中西医结合治疗产后抑郁症的疗效观察及护理

古 玲(重庆市垫江县中医院 408300)

【摘要】 目的 探讨采用中西医结合治疗和护理对产后抑郁症患者的治疗效果。**方法** 将 2010 年 2 月至 2011 年 5 月收治的 48 例产后抑郁症患者分为中西医结合治疗组和西药常规对照组,两组均采用以心理护理为主的护理方式,对照组口服舍曲林,治疗组在此基础上加服归脾汤。**结果** 两组患者的临床症状均有明显改善,治疗组明显优于对照组($P < 0.05$)。**结论** 采用中西医相结合的治疗和护理,有效提高了对产后抑郁症的治疗效果。

【关键词】 抑郁症; 中西医; 护理

DOI:10.3969/j.issn.1672-9455.2013.14.071 文献标志码:B 文章编号:1672-9455(2013)14-1900-02

产后抑郁症是产妇分娩后出现的抑郁症状,是介于产后忧郁与精神病之间的一种精神疾病^[1]。通常患者在产后 2~3 d 发病,出现抑郁、悲伤、沮丧、激动、烦躁、应付能力差,严重者出现幻觉或自伤、自杀的观念、行为等精神病性症状^[2]。产后抑郁症不仅影响家庭关系和产妇的亲子行为,严重者还可危及产妇和婴儿的健康与安全^[3]。在我国的调查研究中,产后抑郁症的发病率为 10%~38%^[4],近年来该病的发生呈上升趋势。大量的临床资料显示,大约有 1/3 的抑郁症患者对抗抑郁药效果不佳,而有研究初步提示中西医结合治疗产后抑郁症有效^[5]。现将本院 2010 年 2 月至 2011 年 5 月间收治的 48 例抑郁症患者进行的治疗及护理情况进行回顾性分析,报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 本院 2010 年 2 月至 2011 年 5 月收治 48 例抑郁症患者,随机分配为:中西医结合治疗组 28 例,西药对照组 20 例。治疗组:自然分娩 12 例,剖腹产 16 例;年龄 20~30 岁 16 例,30 岁以上 12 例;初产妇 11 例,经产妇 17 例。生男孩的有 10 例,生女孩的有 18 例。对照组:自然分娩 8 例,剖腹产 12 例;年龄 20~30 岁 4 例,30 岁以上 16 例;初产妇 7 例,经产妇 13 例。生男孩的有 6 例,生女孩的有 14 例。两组患者的年龄、分娩方式、生男生女等比较差异无统计学意义,具有可比性。

1.2 诊断标准^[6] 在产后 2 周内出现下列 5 条或者 5 条以上的症状,且必须具备(1)、(2)2 条:(1)情绪抑郁;(2)对全部或多数活动明显缺乏兴趣或愉悦;(3)体质量显著下降或增加;(4)失眠或睡眠过度;(5)精神运动性兴奋或阻滞;(6)疲劳或乏力;(7)遇事均感毫无意义或有自罪感;(8)思维能力减退或注意力不集中;(9)反复出现死亡的想法。

1.3 治疗方法 中西医结合治疗组口服舍曲林 25 mg,每日一次,早餐后服用,连服 2 周。另加服归脾汤,药物组成:人参 10 g,白术 10 g,茯神 12 g,黄芪 15 g,龙眼肉 10 g,炒枳壳 15 g,木香 4 g,炙甘草 6 g,当归 10 g,生姜 3 片,大枣 10 枚,加水 400 mL,文火煎煮,取汁 2 次,共 200 mL,分早、中、晚 3 次服用,连服 2 周。根据患者的病情随症加减,如心烦热甚者,加黄连 6 g、山栀 10 g、豆豉 10 g 以清热除烦;失眠者,加琥珀粉 15 g、远志 10 g 以宁心安神;惊悸者,加珍珠母 15 g、生牡蛎 15 g、生龙齿 20 g 以重镇定惊;精神运动性兴奋加龙骨 20 g、牡蛎 15 g 以平肝潜阳,重镇安神;妄想明显者加酸枣仁 15 g、合欢皮 10 g 以养心益肝,解郁安神。西药对照组仅口服舍曲林,剂量和服用方法与治疗组相同。

1.4 疗效判定标准^[7] 显效:减分率大于 75%;有效:减分率 50%~75%;进步:减分率 25%~50%;无效:减分率小于 25%。显效与有效患者所占比例为有效率。

2 结果

两组患者疗效经 Ridit 分析, $u = 249$, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$), 见表 1。

