

DOI: 10.11997/ntcwm.202003057

新型冠状病毒肺炎患者隔离期间的心理问题及 中西医结合护理对策

陈名桂, 陈二辉, 林美珍, 凌传仁, 邱寅龙, 陈海振, 刘杨晨, 吴巧媚

(广东省中医院 广州中医药大学第二临床医学院 重症医学科, 广东 广州, 510120)

摘要: 本文总结了新型冠状病毒肺炎患者隔离期间常见的心理特点,包括恐惧感、焦虑感、孤独感、悲观感,并初步探讨了相应的中西医结合护理对策。

关键词: 新型冠状病毒肺炎; 心理护理; 中西医结合护理

中图分类号: R 473 **文献标志码:** B

新型冠状病毒感染人体后可引起发热、乏力、干咳、逐渐出现呼吸困难等一般症状,部分患者起病症状轻微,可无发热,但也出现少量急性呼吸窘迫综合征、脓毒症休克、难以纠正的代谢性酸中毒及出凝血功能障碍等重症或死亡病例^[1]。面对此类突发公共卫生事件,患者常会出现急性心理应激反应,并可能对心理健康造成长期影响^[2]。广东省中医院受国家中医药管理局委托派出中医医疗队支援湖北省中西医结合医院隔离病区。本文总结并探讨了新型冠状病毒肺炎患者住院期间常见的心理特点,包括恐惧感、焦虑感、孤独感、悲观感,同时也探讨了相应的中西医结合护理对策,现报告如下。

1 临床资料

2020年1月—2月湖北省中西医结合医院隔离病区收治的新型冠状病毒肺炎患者52例,其中男28例,女24例;年龄25~91岁,平均年龄(54.04±9.77)岁。新型冠状病毒肺炎患者隔离期常会出现以下几种心理问题:①恐惧感:由于患者对新型冠状病毒肺炎缺乏足够的认知,一旦被确诊,首先表现出恐慌、不知所措等心理体验。在隔离病房的陌生环境中,患者面对穿着严实防护服的医护人员,再加上疾病本身造成的痛苦、没有亲人陪护、与外界隔绝等因素,进一步加剧了患者的恐惧心理。过度的恐慌会影响人体的免疫功能,不利于治疗和康复。②孤独感:由于长时间独处的原因,患者会产生孤独感,尤其是年老和年幼患者,以及对家庭牵挂较多的患者。③焦虑感:隔离期间部分患者治疗起效时间较长,甚至出现多次核

酸检测均未转阴性的情况,因此担心自己病情加重,表现出焦虑不安。④悲观感:部分新型冠状病毒肺炎病例为家庭聚集性发病,担心家人被感染,对生活充满悲观感。部分患者担心即使治愈后也会留下后遗症而影响生活质量,导致情绪低落。

2 护理

2.1 为患者提供安全、舒适的环境

保持隔离病房空气清洁,温湿度适宜,为患者提供防蝇灭蚊设备。每天的护理工作尽量集中进行,晚上10点督促患者关灯休息,并推迟晨间护理时间,保证患者充足的睡眠时间。此外,科学合理安排病房的消毒工作,尽量避免消毒液对患者产生的刺激,保持地面干燥,预防患者发生滑倒,病区的设施标记应醒目,方便患者使用。

2.2 与患者建立信任和互助关系

医护人员在做好自身防护的前提下,加强与患者沟通,鼓励并引导患者说出内心的想法。告知患者可以利用电话、微信等方式与家人交流和传递信息,积极取得家人的配合和支持,消除内心的顾虑。向患者发放隔离期间注意事项,使其了解隔离规则及活动范围,认识隔离的重要性和必要性,以取得患者的信任。条件允许的情况下,确保为患者提供可口的饮食、喜欢的书籍、音乐等,让患者感受到温暖,从而缓解恐惧感与孤独感。

2.3 增强患者的疾病认知与康复信心

护士反复、适时地向患者宣传新型冠状病毒肺炎相关知识,包括疾病的传播方式、疾病特点、居家防护措施等。同时,通过阅读读报、观看新闻、微信推送等方式为患者提供有益的信息,介绍

康复出院患者的事例,消除患者不必要的恐慌心理。通过沟通和交流,确保患者从中获得与疾病康复相关的正面信息,有效缓解孤独感与悲观感。

2.4 鼓励患者自我照顾

充分发挥患者自身在疾病康复中的作用,帮助和指导患者尽可能进行自我护理,调动其主动参与的积极性,包括:教会患者正确佩戴口罩的方法,鼓励养成良好的卫生习惯做到勤洗手,勤换衣,个人用物分类放;指导患者保持良好的生活习惯,保证充足的睡眠;教会患者进行分泌物、排泄物的消毒处理;指导患者合理饮食,嘱咐患者多食水果、蔬菜,多饮水;同时培养患者良好的遵医行为。

