

DOI: 10.11997/nitcwm.202003062

抗击新型冠状病毒肺炎疫情一线护士心理体验的质性研究

张月萍, 张 晴, 鲁 媛

(华中科技大学同济医学院附属同济医院 神经外科, 湖北 武汉, 430030)

摘要: **目的** 调查新型冠状病毒肺炎疫情期间抗疫一线护士的心理体验。**方法** 对参与抗击新型冠状病毒肺炎 20 名一线护士进行半结构访谈, 了解一线护士的心理反应及工作体验, 并采用 Colaizzi 7 步分析法分析所收集的资料。**结果** 访谈共归纳提炼出心理(责任感与使命感/恐惧、焦虑、紧张/无助、自责等)、生理(疲惫/不适)、社会(面对舆论压力的反应)3 个层面的主题。**结论** 抗击新型冠状病毒肺炎一线护士工作重、心理压力, 医院管理层除了在日常工作中针对突发公共卫生事件进行培训外, 还应该给予护士足够的人文关怀及正向激励, 充分发挥社会的正向支持作用, 减轻护士的心理压力和负担, 促进护士的心理健康。

关键词: 新型冠状病毒肺炎; 护士; 心理体验; 质性研究; 传染; 隔离

中图分类号: R 473 文献标志码: B

A qualitative study of the psychological experience of front-line nurses in the fight against COVID-19

ZHANG Yueping, ZHANG Qing, LU Yuan

(Department of Neurosurgery, Tongji Hospital Affiliated to Tongji Medical College of Huazhong University of Science and Technology, Wuhan, Hubei, 430030)

ABSTRACT: Objective To investigate the psychological experience of front-line nurses in the fight against COVID-19. **Methods** A purposive sample of 20 front-line nurses in the fight against COVID-19 was selected. A descriptive research was conducted to collect data through semi-structured interviews. The results were analyzed, sorted out, classified and refined by Colaizzi's procedural steps. **Results** Three themes were refined: psychological dimension (sense of responsibility and mission/fear, anxiety, tension/helpless, self-accusation and etc.), physical dimension (exhaustion/discomfort), and social dimension (face of pressure from the public). **Conclusion** The front-line nurses may suffer from an increase in psychological stress during the fight against COVID-19. Nursing administrators of the hospital should provide humanistic care and positive incentives, make full use of positive support and improve the psychological wellbeing of nurses.

KEY WORDS: COVID-19; nurse; psychological experience; qualitative study; infection; quarantine

新型冠状病毒具有较高的传染性, 主要传播途径包括经呼吸道飞沫和密切接触传播, 人群普遍易感^[1-3]。国家卫健委将新型冠状病毒肺炎纳入法定传染病乙类管理, 采取甲类传染病的预防、控制措施^[4-5]。抗击新型冠状病毒肺炎疫情一线护士每天不仅需要进行超负荷的工作, 且还要面临被感染的风险, 其身心经历着巨大的考验及挑

战。本研究采用质性研究中的现象学研究法, 通过微信视频通话方式, 对一线护士进行心理体验的调查, 现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

采用目的抽样法选取武汉某三甲医院神经外

科参与抗击新型冠状病毒肺炎疫情一线的护士 20 名为调查对象,其中女 19 名,男 1 名;年龄 32 ~45 岁;工作年限均在 9 年及以上并具有丰富的

重症护理经验;截至 2020 年 3 月 31 日发稿时,参与本项研究的 20 名一线护士均已参与救援时间 >20 d,具体资料见表 1。

表 1 20 名救援护士一般资料

护士	年龄/岁	性别	科室	工作年限/年	学历	职称	婚姻	是否有子女	是否独生子女
N1	45	女	神经外科	25	本科	主管护师	是	是	是
N2	43	女	神经外科	23	本科	主管护师	是	是	是
N3	40	女	神经外科	20	本科	主管护师	是	是	是
N4	38	女	神经外科	18	本科	主管护师	是	是	否
N5	38	女	神经外科	17	本科	主管护师	是	是	是
N6	36	女	神经外科	15	本科	护师	是	是	是
N7	35	女	神经外科	14	本科	护师	是	是	是
N8	34	女	神经外科	13	本科	主管护师	是	是	是
N9	34	女	神经外科	11	本科	护师	是	是	是
N10	34	女	神经外科	11	本科	护师	是	是	是
N11	33	女	神经外科	10	本科	主管护师	是	否	否
N12	33	女	神经外科	10	本科	护师	是	否	否
N13	33	男	神经外科	9	本科	护师	是	是	是
N14	32	女	神经外科	9	本科	护师	否	否	否
N15	32	女	神经外科	9	本科	护师	是	否	否
N16	32	女	神经外科	9	本科	护师	否	否	否
N17	32	女	神经外科	9	本科	护师	是	否	否
N18	30	女	神经外科	9	本科	护师	否	否	否
N19	30	女	神经外科	9	本科	护师	否	否	否
N20	30	女	神经外科	9	本科	护师	否	否	否