表 1 两组患者疗效比较

组别	n	显效	有效	无效	总有效率(%)
治疗组	28	22	4	1	92.8
对照组	20	5	6	9	55.0

3 讨论

3.1 加强孕妇围生期保健 孕妇经历了孕育、分娩、照顾婴儿的几个阶段,孕产妇要面临生活方式和心理模式的重大改变,要面对更多的心理社会和婚姻问题。向患者和家属宣传妊娠、分娩、育婴和孕产妇疾病知识,减轻孕产妇对妊娠、分娩和育婴的紧张恐惧心理。

3.2 创造安静舒适的环境 产妇经历阵痛、分娩,体力精力消耗过大,产后需要充分的休息和营养。医护人员要为产妇提供良好的休息环境,态度亲切和蔼,细心热情。保持室内物品干净整洁,保证室内光线充足,每日至少开窗通风两次。

3.3 指导患者学会与他人沟通 培养产妇自信、乐观、积极、健康的性格,多与他人沟通、分享自己的感受,找一个知己倾诉自己的情感;和别的新妈妈聊天,相互沟通。这样既可以缓解产妇情绪,也可以学习到新的方法和经验。

3.4 争取家庭和社会的支持 宣传生男生女的科学道理,消除产妇自卑感,做好家属的思想工作,照顾好产妇的情感需要。建议配偶和家人多给予理解、关心和支持,帮助产妇适应角色转变和心理转变;共同采取积极的应对模式,尽量避免和减低不良刺激的影响,使产妇保持良好的心态。

产后抑郁症的病因复杂,一般认为是多方面因素相互作用的结果,主要有生物、心理和社会 3 个方面的因素。在妊娠分娩过程中,体内内分泌环境发生了很大变化,尤其是产后 12 h 内,体内激素水平的急剧变化,是产后抑郁症发生的生物学基础^[8]。有研究表明,产时及产后的并发症、难产、滞产、剖宫产等可导致躯体和心理的应激增强,造成心理的不平衡,进而促进抑郁症的发生^[9]。中医认为产后抑郁症,病位在心,涉及肝脾。而心主血脉藏神,为五脏六腑之大主。患者身体虚弱,产后更伤气血,心神失养。脾为生血之源,过度忧虑伤脾;情志所伤,引起肝郁气结,致肝血不足。血不足则养心不足,心脉失守,魂无所依。采取归脾汤加减来补气益血,健脾养心。方中黄芪、人参、白术、炙甘草益气补脾;当归、龙眼肉、茯苓、酸枣仁、远志养血宁心安神;木香理气醒脾,使补而不滞;生姜、大枣调和脾胃,以资化生。诸药合用,健脾养心并进,益气与补血相

融,使气旺生血,心血充足能化神、养神,则心神灵敏不惑。

综上所述,对产后抑郁症的治疗,在口服舍曲林的基础上加归脾汤比单用舍曲林疗效更好。若再辅以良好的心理护理,对产后抑郁症患者的康复非常有利。

参考文献

- [1] 简雅娟. 母婴护理[M]. 北京:高等教育出版社,2005:219.
- [2] 吴洁. 产后抑郁症的心理护理干预[J]. 现代医药卫生,2011,27(11):1654-1655.
- [3] 郑修霞. 妇产科护理学[M]. 5 版. 北京:人民卫生出版社,2005:183.
- [4] 冯文,卢晶梅,刘旭红. 家庭护理干预对产后抑郁症发病率影响的研究[J]. 中国实用护理杂志,2007,23(7S):48-

50.

- [5] 王爱琴. 中西医结合治疗产后抑郁症 7 例[J]. 河北中医,2001,123(3):222.
- [6] 乐杰. 妇产科学[M]. 7 版. 北京:人民卫生出版社,2008:220.
- [7] 林红霞,黄汝英,陈惠玲. 中医护理干预对脑卒中后抑郁症的影响[J]. 护理实践与研究,2008,5(21):117-118.
- [8] 徐岚,刘念稚,董国娟. 产后抑制症的病因研究进展[J]. 吉林医学,2010,31(4):435.
- [9] Mills EP, Finchilescu G, Lea SJ. Postnatal depression-an examination of psychosocial factors[J]. S Afr Med J, 1995,85:99-105.

