

Correlation analysis of psychological resilience and coping style in hemodialysis patients and construction of psychological nursing intervention path

Jing Wang¹ Zhenglan Li^{2*} Jingming Li¹ Yating Zhou¹

1. School of Nursing, Hubei University of Traditional Chinese Medicine, Wuhan, Hubei, 430065, China

2. Hubei Hospital of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine, Wuhan, Hubei, 430015, China

Abstract

With the development of hemodialysis technology, the quality of life for hemodialysis patients has significantly improved. However, the physical burden and psychological stress caused by long-term dialysis cannot be overlooked, especially in terms of emotional regulation and coping strategies. This paper aims to analyze the correlation between psychological resilience and coping styles among hemodialysis patients, exploring pathways for psychological nursing interventions. By quantitatively assessing the level of psychological resilience in hemodialysis patients and combining it with surveys on coping styles, the study found that there is a significant correlation between psychological resilience and coping styles, and good psychological resilience helps patients more positively address challenges in their treatment. The research further proposes psychological nursing intervention strategies for hemodialysis patients to enhance their mental health, improve treatment outcomes, and ultimately help them better cope with the challenges and distress brought by dialysis.

Keywords

hemodialysis; psychological resilience; coping style; psychological nursing; intervention path

血液透析患者心理弹性与应对方式的相关性分析及心理护理干预路径构建

王婧¹ 李正兰^{2*} 李京茗¹ 周雅婷¹

1. 湖北中医药大学护理学院, 中国·湖北 武汉 430065

2. 湖北省中西医结合医院, 中国·湖北 武汉 430015

摘要

随着血液透析技术的发展, 血液透析患者的生活质量得到了显著改善。然而, 长期的透析治疗给患者带来的身体负担和心理压力不可忽视, 尤其是在情绪调节和应对策略方面。本文旨在分析血液透析患者的心理弹性与其应对方式之间的相关性, 探讨心理护理干预路径。通过对血液透析患者心理弹性水平的量化评估, 结合应对方式的调查, 研究发现患者的心理弹性与应对方式呈显著相关, 且良好的心理弹性有助于患者更积极地应对疾病治疗中的挑战。本研究进一步提出了针对血液透析患者的心理护理干预策略, 以提高其心理健康水平, 促进治疗效果, 最终帮助患者更好地应对透析带来的挑战与困扰。

关键词

血液透析; 心理弹性; 应对方式; 心理护理; 干预路径

1 引言

随着慢性肾功能衰竭患者数量的不断增加, 血液透析作为一种主要的治疗手段, 已经成为这些患者的生命延续方

法。然而, 透析治疗并非仅仅是对患者身体功能的支持, 还需要对患者的心理状态进行有效干预。研究表明, 血液透析患者普遍存在焦虑、抑郁等心理问题, 这些问题不仅影响其治疗依从性, 还可能加重病情, 降低患者的生活质量。因此, 探讨如何提升患者的心理弹性, 并帮助其采用有效的应对方式, 成为提高治疗效果和生活质量的重要课题。心理弹性和应对方式是心理学中重要的研究领域, 它们直接影响个体在面对压力和困难时的反应模式, 尤其是在面对长期治疗和身体不适时。本文将对血液透析患者的心理弹性与应对方式进行相关性分析, 并构建心理护理干预路径, 为临床护理实践

【作者简介】王婧(1999-), 女, 中国陕西汉中, 在读硕士, 从事临床护理研究。

【通讯作者】李正兰(1969-), 女, 中国湖北黄石, 在读硕士, 主任护师, 从事公共卫生管理、医院感染管理、护理管理研究。

提供理论依据和干预策略。通过加强患者的心理护理干预,帮助其建立有效的应对机制和增强心理弹性,可以更好地促进患者的全面康复和生活质量的提升。

2 血液透析患者心理弹性的定义与评估

2.1 心理弹性的定义

心理弹性是指个体在面对压力、挑战或逆境时,能够有效调节情绪,恢复到正常状态的能力。这种能力不仅仅是应对外部压力的表现,还涉及个体在心理层面的韧性与适应性。心理弹性使个体能够在面对困境时保持冷静与理智,调动内在资源进行有效的应对,并在经历逆境后快速恢复到积极状态。对于血液透析患者来说,心理弹性至关重要,它能够帮助患者在长期治疗过程中保持积极的心态,减少负面情绪的影响,甚至能够帮助患者在生理和心理上保持较高的生活质量。研究表明,具备较强心理弹性的患者能够更好地应对慢性病治疗过程中的挑战,缓解疾病带来的心理压力,减轻焦虑与抑郁症状,从而提高治疗依从性和生活满意度。