1.2 方法

1.2.1 调查方法:本研究通过质性研究的方法,运用 Gadamer 的哲学诠释论^[6]了解一线护士在新冠肺炎中心疫区抗疫工作中的心理体验,并分析所收集的资料。查阅相关文献^[7-8],确定半结构式访谈提纲:①面对突发的新冠肺炎第一时间想到做的事情;②参与抗疫前后的心理活动;③进入隔离病房后的心理变化;④救治过程中最大的体会;⑤救治过程中最大的困扰与烦恼(身体和心理);⑥最希望得到哪方面的支持和帮助。

1.2.2 资料收集方法:访谈前向访谈者解释研究的目的是方法、保密性及相关注意事项,取得同意后访谈,以访谈信息达到饱和为原则,对访谈内容采用录音及笔记记录。选择安静无人打扰的房间进行,访谈过程中不对受访者观点评判或者诱导,不得中途打断其叙述,避免影响访谈的真实性及分析结果。为保护受访者的隐私,访谈采用匿名的方式,20 名一线护士的姓名均以编号表示。根据访谈提纲进行谈话,访谈时间 20 ~40 min,详细记录其面部表情、情绪、肢体语言^[9]。

1.2.3 资料分析方法:访谈结束后,立即将相关录音整理成文字,访谈录音在转录完成后删除^[10]。采用 Colaizzi 7 步分析法^[11]:①反复仔细阅读听取访谈资料及录音;②提取有用信息;③对

高频率的观点进行编码;④整理汇总编码后的重要观点;⑤详细的描述访谈内容;⑥对相似的观点进行辨别;⑦到受访者处求证(考虑新型冠状病毒疫情防控的特殊期间,可采用电话或者其他网络方式求证)。

2 结果

本次访谈共归纳提炼出心理(责任感与使命感/恐惧、焦虑、紧张/无助、自责等)、生理(疲惫/不适)、社会(面对舆论压力的反应)3 个层面的主题。

2.1 心理层面的体验

2.1.1 责任感与使命感:护士以救治患者为己任,实现自己救死扶伤的医学信仰。N1:“这没什么好说的,我就是一名护士,救死扶伤是我的责任!”N7:“因为感冒没有完全好,上一线前我每天吃药喝水补充营养锻炼身体,想办法增强自己的抵抗力,这样上一线后才能救治更多的人,才不辜负这身白衣。”N14:“平时,我们与病魔搏斗;现在,我们同死神决赛。哪里需要我们,我们就在哪里。”N9:“这是我工作价值的体现。”

2.1.2 恐惧、焦虑、紧张:医护人员在面对突发性公共卫生事件时,普遍存在恐惧心理^[12-14]。新型冠状病毒肺炎具有较高的传染性且人群普遍易

感,一线护士在抗疫过程中需要面临较大的心理压力。N13:“每天和新型冠状病毒肺炎感染者接触,很担心自己会感染,感觉每天都在冒着生命危险在上班。”N5:“穿着这厚厚的隔离防护服,心里时刻提醒着自己身边都是病毒,都不安全,直到下班都很紧张。”N11:“给气管切开或气管插管患者做吸痰操作时,感觉身边都是气溶胶,觉得很恐怖很害怕。”

2.1.3 无助、自责:新型冠状病毒疫情初期,由于是新发传染病,该疾病的传染源、传播途径、确诊方法尚不明确,且无明确的治疗方法,随着疫情蔓延,感染人数、危重及死亡病例增多,面对救治无效死亡的患者,时常让一线护士感觉到无助与自责。N12:“重症患者病情变化太快了,昨天还好好的,今天就不行了。”N2:“之前并没有经历过新型冠状病毒肺炎,不知道怎么有效地帮助患者”。N17:“每次看到那些没抢救过来的患者,感觉很自责内疚,久久无法释怀。”

