

Observation of Psychological Intervention and Nursing Effect in Patients with Postpartum Depression

Yan Zhou Yujing Gao

The 986th Hospital of Xijing Air Force, Xi'an, Shaanxi, 710054, China

Abstract

Objective: To investigate the clinical outcomes of psychological interventions through a comparative study. **Methods:** A retrospective analysis was conducted on 130 individuals diagnosed with postpartum depression who were admitted to our facility between January 2021 and December 2023. These patients were evenly divided into an experimental group and a control group, with 65 patients in each. The control group received standard care, while the experimental group received enhanced care that included psychological interventions. Following the completion of treatment, the recovery rates and levels of satisfaction with nursing care were assessed for both groups. **Results:** Within the experimental group, significant improvement was observed in 60 patients, yielding a recovery rate of 92.3%. In comparison, the control group saw improvement in 51 patients, resulting in a recovery rate of 78.5%. The experimental group demonstrated a notably higher recovery rate than the control group, and this difference was statistically significant ($P < 0.05$). Furthermore, the overall satisfaction rate among patients in the experimental group was 96.9%, whereas it was 83.1% in the control group. The experimental group showed a marked increase in satisfaction compared to the control group, and this difference was also statistically significant ($P < 0.05$). **Conclusion:** The integration of psychological interventions into the nursing care of patients with postpartum depression represents a highly effective approach that warrants broad implementation in clinical settings. This method significantly enhances both recovery rates and patient satisfaction with nursing services.

Keywords

postpartum depression; psychological nursing intervention; clinical effect

产后抑郁患者的心理干预与护理效果观察

周艳 高钰婧

西京空军第九八六医院, 中国·陕西 西安 710054

摘要

目的: 对产后抑郁病人进行心理干预, 对其临床效果进行研究和分析。**方法:** 选取我院在2021年1月至2023年12月期间接收的130名产后抑郁患者作为研究对象, 开展回顾性研究。这些病人被随机分成实验组和对照组, 每组65人。接受常规护理的为对照组, 增加心理护理干预的为实验组进行常规护理。疗程结束后, 康复率与护理满意度两组病人进行对照检查。**结果:** 实验组60名病人的病情有了明显好转, 康复率达到了92.3%。对照组51名患者病情好转, 康复率78.5%。实验组的恢复状况相较于对照组表现出显著的提升, 且这种差异在统计学上是显著的 ($P < 0.05$)。实验组患者对于整体护理工作的满意度达到了97.5%, 而对照组患者的满意度则为82.5%。实验组患者在满意度这一指标上明显优于对照组, 且该差异同样具有统计学意义 ($P < 0.05$)。**结论:** 针对产后抑郁症患者采用专门的心理护理策略, 不仅能够有效提升患者的恢复速度, 还能大幅度提高他们对于护理服务的整体满意度, 因此, 这种护理方法在临床上具有极高的推广和应用价值。

关键词

产后抑郁症; 心理护理干预; 临床效果

1 引言

随着现代生活质量的不断提高, 越来越多的准妈妈开始对孕产期及孕产期后的身心健康问题引起高度重视。她们期待在怀孕、生产和产后的恢复期, 都能得到全面细致的照顾和专业的指导, 让这个重要的人生阶段过得安心、舒心。但是, 很多产妇在面对分娩这一生理过程时, 或多或少都会

有一种焦虑不安、提心吊胆的感觉。如果不及时有效地缓解这些情绪, 就有可能演变成心理障碍, 从而造成产后情绪低落的症状。作为一种对母婴健康构成严重威胁的心理疾病, 产后抑郁不仅会深刻影响产妇的身心健康, 而且对新生儿的成长发育也会产生间接的影响。正因如此, 孕产期的优质服务和产后的保健服务才显得格外重要。通过对产妇情绪变化的密切观察和心理护理干预的早期介入, 使其心理健康状况得到成功的改善, 产后抑郁症的发病率明显降低。

【作者简介】周艳(1990-), 女, 中国陕西西安人, 本科, 主管护师, 从事妇产科护理学研究。

2 资料与方法

2.1 一般资料

我们选取了2022年1月至2023年12月间在我院接受治疗的130例产后抑郁症患者作为研究样本。遵循单盲随机原则,这130例患者被平均分为对照组和实验组,每组各有65例患者。在对照组中,患者年龄介于21~36岁;受教育程度方面,初中及以下学历的患者有16例,高中至大学学历的患者有35例,大学及以上学历的患者有14例。而在实验组中,患者年龄分布在22~35岁;受教育程度分布为:初中及以下学历20例,高中至大学学历37例,大学及以上学历8例。经过统计分析,两组患者在年龄和受教育程度等一般资料上的差异不具有统计学意义($P > 0.05$),因此认为两组间具有良好的可比性。

