

DOI: 10.11997/ntcwm.202003037

紧急异地救援抗击新型冠状病毒肺炎疫情护士的心理体验与应对方式的质性研究

林妍希¹, 刘卫华², 邓颖³, 曾辉⁴, 毛华琴⁵, 阳文功⁴, 蒋维连⁶

(广西壮族自治区桂林市人民医院 1. 重症医学科; 2. 康复科;

3. 神经内科; 4. 急诊科; 5. CCU; 6. 科研科, 广西 桂林, 541002)

摘要: **目的** 探讨紧急异地救援参与抗击新型冠状病毒肺炎疫情的护士的心理体验与应对方式。**方法** 采用目的抽样法,选取广西壮族自治区第六批医疗队驰援武汉中心医院后湖院区的12名临床一线护士为研究对象。采用现象学研究方法,对临床一线护士进行访谈,运用 Colaizzi 7步分析法分析资料。**结果** 访谈归纳为3个主题:救援护士工作中的负性心理体验、工作中遇到的困难与挑战、应对技巧。**结论** 紧急异地救援抗击新型冠状病毒肺炎疫情的护士存在一定的心理困扰,应加强对护士的心理疏导和人文关怀,积极开展疾病及急救相关知识的培训,提高护士的应对能力。

关键词: 新型冠状病毒肺炎; 救援; 护士; 心理体验; 应对方式; 质性研究

中图分类号: R 192.6 文献标志码: A

A qualitative study on psychological experience and coping style of nurses who participated in the emergency rescue against COVID-19

LIN Yanxi¹, LIU Weihua², DENG Ying³, ZENG Hui⁴,
MAO Huaqin⁵, YANG Wengong⁴, JIANG Weilian⁶

(1. ICU; 2. Department of Rehabilitation; 3. Department of Neurology; 4. Department of Emergency;
5. CCU; 6. Department of Research, Guilin People's Hospital, Guilin, Guangxi, 541002)

ABSTRACT: Objective To investigate the psychological experience and coping style of nurses who participated in the emergency rescue against COVID-19. **Methods** A phenomenological approach was adopted, and interviews were conducted with 12 nurses who participated in the emergency rescue against COVID-19. The linguistic data was analyzed using Colaizzi's 7-step method. **Results** Three themes were identified: negative psychological experience during rescue, difficulties and challenges faced during rescue, coping skills. **Conclusion** Nurses may suffer from psychological stress during the emergency rescue against COVID-19. It is required to enhance the psychological support for nurses, and provide more training on disease-related knowledge and rescue management, in order to improve nurses' coping skills.

KEY WORDS: COVID-19; rescue; nurse; psychological experience; coping style; qualitative study

新型冠状病毒主要经呼吸道飞沫传播和密切接触传播,在相对封闭的环境中长时间暴露于高浓度情况下存在经气溶胶传播的可能,具有较强的传染性,尤其是与患者密切接触的医护人员感染率较高^[1]。疫情发生后,各地医护人员响应号召第一时间奔赴前线参与救援,抢救和护理各类

急危重症患者,成为救援队伍的核心力量^[2-3]。在救援过程中,部分护士受到职业风险的影响,又对新发疾病认知不足,容易产生恐惧、对跨科护理工作不自信等心理,心理压力较大。积极的应对方式有助于改善护士的不良心理体验^[4]。本研究采用质性研究方法,以参与驰援武汉中心医院

的护士为研究对象,通过了解其心理体验,旨在为临床制订相应的应急管理机制和寻找各种应对方式,保障医护人员良好的心理状态,以及为疫情救援的高效进行提供参考依据。

1 资料与方法

1.1 一般资料

表1 受访护士一般资料

编号	性别	年龄/岁	科室	职称	层级	学历	工作年限/年	婚姻
1	女	35	重症医学科	主管护师	N3	本科	18	未婚
2	男	40	康复医学科	主管护师	N3	本科	16	已婚
3	女	34	神经内科	主管护师	N3	本科	16	未婚
4	男	34	急诊科	主管护师	N3	本科	12	已婚
5	男	32	急诊科	主管护师	N3	本科	11	已婚
6	女	30	CCU	主管护师	N2	本科	9	已婚
7	女	32	呼吸内科	护师	N2	本科	6	未婚
8	女	28	五官科	护师	N2	大专	7	未婚
9	女	29	心血管内科	护士	N1	本科	3	未婚
10	女	28	呼吸内科	护士	N1	大专	5	未婚
11	女	25	内分泌科	护士	N1	本科	3	未婚
12	女	25	内分泌科	护士	N1	本科	3	未婚

1.2 方法

1.2.1 确定访谈提纲:通过查阅文献资料、征求相关专家意见(心理咨询师、临床护理专家、护理教育者等)并选择2名护士进行预访谈后确定访谈提纲,包括:①您参加这次疫情救援担心的是什么?②在救援工作中您遇到的困难是什么?③参加此次救援工作您是如何应对这些困难的?

