 查体口唇、四肢末梢无发绀, 皮肤、黏膜

无黄染, 浅表淋巴结未触及, 胸廓对称, 双肺呼吸音清, 未闻及干湿啰音, 胸部 X 线片示良性小结节, 无明显炎性病变; 急查血常规提示: 白细胞 5.99 × 10⁹/L, 红细胞 4.99 × 10¹²/L, 血小板 212 × 10⁹/L, 中性粒细胞 3.57 × 10⁹/L, 淋巴细胞 1.98 × 10⁹/L, 流感病毒 A+B 测试均为阴性, 新型冠状病毒核酸检测结果阴性。告知病人回家隔离, 严密观察体温和症状变化, 必要时返院复查。但病人仍不愿离开, 请求住院观察, 病人在等待检查结果期间反复询问新型冠状病毒肺炎诊治相关问题, 表现出明显的焦虑。护士做相关解释后添加病人为微信好友, 病人方离开。通过微信平台采用叙事护理的方法给予心理护理, 病人不良心理问题得到解决, 焦虑情绪得到缓解。

2 护理

2.1 进入病人的故事, 理解病人的心情

叙事护理要求护士积极倾听, 适当回应病人的故事, 当病人感觉到被理解、被关注就会产生满足感^[7], 与护士建立积极合作的护患关系, 从而听取护士的建议。引导病人讲出近期困扰自己的故事或问题, 并用心倾听, 快速记忆总结病人讲述故事的重点, 关注病人应对问题的方式与态度。使用焦虑与抑郁自评量表评估病人的心理状况, 测得病人得分较高, 处于中度焦虑和抑郁状态。通过倾听了解到病人的心理状况: 病人 15 d 前曾出差途经疫源区, 近 3 d 开始出现乏力、咳嗽, 体温升高, 焦虑、恐惧情绪明显, 担心自己患新型冠状病毒肺炎, 不断回忆出差细节, 不断刷手机、刷微博, 在网上搜索关于新型冠状病毒的信息, 尝试自我诊断, 结果越查越害怕, 坐卧难安, 不断测量体温, 失眠、胃口不佳、不想言语。病人自诉“我患了新型冠状病毒肺炎怎么办, 我的家人怎么办?”的念头一直在脑海中, 觉得心悸、胸闷、气短、咳嗽加剧, 持续低热。尽管依据目前医学诊断病人不确定被感染, 但病人仍担心在潜伏期未能被准确检测。总结病人产生不良心理的主要原因有: ①病人出现新型冠状病毒肺炎的相似症状, 且途经疫源区, 通过网络了解到该病的传播性与危害性, 非常担心自己

作者简介 陈桂丽, 主管护师, 本科, 单位: 510630, 中山大学附属第三医院; 钟美浓、练荣丽、杨帅、任文娟、黄慧虹、黄师菊单位: 510630, 中山大学附属第三医院。

引用信息 陈桂丽, 钟美浓, 练荣丽, 等. 叙事护理在 1 例疑似新型冠状病毒肺炎早孕病人中的应用[J]. 全科护理, 2020, 18(5).

患病。②病人刚发现自己意外怀孕,对妊娠期防治新型冠状病毒感染的知识不了解,担心自己患病对胎儿有影响。③家有老年人和小儿,体质较差,且与家人亲密接触,担心自己会传染给他们。

2.2 正向回馈,引导建立积极观念 首先肯定病人叙事中提到的正面内容,给予表扬和鼓励,然后采用提问的方式引导病人正确认识问题^[8],树立积极乐观的态度,合理解决问题。护士首先对病人对新型冠状病毒肺炎的关注与认识给予部分肯定,肯定病人关注时事,主动学习相关知识,认识到新型冠状病毒的传播性和危害性,并主动早发现,早就诊;肯定病人对家庭的用心和责任。然后护士提问病人现阶段最相信的人,希望得到哪些人的帮助和支持,如果胎儿健康是否继续孕育,平时在家比较喜欢做些什么事情等问题。了解到病人目前比较信任医护人员的建议,想要在医护人员的监护下住院隔离但又害怕被隔离,愿意保留胎儿,最希望得到医护人员的帮助和家人的谅解与关心,且平日在家较喜欢做美食与家人共享。