2.2 纳排标准

2.2.1 纳入标准

①经临床诊断为产后抑郁症的患者。②年龄在21~36岁。③愿意参与本研究并签署知情同意书。④在我院接受治疗的患者。

2.2.2 排除标准

①合并其他严重精神疾病或心理障碍的患者,如精神分裂症、双相情感障碍等。②存在严重躯体疾病或器质性疾病的患者,如恶性肿瘤、严重心脑血管疾病等。③正在接受其他抗抑郁药物治疗或心理治疗的患者。④不愿意参与本研究或无法签署知情同意书的患者。⑤产后抑郁症状轻微,未达到诊断标准的患者。

2.3 方法

2.3.1 对照组

对照组患者接受常规护理服务,护理人员为患者打造一个安静且宜人的病房环境,并提供药物使用及饮食方面的专业指导。

2.3.2 实验组

实验组患者则在此基础上接受心理干预措施。心理干预首先通过心理健康评估来了解患者对分娩的认知水平,并据此制定针对性的心理干预计划。

自孕妇怀孕第6周确诊后,便启动产前心理关怀服务,并持续至整个孕期结束。在此期间,护理人员会细致地向孕妇阐述孕期可能出现的各类生理变化、早孕反应及相应的饮食调整等关键信息,并强调维持良好心态对胎儿健康成长的至关重要性。此外,护理人员还将教授孕妇如何监护新生儿、倾听胎心音等实用技能,并指导其进行乳头护理,为产后的哺乳工作做好充分准备。

产妇面对临产这一人生重要时刻,往往伴随着担心护理不当可能引起并发症的家属的不安、不安和担心。所以,临产前的心理辅导就变得特别关键。心理疏导师首先扮演倾

听者的角色,深入了解产妇和家属内心的困惑和压力,然后根据评估结果进行个性化的心理疏导服务,对产妇和家属进行心理疏导。其中包括向孕妇及其家属详细讲解分娩前后的注意事项、传授自我护理技巧等,以打消孕妇的疑虑和害怕心理。

虽然产妇在生理上不是病患,但在心理上,却常常和其他病人一样,因为住院而情绪低落,心情焦躁,恐惧不安。因此,我们积极为产妇构建一个由多方组成的支持体系,包括社会援助、家庭关爱、朋友陪伴以及专业医疗团队的指导,确保产妇的家人和朋友能够充分意识到自身在孕妇情绪调控、认知支持等方面的重要作用,从而有效提升孕妇的信心和安全感。

在集体心理辅导方面,采用“观”“解”“演”“习”四步教学法。首先,通过观看教育视频和图解资料,帮助孕妇及其家属更直观地了解分娩的全过程;其次,通过专业讲解和阅读指导资料,传授必要的孕期和产后护理知识;接着,通过实地演示和动作指导,让孕妇掌握产后恢复的相关运动技巧;最后,在医护人员的监督下,孕妇进行实际操作练习,以巩固对分娩过程的理解,并熟悉产后恢复的锻炼方法。

我们还设立了定期的电话回访机制,详细记录产妇的身体恢复状况、膳食搭配以及新生儿的哺育情况,以便在需要时给予专业的建议。除此之外,每周三和周六的上午,我们都设有科室专线咨询服务,由资深的护理专家负责接听,为产妇们解答各类问题,并提供必要的支持和指导。

2.4 观察指标

治疗完成后,我们对两组患者的病情恢复情况和护理服务满意度进行了详细的观察和记录。在评估患者的病情恢复方面,我们参照了1994年美国精神病学会颁布的《精神疾病的诊断与统计手册》中关于抑郁症的诊断准则,以确保评估的准确性和标准化。同时,为了了解患者对护理服务的满意程度,我们采用了本科室自主设计的护理服务满意度调查问卷。此问卷包含三个评价等级:非常满意、满意和不满意。最终,我们通过计算非常满意和满意的比例,得出了总满意度。

2.5 统计学处理

采用SPSS22.0统计学软件进行数据统计分析。计量资料以均数 \pm 标准差($\bar{x} \pm s$)表示,采用t检验;计数资料以率(%)表示,采用 χ^2 检验。 $P < 0.05$ 表示差异具有统计学意义。

