

Study on psychological intervention and education strategies for patients with abnormal electrocardiogram in cardiology under the perspective of humanistic care

Yapeng Li

First Affiliated Hospital of Zhengzhou University, Zhengzhou, Henan, 450052, China

Abstract

Cardiovascular diseases are among the leading causes of mortality globally. Electrocardiogram (ECG), as a common cardiac examination method, is widely used for early screening and disease monitoring of cardiovascular diseases. Although ECG provides crucial information for diagnosis and treatment, abnormal ECG results often trigger negative emotions such as anxiety, fear, and depression in patients, affecting treatment outcomes and quality of life. As medical students, understanding how to effectively conduct psychological interventions to help patients reduce their psychological burden and improve treatment adherence is an essential part of enhancing clinical outcomes. This paper analyzes psychological intervention strategies for patients with abnormal ECG results from a humanistic perspective. It addresses the shortcomings of current clinical interventions and proposes multi-level, personalized intervention plans. The aim is to help patients enhance their cardiovascular health through emotional regulation, thereby effectively improving their quality of life and treatment outcomes.

Keywords

humanistic care; cardiovascular medicine; ECG abnormalities; psychological intervention; emotional regulation; anxiety and depression

人文关怀视角下心血管内科患者心电图异常的心理干预教育策略研究

李亚彭

郑州大学第一附属医院, 中国 · 河南 郑州 450052

摘 要

心血管疾病是全球导致死亡率较高的疾病之一, 心电图作为常用的心脏检查方式, 广泛应用于心血管疾病的早期筛查和疾病监测。尽管心电图为诊断和治疗提供了重要依据, 但心电图异常结果往往会引发患者的焦虑、恐惧和抑郁等负面情绪, 影响治疗效果和生活质量。作为医学生, 了解如何有效进行心理干预, 帮助患者减轻心理负担, 提高治疗依从性, 是提高临床治疗效果的重要环节。本文从人文关怀的角度出发, 分析了心电图异常患者的心理干预策略, 结合当前临床干预的不足, 提出多层次、个性化的干预方案, 目的是帮助患者通过情绪调节提升心血管健康水平, 从而有效改善其生活质量和治疗效果。

关键词

人文关怀; 心血管内科; 心电图异常; 心理干预; 情绪调节; 焦虑抑郁

1 引言

随着医学技术的不断进步, 尤其是在心血管疾病的诊断和治疗领域, 心电图作为一种非侵入性的检查方式, 已成为监测心脏健康状况的重要工具。然而, 心电图异常的结果常常给患者带来心理上的巨大压力, 尤其是在未能清晰了解其具体病因的情况下, 很多患者会出现焦虑、恐惧、甚至抑

郁的情绪反应。这些负面情绪不仅影响患者的心理健康, 还可能直接导致治疗依从性的下降, 从而影响治疗效果。

在医学生的学习过程中, 我们被要求具备扎实的医学理论基础和临床技能, 但在面对心电图异常等情况时, 我们同样需要理解患者的情绪反应, 学会如何通过心理干预来帮助患者缓解心理压力。在临床工作中, 患者的心理健康问题越来越受到重视, 尤其是“人文关怀”理念逐渐成为医疗行业的重要组成部分。通过人文关怀, 医生不仅能够为患者提供医学治疗, 还能够在情感上支持患者, 减少焦虑和恐惧感, 增强治疗依从性。

【作者简介】李亚彭(1982-), 女, 中国河南郑州人, 博士, 副主任医师, 从事心肌肥厚与心力衰竭研究。

本研究从医学生的角度出发,探讨如何在人文关怀视角下进行有效的心理干预,帮助心血管内科患者在面对心电图异常时减轻心理负担,提升其治疗依从性和生活质量。

2 心电图异常患者的心理特点与干预需求

2.1 心电图异常患者的心理特点

心电图异常是心血管疾病的一项重要检查方式,然而,心电图异常的结果往往会引起患者的恐慌和焦虑。尤其是当患者对心电图的异常结果缺乏足够的理解时,他们会将其视为潜在的心脏病信号,进而产生强烈的焦虑情绪。尤其是没有医学知识背景的患者,在接收到“异常”或“病变”等术语时,可能会过度担心自己的健康状况,产生恐惧和焦虑。