(收稿日期:2012-11-21 修回日期:2013-02-16)

开展优质护理对护患关系的影响

但小琴(重庆市公共卫生医疗救治中心二病区 400036)

【摘要】 目的 探讨开展优质护理对护患关系的影响。**方法** 通过问卷调查了解患者及家属对护士的满意度,了解护患关系是否融洽。**结果** 通过开展优质护理,患者对护士满意度提高。**结论** 通过开展优质护理,护士自我素质提高,主动服务意识加强,患者对护士满意度增加,护患关系得到改善。

【关键词】 优质护理; 护患关系; 满意度

DOI:10.3969/j.issn.1672-9455.2013.14.072 文献标志码:B 文章编号:1672-9455(2013)14-1901-02

医患关系紧张,医疗纠纷增加,是当前我国医务人员行医中一个十分突出的问题^[1]。而良好的医患关系是医学模式转变的要求,是促进患者心理健康和社会和谐的必须途径^[2]。本院自 2010 年开展优质护理以来,通过把时间还给护士,把护士还给患者的方式,保证患者从入院到出院由一位责任护士全程管理到底,使护士对患者的关心照顾增多,患者对护士的满意度提高,护患关系得到改善。

1 资料与方法

1.1 一般资料 对 2011 年 1~12 月到本科室住院的患者每月进行 1 次抽样调查,了解患者对护士的满意度。共抽查 364 例,其中男 267 例,女 97 例,年龄 15~78 岁。

1.2 方法 患者入院后由一位责任护士全程护理,护士按责任制整体护理管理患者。每月由护理部人员不定期来科室发放调查问卷。调查的内容包括基础护理、生活护理、护士的操作技术熟练程度、护士的态度、语言、沟通技巧、对患者进行健康教育指导情况、出院指导、患者对疾病知识和药物的作用及注意事项是否了解、有关检查结果的认知情况等。护理部每月对护士进行考核,通过调查问卷评出优秀护士进行嘉奖。

2 结果

患者对护士的满意度明显提高,未开展优质护理时的满意度为 86.53%~95.56%,平均满意度为 90.68%;开展优质护理后的满意度 95.60%~100.00%,平均满意度为 97.70%,2011 年护理实现了全年零投诉。

3 讨论

3.1 开展优质护理,护士的素质得到提高 开展优质护理,对护士的要求逐渐提高,护士不仅负责专业护理,还要逐渐涉及生活护理,从而减少住院患者对家属或护工的依赖^[3]。护士既要不断加强自身理论和操作技术的学习,还要加强沟通技巧和人文修养的学习才能满足工作的需要。护理部通过绩效考核

对表现好、得到患者及家属认可的护士进行嘉奖,评出明星护士并在全院张榜表扬。通过嘉奖让护士的工作得到患者及医院的认可,人生价值得到体现,自我实现需要得以满足,求知的愿望更加强烈,工作更加认真,积极性更高,护士的责任感也增强,对护理的患者也更细致、更周到、更加关心。护士自身的素质也在不断地提高,服务观念得到转变,主动服务的意识加强。

3.2 开展优质护理,使护患关系更加融洽 护士依照社会发展的客观要求及时调整权利义务的变化,改善人际关系特别是护患关系,有助于减少医疗矛盾和纠纷^[4]。随着医疗活动制度化、法律化的推广以及患者维权意识的增强,患者对疾病的认知权和知情同意权日益重视,对检查治疗方案的选择权也日益在意^[2]。开展优质护理,护士的沟通技巧得以加强,和患者接触的时间增多,能及时给予患者情感上、信息上和价值上的支持,患者对护士的信任得以增加。责任护士根据患者的个体情况,提供有针对性、个体化的护理服务和康复指导,按照责任制整体管理患者,时刻掌握患者的动态情况,患者的问题能及时得到解决;护士随时对患者进行健康教育,患者了解的疾病知识增加,服药依从性加强,有利于疾病的转归。开展优质护理,患者的生活得到及时照顾,解决了家属的后顾之忧,患者及家属对护士的满意度提高。护士还会认真听取患者及家属的意见,及时改进自己的工作,使护患关系更加融洽,医疗纠纷减少。

3.3 开展优质护理,医护关系和谐可以更好地为患者服务 开展优质护理,实行医护一体模式管理患者,护士除了认真执行医嘱外,还要及时主动与医生沟通患者的病情观察要点、治疗要点、饮食和营养状况,护士可以获取全面而准确的健康信息,为患者制订个体化的护理计划。患者病情发生变化时,责任护士要及时和医生沟通,及时解决问题。在护理患者的过程中医护紧密合作,建立良好的合作关系,可以保证医疗过程的