2.2 心理弹性的评估方法

目前,评估心理弹性的方法有很多种,其中以量表法最为常见。常用的心理弹性评估工具包括 Connor-Davidson 心理弹性量表(CD-RISC)和心理弹性自评量表等。这些工具通过自我报告的形式,评估个体在面对压力时的应对策略、情绪调节能力以及复原力。CD-RISC量表是一种广泛使用的工具,具有较好的信效度,可以有效评估个体在应对逆境时的心理状态和弹性水平。此外,心理弹性自评量表则侧重于个体的自我认知,结合个体的情感体验与应对方式进行评估,帮助临床工作者了解患者在面临压力时的具体反应模式。通过这些评估工具,临床人员可以量化血液透析患者的心理弹性水平,从而为制定个性化的心理护理干预方案提供数据支持。

2.3 血液透析患者的心理弹性特点

血液透析患者的心理弹性通常较低,这与长期的透析治疗、身体功能衰退、社会支持不足等因素密切相关。透析治疗本身就是一项具有很大心理负担的治疗方式,患者需要定期接受透析,每次治疗的时间较长且伴随一定的不适感,这使得患者在生理上面临较大压力。在心理层面,患者常常感到对未来的不确定性、病情的反复以及生活质量的降低,这些因素都会对其心理弹性产生负面影响。研究发现,大多数血液透析患者在接受治疗的初期表现出较高的心理压力和情绪波动,这使得他们在治疗过程中面临更多的心理挑战。随着治疗时间的延长,部分患者会逐渐适应这种生活方式,但仍有许多患者面临长期的心理困扰,如抑郁、焦虑、无助感等,严重影响了治疗效果和生活质量。因此,增强血液透析患者的心理弹性,帮助他们建立有效的应对策略显得尤为重要。

3 血液透析患者的应对方式分析

3.1 应对方式的定义与分类

应对方式是指个体在面对压力、挑战或困境时所采用的心理和行为策略。应对方式帮助个体调节情绪,减轻心理负担,并积极应对外部压力。在心理学中,应对方式通常被分为积极应对与消极应对两大类。积极应对是指个体采取的有效策略,这些策略通常能够帮助个体适应困境、减轻压力并促进心理健康。常见的积极应对策略包括寻求社交支持、情绪调节、问题解决、认知重构等。通过寻求他人支持,患者可以减轻孤独感,并获得情感上的安慰与实际帮助;而情绪调节和问题解决则帮助个体以更理智和有效的方式面对和处理压力源。消极应对则是指个体采取的不良策略,这些策略通常不会解决问题,反而可能加重心理负担。消极应对行为包括逃避、否认、焦虑、情绪压抑等。这些行为虽然短期内可能带来暂时的心理舒缓,但长期来看,消极应对策略往往使得个体的心理状态变得更加脆弱,无法有效应对生活中的挑战。了解并区分积极与消极应对策略,对临床护理和心理干预具有重要的指导意义。

3.2 血液透析患者的应对方式特点

对于血液透析患者来说,消极应对方式往往较为常见,如回避治疗、否认疾病的严重性、过度焦虑等。由于透析治疗对患者的身体和心理产生的双重负担,许多患者在面临长期治疗时,会表现出一定的消极应对行为。回避治疗是指患者因感到痛苦或害怕治疗带来的不适,而尽量回避透析治疗的必要性;否认疾病的严重性是患者对透析治疗所涉及的病情严重性产生认知失调,认为疾病不严重或不愿意面对现实。过度焦虑则表现为对未来治疗效果的不确定性和生活质量下降的过度担忧,这种情绪波动会加剧心理压力和生理不适。消极应对不仅会影响患者的治疗效果,还可能加重其心理负担,增加患者的无助感和沮丧情绪,从而影响整体治疗进程。相较之下,积极应对方式,如寻求支持、增强自我效能感等,能够有效提升患者的心理弹性,帮助其更好地应对治疗带来的挑战。寻求支持不仅帮助患者获得情感慰藉和实际帮助,还能提高患者对治疗的依从性。增强自我效能感则是指患者通过增强对自身应对能力的信心,主动参与治疗过程,并通过积极的行为改善其身体和心理健康状态。通过培养这些积极应对策略,患者能够更好地应对治疗中的各种压力,缓解负面情绪,进而提高生活质量。

3.3 应对方式与心理弹性的关系

研究表明,血液透析患者的应对方式与其心理弹性之间存在显著相关性。具有较高心理弹性的患者,更倾向于采用积极的应对策略,如情绪调节和寻求社交支持。这些患者能够较好地适应透析治疗所带来的身心压力,保持较为稳定的心理状态,并积极参与治疗和恢复过程。相反,低心理弹性的患者则更多依赖于消极应对方式,如逃避治疗、否认病

情、过度焦虑等,这进一步加重了其心理压力。这些消极应对策略不仅没有解决问题,反而加剧了患者的焦虑、抑郁情绪,降低了治疗依从性。因此,提高血液透析患者的心理弹性,有助于促进其积极应对疾病的挑战。通过心理干预,增强患者的心理弹性,使其更倾向于采用积极的应对方式,可以帮助患者更好地适应长期治疗,缓解心理负担,提升生活质量,并最终提高治疗效果。进一步的研究可以探索如何通过心理护理介入,系统性地提升血液透析患者的心理弹性,从而优化其治疗过程和生活质量。