心理学研究表明,心电图异常的患者常常伴随着焦虑、恐惧以及认知困惑等心理反应。焦虑和恐惧的表现尤为突出,这使得患者在治疗过程中容易感到不安,进而影响到治疗依从性。长期处于焦虑状态的患者可能发展为抑郁情绪,进一步对身体健康和生活质量造成影响。许多患者由于缺乏对疾病的清晰认知,可能会否认或忽视心电图异常的结果,甚至拒绝接受进一步的检查或治疗,这无疑影响了治疗效果的实现。

2.2 心理干预需求

在心电图异常的情况下,单纯的医学治疗往往不能有效地改善患者的心理状态,心理干预成为必要的手段。有效的心理干预不仅有助于缓解患者的负面情绪,还能增强患者的治疗依从性,促进疾病的康复。首先,情绪调节与疏导是心理干预的核心内容。帮助患者识别并有效调节负面情绪,缓解焦虑、恐惧和抑郁等症状,可以为治疗创造更加稳定的心理环境。通过情绪疏导,患者可以更好地理解自己的状况,并以积极的心态面对治疗。

其次,心理教育是非常重要的干预措施之一。提供有关心电图异常的科学知识,帮助患者理性理解病情,消除认知偏差,能够有效减少因无知引发的焦虑情绪。在治疗过程中,心理教育不仅帮助患者认知病情,还能增强其对治疗过程的理解和信心,进一步提升其治疗依从性。

社会支持在心理干预中的作用也不可忽视。患者与家人、朋友及医务人员之间的良好沟通和支持,能够有效缓解患者的心理压力。医护人员应加强与患者的互动,关注患者的情感需求,为其提供情感支持,帮助其度过焦虑和困扰期。

3 人文关怀视角下的心理干预策略

3.1 情感支持与心理疏导

从人文关怀的角度看,情感支持在心理干预中占据着至关重要的地位,特别是在面对心电图异常的情况下,患者通常会经历强烈的情绪波动和心理压力。心电图异常的结果对很多患者来说意味着潜在的心脏疾病风险,这种未知的恐惧和焦虑感会进一步加重患者的心理负担。此时,医护人员的情感支持显得尤为重要。通过建立稳定的医患信任关系,

倾听患者的疑虑和恐惧,医护人员能够为患者提供情感上的关怀,帮助他们从心理上得到舒缓,减轻孤独感和不安情绪。情感支持不仅能够帮助患者减少焦虑情绪,还能增强患者的自信心,提高他们对治疗的信任和治疗依从性,从而为治疗的顺利进行提供有力支持。

心理疏导作为一种重要的心理干预手段,能够帮助患者调整情绪,减轻负面心理状态。通过有效的沟通,医护人员能够帮助患者理解并接纳他们自身的情绪反应,使他们意识到这些情绪是正常的,并且能够通过合适的方式加以调节。患者往往在听到心电图异常的结果后,会对未来产生过多的担忧和害怕,而通过心理疏导,患者可以学会如何识别并接纳这些情绪,进而采取积极的应对策略。通过深呼吸、冥想等放松技巧,患者能够缓解焦虑、恐惧等负面情绪,增强心理韧性,并以更加积极的心态面对治疗。此类疏导技巧不仅能有效减少患者的负面情绪,还能够增强他们的心理适应能力,帮助他们在面临治疗过程中产生更强的应对能力和信心。