2.2 生理层面的体验

2.2.1 疲惫:随着确诊患者数量的不断增加,工作量大、责任重,高强度连续工作,一线护士面临着巨大的护理压力。N6:“4个小时收了36个患者,连喘口气的时间都没有。”N19:“监护室太忙了,喂饭、翻身、吸氧、吸痰、打针、换药、抽血,像陀螺一样转不停,下班了感觉腿都不是自己的了。”N10:“患者太重了,一来就抢救,像打仗的,内衣都不知道湿了多少回了,好累。”

2.2.2 不适:为防止交叉感染,在进入隔离病房前都需要穿戴防护服、隔离衣、护目镜、双层帽子、口罩、手套、鞋套。长时间穿戴防护服,由于不透气容易产生憋闷、晕厥、活动不便等情况。护目镜和口罩佩戴时间过长也会造成鼻梁和面部皮肤的压力性损伤。N3:“从上班到下班不吃东西不喝水不上厕所,穿脱防护服太浪费时间了,患者等不起,又避免浪费一套防护服”。N16:“太憋闷了,感觉自己要窒息了,能够感受这些患者的呼吸困难的痛苦”。N20:“尤其是生理期,肚子又痛,又不能及时更换卫生巾,好难受,感觉要崩溃了”。N4:“口罩的系带勒的耳朵好痛,但是又怕污染不敢接触,只能强忍到下班,回到宾馆恨不得揉了几个小时才缓解。”

2.3 社会层面的体验

2.3.1 防护用品短缺:新型冠状病毒肺炎属于突发公共卫生事件,且持续时间长,波及范围广,

短时间内造成了防护物资的短缺。N4:“一个班次就发一个口罩,从上班带到下班。”N15:“护目镜和面屏都是反复浸泡消毒重复使用的。”

2.3.2 感谢团队和社会的支持:20名受访者一致认为,感受到领导及同事的关爱、社会爱心人士的各种物资捐赠以及家人的支持,使得她们更安心的在一线工作。

3 讨论

3.1 心理层面的疏导

研究^[15]发现,在传染病流行期间,一线医务工作者特别容易出现压抑、紧张、恐惧、焦虑等疫情相关的负性情绪。为了不影响护士的身心健康以及工作质量,关注护理人员的心理健康并给予相应的支持显得尤为重要^[16-17]。管理者应密切关注一线护士的心理状况,积极给予人文关怀。定期开展心理疏导专线及专栏,给一线护士提供心理咨询,及时释放不良情绪,帮助放松心情。鼓励一线护士利用正念减压疗法,通过冥想训练来缓解心理的压力,提升对自身情绪的调控能力^[18]。护士还应学会情绪的自我调节,增强心理韧性。同时加强传染病专业知识与技能培训,并制定相关应急预案和情景演练来提高护士应对突发公共卫生事件能力,为以后应对类似事件打下良好的心理基础。

3.2 生理层面的对策

超负荷的工作量极易导致护士身心俱疲,而产生工作倦怠感,工作效率降低,最终影响护理质量。管理者应对人力资源进行合理配备,及时补充,优化工作流程,弹性排班,尽量缩短每班次的工作时长,减少穿戴防护服工作的时间,减轻一线护士的工作负荷^[19],以缓解其身心疲劳感。合理安排轮休,减少持续工作时间,提供舒适的休息场所,给予丰富可口的饮食,加强营养,增加免疫力,对保障一线护士的身心健康有重要作用。

3.3 社会层面的支持

医院管理者应加强对新型冠状病毒肺炎的健康教育,发挥媒体的正面舆论引导作用,充分宣传该疾病的病因、临床症状、传播途径、防控措施等,消除公众对一线医务人员的歧视,使其护理工作得到社会的理解和认可。Liu等^[20]研究显示,在特殊传染病疫情时,领导的关心和问候对激励护士起到了十分重要的作用。本研究中的20名受访对象均表示感受到了团队和领导的关爱。另外