1.2.2 资料收集方法:研究者亦为紧急参与异地救援抗击新型冠状病毒肺炎疫情的护士,研究者选择下班后对护士进行访谈。访谈地点为休息住宿处。访谈前向访谈对象介绍本研究的目的与意义,取得研究对象的知情同意后进行现场笔录及录音,并对访谈资料保密。访谈时间40~60 min,访谈结束后,当天把录音内容转化为文字。

1.2.3 资料分析方法:由访谈者邀请另一位研究人员同时进行资料分析,在访谈结束后4 h内反复进行录音回播,同时转录和整理每份录音资料,仔细阅读以确保访谈资料的准确性。对转录资料采用Colaizzi 7步分析法进行分析^[6]。

1.2.4 质量控制:本研究经以下途径保证较高的信度和效度:①有目的地选取研究对象以提高研究的可信度;②由2名研究者重复阅读访谈资料,独立归纳和提炼有意义的陈述,并形成主题,必要时返回受访者处核对真实性;③资料整理后返回给受访者加以审查确认,保证资料质量的有效性;④对提炼的主题有不同意见时,与2名临床一线支援主管护师共同讨论,最终确定主题。

2020年2月采用目的抽样法,选取广西壮族自治区第六批医疗队驰援武汉中心医院后湖院区的临床一线护士为研究对象。纳入标准:①知情同意,有良好的表达能力;②在抗击新型冠状病毒肺炎临床一线工作10 d以上。访谈人数以不再有新生成的主题为标准,即达到饱和^[5]。最终共访谈12名护士,一般资料见表1。

2 结果

2.1 主题一:救援护士工作中的负性心理体验

2.1.1 紧张、害怕心理:部分救援护士对新型冠状病毒肺炎疾病认知不足,而且媒体报道有医务人员感染事件后对其心理产生较大的影响。护士4:“以前没有接触过传染性疾病的患者,而且这个病毒有人传人的能力,我担心防护不好会感染。”护士5:“看到报道有医生感染去世,所以心理有点忐忑不安。”护士6:“身为湖北媳妇,在援鄂报名时我就报名了,家人也很支持,但是家里还有1岁多的宝宝,所以还是有点担心,想念家人了只能通过视频。”护士12:“目前武汉很多医院是超负荷工作,我们开一个新的病区,避免会一天收很多病人,工作量大怕担心忙不过来,患者有情绪。”

2.1.2 跨学科专业,护理不自信:护士11:“因为我来自内分泌科,得知接管重症病区,平时管重症患者少,所以担心经验不足,做不好。”护士3:“我对重症患者的护理还是比较有信心,但是对即将工作的新电子系统、工作流程比较担心,怕处理不好,影响工作环节和工作速度。”护士4:“医院的无创呼吸机和高流量吸氧机和我们平时使用的品牌不一样,估计得花时间去练习操作。”护士9:“平时抽取动脉血操作少,如果在隔离病房需要戴3层手套操作,增加了难度,担心不能做到一针见血,患者会有意见。”护士7:“我听不懂武汉方言,担心和一些老年患者的沟通交流会有障碍。”

2.1.3 防护物资不足: 护士 10:“看到媒体报道说武汉防护物资很紧缺,各医院发通告,所以有点紧张。来之前查看疫情情况和武汉当地情况,还是比较担心治疗的物资不够,也预想了来这里可能发生的突发事件,心里还是比较紧张。”护士 7:“不知是否有面屏物资,因为操作中会有留取咽拭子或者痰标本之类的操作,有喷溅的风险。”护士 2:“我们一天几班倒,每天会消耗很多的防护用品,不知道后方的保障能否保证供应。”