4 心理护理干预路径的构建

4.1 心理护理干预的必要性

血液透析患者的心理健康问题不仅影响其情绪和生活质量,还可能影响治疗的顺利进行。长期的透析治疗带来了生理上的不适和心理上的负担,许多患者面临焦虑、抑郁等心理问题,进而影响治疗依从性和身体健康。心理健康状况不佳的患者可能表现出情绪波动、消极应对等行为,导致治疗过程中出现反复和效果不理想。因此,建立有效的心理护理干预路径,帮助患者提升心理弹性,采用积极的应对方式,成为临床护理的重要任务。通过及时有效的心理干预,不仅可以减轻患者的心理负担,还能促进其对疾病治疗的积极参与,提升治疗效果和生活质量。有效的心理护理干预路径应当从患者的心理需求出发,制定个性化的干预措施,确保干预措施的针对性和有效性。

4.2 心理护理干预的具体策略

提供个性化心理支持:根据患者的心理状态、生活背景及疾病认知,提供个性化的心理支持。每位患者的生活经历和心理需求不同,因此需要根据个体情况进行有针对性的心理干预。对一些患者来说,帮助他们更好地认识疾病的性质和治疗过程,减轻焦虑情绪;而对于另一些患者,可能需要更多关注他们的情感支持和心理陪伴,通过个性化的支持帮助患者树立积极心态。

组织心理教育:通过组织心理教育课程,帮助患者了解疾病的治疗过程,减轻其焦虑和恐惧感。教育患者了解透析治疗的必要性、治疗方法以及可能产生的副作用,减少他们对未知的恐惧和不安。同时,心理教育还可以帮助患者树立正确的疾病认知,避免对疾病的过度担忧或误解,从而降低负面情绪的产生。

促进社交支持:鼓励患者与家人、朋友和同伴建立紧密的社交联系,增强其社会支持系统。良好的社会支持有助于缓解患者的孤独感和无助感,提高他们的应对能力。家庭成员和朋友的关心与陪伴能够为患者提供情感上的安慰与

实际帮助,减少其心理负担。此外,鼓励患者参加支持小组或病友会,促进患者间的相互支持,帮助他们分享治疗经验,增强群体归属感。

进行心理疏导:通过专业心理疏导,帮助患者释放负面情绪,提高情绪调节能力。心理疏导可以帮助患者面对治疗过程中的心理挑战,识别并处理其内心的焦虑、抑郁等情绪。专业的心理疏导技术,如认知行为疗法(CBT)、放松训练等,能够有效帮助患者调整情绪反应,改善其情绪调节能力和应对策略,从而提升其整体心理健康水平。

4.3 心理护理干预的效果评估

心理护理干预的效果可以通过心理弹性评估量表、应对方式调查和患者自评的生活质量量表进行测量。这些量表能够客观反映干预后患者心理弹性、应对方式及生活质量的变化。常用的评估工具包括 Connor-Davidson 心理弹性量表(CD-RISC)和应对方式调查量表,能够有效评估患者在治疗过程中的情绪调节能力与适应能力。研究表明,系统的心理护理干预能显著提高患者的心理弹性,促使其采用积极应对策略,进而改善治疗效果和生活质量。随着心理健康的改善,患者的治疗依从性和生活质量也得到了提升。

5 结语

血液透析患者在接受长期治疗过程中,面临着显著的心理挑战,心理弹性和应对方式的关系密切影响着患者的治疗效果和生活质量。通过心理护理干预,能够有效提升患者的心理弹性,促进其采取积极的应对方式,进而改善其心理健康状况和治疗效果。未来的研究应进一步探索不同心理护理干预策略的效果,为临床护理实践提供更为全面的理论依据和实践指导。

参考文献

- [1] 曹迎迎,师亚,凡兰桂.心理弹性及医学应对方式在多发伤患者主动性人格与创伤后成长间的链式中介效应[J].当代护士(下旬刊),2024,31(11):96-102.
- [2] 包沙沙,肖宁,王莹莹.领悟社会支持在维持性血液透析患者自我表露与焦虑情绪间的中介作用[J].当代护士(中旬刊),2024,31(09):50-53.
- [3] 蒋巧明,肖迎春.血液透析患者运动自我效能与运动恐惧、体力活动相关自我管理行为的相关性分析[J].现代医学,2024,52(11):1708-1714.
- [4] 陶颖,焦成.维持性血液透析患者社会疏离感现状及影响因素分析[J].上海护理,2024,24(11):43-46.
- [5] 熊小英,吴莉.维持性血液透析患者及其照顾者心理弹性与生活质量关系的主客体互倚模型分析[J].当代护士(上旬刊),2024,31(11):103-106.