2.5 采用中医情志疗法调节患者情绪

“思胜恐,恐胜喜,喜胜悲,悲胜怒,怒胜思”,中医情志相胜疗法就是按照五行相克,情志相胜的理论,有意识地采用一种情志活动^[3]。①采用“思胜恐”^[4]的方法消除患者恐惧感,指导患者学会结合新闻资料等进行思考与观察,能够坦然面对疾病,树立战胜疾病的信息,克服恐惧感。②采用“喜胜悲”^[5]的方法引导患者抒发悲伤情感,让患者体会到被关注的感觉,消除孤独感,同时发挥患者的兴趣爱好,让患者从中感受到喜悦,缓解悲伤情绪。此外,还可以通过播放舒缓的音乐来消除患者紧张的心理,提高治疗依从性。

2.6 发挥中医特色护理技术缓解患者不适感

在精神刺激及相应的情绪因素刺激激活下,自身主要采取躯体性反应方式而不是认知性反应应对,躯体化症状也是焦虑抑郁的表现方式之一,如头晕、气促等^[6]。同时,通过缓解症状使患者感受到疾病的转归,从而减轻恐惧感。因此,通过应用中医特色护理技术缓解患者相关不适症状,以调节患者心理状况。

八段锦是中医传统的健身养生术,对疾病预防和强身健体具有很重要的作用^[7],且有效改善焦虑情绪^[8]。因此,在病区内指导患者进行中医八段锦锻炼,让患者适度运动,促进身心健康,改善心肺功能和精神状态。此外,应积极开展其他中医特色疗法。针对纳差、腹胀、腹泻、便秘等症状,可以给予穴位按摩^[9]点拨足三里、脐周腹部、曲池等穴,改善胃肠功能。针对失眠症状,可以选取交感、神门、皮质下、内分泌等穴进行耳穴压豆^[10],指导患者每隔4~6h自行按压1次,每次按压1min,睡前15~30min增加按压1次。针对寒证咳嗽患者,采用吴茱萸粉穴位贴敷^[11]风门穴、天突

穴、肺俞穴、定喘穴等;针对热证咳嗽患者采用大黄粉进行贴敷^[12],以缓解患者的咳嗽、气促症状。

3 讨论

新型冠状病毒肺炎患者隔离期间会出现多种心理问题,导致机体免疫力下降,影响疾病的转归和预后。有效缓解患者心理问题,改善患者的心理状态,对疾病恢复具有重要意义。医护人员需要及时识别患者的心理问题,积极有效地进行心理干预,做到真正理解和体贴患者。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 国家卫生健康委办公厅. 国家中医药管理局办公室. 关于印发新型冠状病毒肺炎诊疗方案(试行第六版)的通知. [EB/OL]. (2020-02-18)[2020-02-19]. <http://www.nhc.gov.cn/yzygj/s7653p/202002/8334a8326dd94d329df351d7da8aefc2.shtml>.
- [2] 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.
- [3] 潘凤仙,黎红丹,兰鹏. 浅谈中医情志学说与心身疾病的关系[J]. 湖南中医杂志, 2019, 35(11): 108-109.
- [4] 岳胜南,张雪,郭家娟. 浅谈对中医心理干预手段的认识[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2018, 6(16): 32-33.
- [5] 景丽俊,王嘉锋,吴惠娟,等. 以喜胜悲法在减轻老年患者孤独感方面的临床观察[J]. 中医临床研究, 2019, 11(12): 14-15.
- [6] 雅楠,金超,宁亮,等. 综合医院心内科门诊心理障碍患者躯体化症状的临床特征及相关因素[J]. 中华心血管病杂志, 2019, 47(11): 907-912.
- [7] ZOU L Y, PAN Z J, YEUNG A, et al. A review study on the beneficial effects of baduanjin [J]. J Altern Complementary Med, 2018, 24(4): 324-335.
- [8] 伍永慧,陈偶英,罗尧岳,等. 太极拳和八段锦在改善冠心病病人焦虑、抑郁情绪中的应用[J]. 护理研究, 2016, 30(32): 4050-4052.
- [9] 王小云,刘微,招宝婷. 腹部穴位按摩在老年患者功能性便秘中的应用[J]. 中医临床研究, 2019, 11(18): 27-29.
- [10] 胡利娟,侯静,谢琰,等. 耳穴压豆联合头面部经络梳理治疗肝阳上亢型高血压伴焦虑患者的效果[J]. 广东医学, 2018, 39(2): 304-306.
- [11] 王晶. 吴茱萸穴位贴敷治疗咳嗽(寒证)的临床疗效观察[D]. 广州:广州中医药大学, 2012.
- [12] 喻明蕾,王真. 大黄粉贴敷天突穴治疗痰热型咳嗽临床观察[J]. 上海针灸杂志, 2019, 38(12): 1339-1341.

(本文编辑:黄磊)