2.2 主题二:工作中遇到的困难与挑战

临床一线工作中护士需要穿戴厚重的防护用品,防护服穿戴流程复杂,长时间穿戴护士有较为强烈的不适感,并且增加了护理操作的难度。护士 11:“穿脱防护服流程不是很熟练,害怕脱防护服过程有污染。”护士 3:“第一天上 6 小时的班,长时间穿防护服不适应,把第一次进病房的兴奋深深压过,戴着口罩非常憋气、闷热。”护士 1:“工作 6 个小时后讲话有点喘,手脚会乏力,只能静息调节后才会好一些。”护士 5:“穿着防护服,戴 N95 口罩外加外科口罩,等于全封闭,对身体造成很大的压力和不适,情绪波动变得有点大,但是自己会慢慢适应和调节。”护士 8:“第一次戴着 N95 口罩,而且穿上厚重的防护服后,有种胸闷窒息的感觉。”护士 4:“工作时间久会有闷热感觉,出汗后护目镜起雾,加大了工作的难度。”护士 11:“我近视眼戴眼镜的,工作时走多了会出汗,衣服也湿,护目镜容易起雾,对进行留置针操作造成困难。”护士 12:“穿上纸尿裤不习惯,上班前不敢喝水,所以上班时有种在沙漠中行走的感觉。”

2.3 主题三:应对技巧

2.3.1 消除恐惧: 护士 5:“护理管理者对我们重新科普新冠肺炎知识和培训有效防护,开展对新冠肺炎诊疗方案和个人防护技术的分析解读,使医务人员深入了解并掌握,消除了对疾病的恐惧。”

2.3.2 加强培训管理: 护士 9:“采用导师制方法对护理人员进行一对一培训,特别是对脱防护服流程和关键培训点进行强化培训,做到人人过关方可上岗,避免出现防护不到位、不安全而引发感染。”完善人力资源,合理排班,利用梯式排班管理。护士 12:“我们现在由 ICU、呼吸科护士担当小组长,全面负责护理人员的技术指导与培训,做好高年资对低年资护士帮、传、带工作,组长根据病区情况及护士的能力分管床位,使护士建立信心。各组固定分管床位,使护士尽快熟悉患者病

情,提供连续护理服务。”护士 9:“我们现在建立了物资管理小组,对医疗物资进行统一管理,并且实时公布物资数量与分配。”

2.3.3 调整呼吸比例,缓解戴 N95 口罩憋气: 护士 1:“N95 口罩密闭性好,呼吸的阻力增大,长时间的佩戴,易导致二氧化碳潴留引起缺氧,缺氧就会出现憋气、胸闷、头晕等现象。”护士 3:“静息时使用腹式呼吸调节,腹式呼吸可降低交感神经的兴奋性,具有调节自主神经功能,减缓应激产生的紧张焦虑状态。”护士 6:“延长呼气时间,能改善通气功能,改善通气/血流比例,促进肺泡氧增加。按吸呼比 1:2,可在上班走动中自我调节,吸气走 2 步,呼气走 4 步,从而减少胸闷或窒息感,来对自己进行呼吸训练和干预。”

2.3.4 护目镜防雾技巧: 护理人员在佩戴护目镜期间,眼部皮肤温度高、出汗多,可形成局部湿热环境,水汽在相对低温的镜片表面凝结起雾,从而影响视线。除使用专业的防雾剂外,还可使用洗手液来代替。护士 11:“取适量洗手液用棉签均匀涂抹于镜片内面,静置一分钟晾干即可”。

3 讨论

3.1 加强临床一线支援护士的心理疏导与人文关怀

新型冠状病毒肺炎疫情严峻,本研究中大部分护士表现出不同程度的恐惧、担忧和疲惫等负性心理体验。一方面,与在疫情初始时护士对疾病缺乏足够的认识、防护物资相对紧缺有关;另一方面,与临床护士中女性占多数,女性心理相对敏感和脆弱,体力相对较弱,又面对着高强度的工作压力有关。负性心理体验不仅影响护士的身心健康,也会影响其工作积极性和工作效率,并影响到身边的同事和家人。尽管受访者中大部分护士有着作为党员和医务人员的使命感自愿投身于一线参与救援,但医院管理人员仍需时刻关注其身心健康,及时给予心理疏导和人文关怀,必要时可调整工作环境,给予适当休息,对未产生负性心理体验的护士则应多加鼓励,倡导正能量,加强其应对方式。提供心理辅助和支持可增强护士对职业的认同感与归属感^[7]。应对参与一线救援的医护人员加强防控监测,加强体温测量和上报,随时汇报身心工作状态,同时给予适当的物质和精神奖励。医院要积极开设心理疏导热线,增设线上心理门诊,为医护人员提供心理服务和心理干预。