在医疗资源的分配上应优先全力保障一线人员防护物资的供给,缓解医务人员的焦虑和恐慌情绪。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 中华预防医学会新型冠状病毒肺炎防控专家组. 新型冠状病毒肺炎流行病学特征的最新认识[J/OL]. 中国病毒病杂志. (2020-02-24) [2020-03-31]. <https://kns.cnki.net/KCMS/detail/11.5969.R.20200221.1526.001.html>
- [2] HUI D S, I AZHAR E, MADANI T A, et al. The continuing 2019 - nCoV epidemic threat of novel coronaviruses to global health; The latest 2019 novel coronavirus outbreak in Wuhan, China[J]. Int J Infect Dis, 2020, 91: 264 - 266.
- [3] LIPSITCH M, SWERDLOW D L, FINELLI L. Defining the epidemiology of covid - 19; studies needed [J]. N Engl J Med, 2020, 382(13): 1194 - 1196.
- [4] 许小可, 文成, 张光耀, 等. 新冠肺炎爆发前期武汉外流人口的地理去向分布及影响[J/OL]. 电子科技大学学报. (2020-02-14) [2020-03-31]. <https://kns.cnki.net/KCMS/detail/51.1207.T.20200213.2002.002.html>.
- [5] SHE J, JIANG J J, YE L, et al. 2019 novel coronavirus of pneumonia in Wuhan, China; emerging attack and management strategies[J]. Clin Trans Med, 2020, 9: 19.
- [6] GADAMER H G. Truth and method[M]. New York: The Cross - road Publishing Corpora - tions, 1999.
- [7] 国家卫生健康委员会. 新型冠状病毒传播途径与预防指南[EB/OL](2020-01-27) [2020-02-15]. <http://www.nhc.gov.cn/xcs/yqfkd/202001/9e73060017d744aeaff8834fc0389f4.shtml>
- [8] 应对新型冠状病毒感染的肺炎疫情联防联控工作机制. 新型冠状病毒感染的肺炎疫情紧急心理危机干预指导原则[EB/OL]. (2020-01-26) [2020-03-15]. http://www.gov.cn/xinwen/2020-01/27/content_5472433.htm
- [9] 曾锦, 邓艳红. 质性研究中深度访谈的研究[J]. 濮阳职业技术学院学报, 2013, 26(1): 115 - 116.
- [10] (丹)斯丹纳·苛费尔, (丹)斯文·布林克曼著 范丽恒译. 质性研究访谈[M]. 北京: 世界图书出版公司北京公司, 2013.
- [11] 刘明. Colaizzi 七个步骤在现象学研究资料分析中的应用[J]. 护理学杂志, 2019, 34(11): 90 - 92.
- [12] 徐明川, 张悦. 首批抗击新型冠状病毒感染肺炎的临床一线支援护士的心理状况调查[J]. 护理研究, 2020, 34(3): 368 - 370.
- [13] 王琛, 王旋. 新型冠状病毒感染的流行、医院感染及心理预防[J]. 全科护理, 2020, 18(3): 309 - 310.
- [14] 易凌, 王忠灿, 姜志宽, 等. 突发公共卫生事件心理干预研究进展[J]. 中国公共卫生, 2010, 26(7): 929 - 930.
- [15] 张新卫. 禽流感流行中医务人员人格、自我效能与负性情绪的关系研究[D]. 武汉: 华中师范大学, 2015.
- [16] TUBBS - COOLEY H L, MARA C A, CARLE A C, et al. The Nasa Task Load Index as a measure of overall workload among neonatal, paediatric and adult intensive care nurses[J]. Intensive Crit Care Nurs, 2018, 46: 64 - 69.
- [17] SONMEZ B, OGUZ Z, KUTLU L, et al. Determination of nurses' mental workloads using subjective methods[J]. J Clin Nurs, 2017, 26(3/4): 514 - 523.
- [18] 欧阳芬, 吴荷玉, 杨英, 等. 新型冠状病毒肺炎快速传播的应对措施[J]. 全科护理, 2020, 18(3): 311 - 312.
- [19] 苗琪琪, 刘铭扬, 郑沙沙, 等. 护士在救治人感染H7N9禽流感患者时的工作体验[J]. 中华护理杂志, 2018, 53(6): 720 - 723.
- [20] LIU H P, LIEHR P. Instructive messages from Chinese nurses' stories of caring for SARS patients[J]. J Clin Nurs, 2009, 18(20): 2880 - 2887.

(本文编辑:尹佳杰)