2.3 合理分析,寻找解决问题的方法 疑似病人是指出现与新型冠状病毒肺炎非常相似的临床表现的病人,病人在等待确诊的过程中,一方面身体不适,另一方面承受巨大的不确定感和恐惧感,甚至出现一系列的精神心理问题,比如焦虑、恐惧、失眠、噩梦、悲伤、绝望、敏感多疑,甚至烦躁易怒、攻击性强等^[9]。协助病人合理分析心理问题及原因,寻找解决问题的方法:①指导病人觉察自己的内心,接受自己的情绪。本例病人存在强烈的不确定感,不确定自己是否患病、胎儿是否健康,对生命安全的焦虑、对死亡的恐惧、对胎儿的愧疚等让病人感到非常焦虑和恐惧;尝试寻找和渴求确定的信息,又不断怀疑信息的正确性,从而导致焦虑感增强;病人出现明显的恐惧与躯体反应、强迫症状和疑病症状。对心悸、咳嗽、失眠等症状加剧,持续低热,病人认为均是新型冠状病毒肺炎的表现。②指导病人正确认识疾病且鉴别疫情症状、普通感冒和早孕反应的区别,讲解早孕就诊、孕检的正常程序与途径,早孕期间也可能会出现低热、心悸现象,建议病人在发热期间保证正常作息、营养饮食的前提下在家适当自我隔离,减少疫情相关信息的接收,只相信官方发布的信息,佩戴口罩,减少与家人的密切接触,但是可以通过通讯工具加强与亲属的沟通。沟通是最有效舒缓情绪的方式,也是最重要的维持情感联系方式。③焦虑、恐惧很多时候与灾难化想法有关,人的想法和信念对身体和心理都有很强的暗示作用,建议病人减少一些不合实际的想法,给自己一些积极的心理暗示,以解决问题

为目标,逆向思考寻找解决问题的方法和想法,帮助身体更好地恢复健康。如等待确诊期间病人反复出现害怕胎儿受累的想法与自责,引导病人先从结果出发思考问题:“我希望孩子是健康的,我如果没确诊孩子就不会受到病毒影响,医生要明确我和胎儿是否健康,现在我需要就诊发热门诊及产科,再做其他考虑”。④选择适合自己的放松方式,如唱歌、散步等;呼吸锻炼、手指操、颈部操或八段锦、瑜伽或泡热水澡等身体减压方法。⑤丰富自己的生活,转移注意力。可采用“五个一”的方法,制定一个计划,安排每天要做的事情;钻研一件事情,学习一些新技能并享受这个过程,如每天做一种美食;找到一种支持,与丈夫密切交流,寻求安慰与支持;进行一段锻炼;思考一些体验,如思考过去人生美好的体验和这段经历给自己有价值的体验等。

2.4 总结反思,扬长避短 护士再次思考病人的叙事内容、方式及叙事时的表情、态度和心情,总结病人的观点、立场与产生原因;列出自己引导的方法、心理分析原因、心理护理方案、指导内容等^[10]。尽量以书面的形式进行总结,反思叙事护理与心理指导过程中存在的不足与问题,制订更合适的方案,进一步完善叙事护理方法在病人心理护理中的应用技巧。

3 小结

疑似新型冠状病毒肺炎的早孕病人在承受身体痛苦的同时也面临更多的未知恐惧,在等待病情确诊前往往会经历艰难的心理应对过程,需要给予有效的心理疏导,帮助病人缓解心理压力,提高免疫力,增强信心。叙事护理是以人性化服务为出发点,促使护理人员掌握病人具体的生理和心理状态,进而为病人提供科学有效的护理措施。针对本例病人,护士采用叙事护理的方法帮助病人应对不良情绪,获得了较好的效果。

参考文献:

- [1] 武汉市卫生健康委员会. 武汉市卫生健康委关于当前我市肺炎疫情的情况通报 [EB/OL]. (2019-12-31) [2020-01-30]. <http://wjw.wuhan.gov.cn/front/web/showDetail/2019123108989>.
- [2] HUANG C L, WANG Y M, LI X W, *et al*. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China [J/OL]. *Lancet* (2020-01-24) [2020-01-30]. [http://doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)30183-5](http://doi.org/10.1016/s0140-6736(20)30183-5).
- [3] BOGOCH I I, WATTS A, THOMAS-BACHLI A, *et al*. Pneumonia of unknown etiology in Wuhan, China: potential for international spread via commercial air travel [J/OL]. *Journal of Travel Medicine* (2020-01-14) [2020-01-30]. <https://doi.org/10.1093/jtm/taaa008>.
- [4] CYNTHIA M, MCGEER A, KIN FAN Y T, *et al*. Management guidelines for obstetric patients and neonates born to mothers with suspected or probable severe acute respiratory syndrome (SARS)

- [J]. *Int J Gynecol Obstet*, 2009, 107(1): 82-86.
- [5] 王新燕, 吴杰, 鲁新华, 等. 河南省新型冠状病毒(2019-nCoV)感染孕产妇管理策略建议[J]. *郑州大学学报(医学版)*, 2020, 55(2): 1-3.
- [6] 黄辉, 刘义兰. 叙事护理临床应用的研究进展[J]. *中华护理杂志*, 2016, 51(2): 196-200.
- [7] LANGELIER K. *Storytelling in daily life: performing narrative* [M]. Pennsylvania: Temple University Press, 2011: 1-2.
- [8] ALOI J A. The nurse and use of narrative: an approach to caring [J]. *J Psychiatr Ment Health Nurs*, 2009, 16(8): 711-715.
- [9] 中国心理卫生协会. 新型冠状病毒感染的肺炎公众心理自助与疏导指南[S]. 北京: 人民卫生出版社, 2020: 2.
- [10] DEVENNY B, DUFFY K. Person-centred reflective practice[J]. *Nurs Stand*, 2014, 28(28): 37-43.

(收稿日期: 2020-02-10; 修回日期: 2020-02-17)

(本文编辑 卫竹翠)