3.2 推进应急灾害救援护理知识与技能培训

此次疫情既属于突发的公共卫生事件,也属于灾害事件。本研究中,部分低年资护士、缺乏危重症护理工作经验者会更多地表现出恐慌、疲惫等负性心理体验,而工作经验丰富、熟悉危重症患者的护理者则更多地表示出自身应对公共卫生事件仍存在不足、缺乏应急救援的相关技能。低年资护士工作经验不足,加之疫情紧急,护士难以在短时间内得到充分的应急救护专业知识培训,对如何高效快速穿脱防护服、如何与患者进行有效沟通、如何在穿戴厚重防护用品的同时高效地完成护理操作等应对不足。此外,本研究中受访护士多数无感染科工作经历,对传染性疾病的防护、救援知识与技能相对不足。姜莹莹^[8]对228名医护人员的调查显示,96.05%的医护人员有开展应急灾害救援知识培训的需求。研究^[9]显示,灾害救援能力培训能有效提高护士实战救治能力、急救意识及综合素质,确保灾害应急救护的质量和效率。且有研究^[10]表明,参加过灾害应急救援培训的人员对其重要性的认识显著高于未参加者。医院应积极开展应急灾害救援护理技能培训,提高临床护理人员应对突发公共卫生事件的能力。可借鉴“SARS 抗战”的成功经验,充分利用互联网优势,积极开展线上规范化培训与护理技能模拟训练,提升临床一线护士的防护救援知识与技能。此外,及时提供最新发布的诊疗方案及护理相关知识,供临床一线支援护士学习。

3.3 提升医院应急管理能力与水平

医院是抗击疫情的主战场,医院的应急管理能力与水平直接影响到临床一线护士的工作状态与效率。本研究中,护士存在恐惧、担忧和疲惫等负性心理体验,表示自身的应急救援知识和技能不足,这一方面与疫情紧急的情况有关,另一方面与医院人力资源调配、制度职责制订、标准落实、后勤部门保障等息息相关。医院应加强突发事件应急管理能力,强化人力资源管理,如按年资、工作能力等合理形成应急储备人员梯队,实行分批分段上岗。制定医院应急事件工作职责与流程,加强管理人员责任意识,严格落实医院感染防控制度与流程,加强医护人员个人防护能力;制定一次性防护用品的正确使用及处理流程,保证一次性口罩、帽子等防护用具的有效穿戴;强化医院应急储备物资责任制管理,保证物资分发调配有效合理;合理分配医院收治布局,适当扩大发热门诊

的收治范围,适当调整临床医生和门诊护士的工作内容;严格落实预检分诊工作,加强患者及家属的健康宣教。此外,要加强后勤保障,保障临床一线人员的衣、食、住、行,解除其后顾之忧。

临床一线支援护理人员是抗击疫情的关键、重要的卫生人才,在紧急的疫情状态下,要关注护理人员的心理体验,加强对护士的心理疏导和人文关怀,积极开展疾病及应急救护相关知识的培训,此外,医院要加强对突发公共卫生事件的应急管理能力,做好相关人才的储备工作。

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感染的肺炎诊疗方案(试行第四版)的通知[EB/OL]. (2020-01-27) [2020-03-01]. <http://www.nhc.gov.cn/yzygj/s7653p/202001/4294563ed35b43209b31739bd0785e67.shtml>
- [2] 符敏,胡少华,陈永惠,等. 安徽省三级甲等医院低年资护士灾害准备度现状及影响因素分析[J]. 中国实用护理杂志,2017,33(22):1746-1749.
- [3] 徐明川,张悦. 首批抗击新型冠状病毒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.
- [4] 张平. 手术室护士职业暴露分析与预警应对策略[J]. 中西医结合护理(中英文),2015,1(3):121-123.
- [5] 蒋维连. 护士对手术患者实施压力性损伤风险告知的体验[J]. 解放军护理杂志,2019,36(2):41-44.
- [6] 朱冬平,钱丽萍,陈烨,等. 风湿科MDT诊疗中心专科护士工作体验的质性研究[J]. 中西医结合护理(中英文),2018,4(10):108-111.
- [7] 程良. 灾害救援护士的“自我心理调适”与心理危机干预对策[J]. 中国护理管理,2018,18(7):888-894.
- [8] 姜莹莹. 灾害救援医护人员心理健康状况调查及相关因素研究[D]. 锦州:辽宁医学院,2012.
- [9] 马衣努尔·托合提,帕提曼·马秉承,李萍. 基于胜任力的基层护士灾害救护能力培训实践与效果[J]. 护理管理杂志,2019,19(3):184-187.
- [10] 贾玉枝,张蕾,杜超,等. 首次参与H7N9禽流感救治护士照护体验的质性研究[J]. 解放军护理杂志,2019,36(3):47-50.

(本文编辑:刘小欢)