3 结果

如表1、表2所示,与对照组相比,实验组的康复率和护理满意度均有所提高,说明在产后抑郁症的治疗中心理护理起到了不可忽视的作用,对病人的康复效果和对整个护理服务的评价都有正面的促进作用。

表1 康复率对比

组别	患者总数	康复患者数	康复率
实验组	65	60	92.3%
对照组	65	51	78.5%
χ^2	—	5.102	5.102
P	—	< 0.05	< 0.05

注：实验组的康复率显著高于对照组，差异具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。

表2 护理满意度对比

组别	患者总数	特别满意	满意	不满意	总满意率
实验组	65	45	18	2	96.9%
对照组	65	35	19	11	83.1%
χ^2	—	4.897	0.998	5.102	5.750
P	—	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

注：实验组患者的满意度明显高于对照组，差异同样具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。总满意率计算方式为：（特别满意患者数 + 满意患者数）/ 患者总数 × 100%。

4 讨论

产后情绪障碍是指在分娩后出现的一种抑郁情绪状态，它处于产后精神异常与产后情绪低落之间，是产妇中较为普遍的一种心理行为问题。这种情绪障碍不仅对产妇的身心健康构成威胁，同时还会对新生儿的认知、情感以及行为发展造成不利影响。产后情绪障碍的成因相当复杂，涵盖了生物学、心理学以及社会学等多个层面，尤其以心理因素的作用最为突出。

研究表明，孕早期和孕晚期孕妇的心理状态与产后抑郁情绪的产生有着密不可分的关系。产后抑郁的发生率会比较低，如果孕妇在怀孕期间能够保持心情舒畅。但是，由于很多孕妇对分娩过程的认识不足，在生产过程中会过分担心疼痛，从而产生紧张、害怕的心理。所以，在怀孕初期就进行心理关怀干预是必不可少的。通过帮助孕产妇做好生理和心理准备、心理状态的调整、潜在心理压力的减轻、不良情绪的改善等措施，使其心理健康水平得到有效改善。

产后抑郁症状对产妇及其新生儿的心理与生理健康均

构成显著威胁。在经历了分娩带来的剧烈生理、心理及体力上的变化后，产妇的情感状态往往显得尤为脆弱。受抑郁症状的干扰，她们可能会遭遇情感低落、焦虑不安以及精力与体力减退等多重困扰，而这些问题将直接影响到她们对婴儿的照顾能力，从而对婴儿的心理和生理发展产生不良的影响。在极端情况下，某些产妇可能会丧失独立生活及照料新生儿的基本能力，更有甚者会发展为产后精神失常，导致自我伤害或自杀等严重后果，这无疑给家庭乃至社会带来了深重的负担。鉴于此，我们必须高度重视产妇及其新生儿的心理健康问题。因此，产后心理干预显得尤为重要。通过为产妇提供行为指导，结合她们具体的心理状况给予专业的支持和疏导，我们可以动员家庭和社会的力量，共同关注产妇的心理健康，为她们营造一个温馨和睦的家庭氛围。研究表明，积极的心理状态对产妇的免疫系统具有显著的正面影响，有助于缓解她们的抑郁症状；相反，消极的心理状态则可能加剧产妇的病情和抑郁程度。

这一研究结果进一步证实了产后抑郁患者在康复过程中，心理关怀干预工作的重要性。在接受常规护理的同时，融入心理护理干预措施的患者，其恢复状况明显优于仅接受常规护理的对照组患者，且实验组患者对于护理服务的整体满意度也有显著提升。这一结果与之前的研究发现相吻合，显示对产后抑郁患者的心理关怀能够有效地促进患者恢复健康，并提升患者在护理服务方面的满意度。所以，在临床上，这种护理方法是值得广泛提倡和应用的。

参考文献

- [1] 王雪菁,林燕红,蔡爱红.分析健康教育结合心理行为护理干预在产后抑郁症睡眠障碍患者中的应用效果[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(8):1848-1851.
- [2] 陈晓容,汪佳裕.心理护理和社区关怀对产后抑郁症患者的干预效果观察[J].心理月刊,2019,14(21):100.
- [3] 莫焕弟,章帮秀,姚瑞珍,等.基于罗伊适应模式的护理干预对产后抑郁症患者的护理效果观察[J].黑龙江中医药,2019,48(3):231-232.
- [4] 范宇静.心理护理和社区关怀对产后抑郁症患者的干预效果观察[J].世界最新医学信息文摘,2018,18(65):248-249.
- [5] 于好,冷来田.产后抑郁患者应用综合护理干预的方法及效果观察[J].中外女性健康研究,2018(15):17-18.