3.2 健康教育与认知重塑

健康教育在心电图异常患者的心理干预中起着极其重要的作用。许多患者在接到心电图异常的诊断结果后,往往因为对心血管疾病的相关知识了解不深,导致对疾病产生过度担忧和恐惧。尤其是当患者不了解心电图异常可能只是反映出暂时的心脏电活动波动时,他们会误认为自己患上了严重的心脏病。因此,提供科学、系统的健康教育,帮助患者正确理解病情,显得尤为重要。通过详细讲解心电图异常的基础知识、临床意义及其可能带来的健康风险,患者能够逐步减少认知误区和对疾病的恐惧,从而有效缓解由于信息不对称所产生的焦虑情绪。

心理学研究表明,患者通过掌握更多关于自身疾病的信息,能够理性看待疾病的实际影响,并更加积极地配合治疗。健康教育不仅能够帮助患者理性看待心电图异常,减少因不了解疾病所带来的焦虑,还能够帮助患者理解疾病管理的方法,提升其治疗依从性。研究显示,当患者获得充分的疾病知识后,往往能够更有效地参与治疗,减少因误解导致的情绪波动。进一步地,健康教育能够增强患者对健康的全面认知,使他们具备更强的应对能力,在治疗过程中更有信心地面对可能的挑战。

认知重塑则是另一项重要的心理干预策略。许多心电图异常的患者由于缺乏对病情的清晰理解,会对自己的健康状况产生过度担忧,常常会出现负性思维,如对疾病的过度悲观或对未来的过度担忧。通过认知重塑,医护人员可以帮助患者识别其不合理的思维模式,将消极、过度担心的思维转变为更加理性和积极的认知。通过认知行为疗法等方法,患者能够逐步消除对疾病的负面预期,建立更加健康的认知结构,从而减轻焦虑和恐惧感,增强对治疗的信任,并更积极地参与到治疗过程中。认知重塑不仅帮助患者重新认识疾

病,还帮助他们在心理上调整态度,提升情绪调节能力,使患者能够在面对疾病时保持乐观、理性的心态。

3.3 社会支持与家庭参与

社会支持在心电图异常患者的心理干预中扮演着至关重要的角色,尤其是在患者面临较大心理压力时,社会支持能够为患者提供情感支持,缓解其心理负担。患者的家属、朋友以及医护人员的支持,能够增强患者的心理韧性,减轻其焦虑和恐惧情绪,帮助患者积极面对治疗。研究表明,家属的情感支持对患者的康复和治疗依从性具有显著的正面影响。医护人员应通过与患者家属的沟通,帮助他们理解患者的病情及心理状况,从而为患者提供更有针对性的情感支持和陪伴。通过家属的陪伴和鼓励,患者能够感受到来自家庭的关爱,增强他们的治疗信心,使其更容易积极配合治疗。

社会支持不仅局限于家属,还包括患者与朋友、医护人员之间的互动。医疗机构应通过组织患者教育班、心理支持小组等方式,增强患者的社会支持感。在患者教育班中,家属能够更加清楚地了解患者的疾病情况和治疗过程,从而为患者提供更加有效的支持。在心理支持小组中,患者可以与其他有相似经历的患者分享经验和感受,增加归属感和支持感。这种互助式的社交互动,不仅能够减轻患者的孤独感,还能够增强其心理韧性,使患者在治疗过程中拥有更强的动力和信心。

此外,医疗机构还可以通过开展定期的心理疏导活动,为患者提供更多的社会支持资源,增强患者的社会适应能力和心理承受力。通过这种全方位的支持体系,患者能够从多个方面得到帮助,从而更好地应对疾病治疗带来的压力,提高治疗效果。

4 心理干预效果的评估与展望

4.1 心理干预效果的评估方法

心理干预效果的评估是确保干预措施有效性和科学性的关键步骤,它帮助临床医生以及心理学工作者了解患者在接受干预后心理状态的变化和恢复情况。评估方法通常包括量化评估工具、患者自评报告、医患交流记录和治疗依从性等几个方面。

量化评估工具是最常见的评估手段之一,其中焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)和心理状态量表(PSS)被广泛应用于临床研究和心理干预效果的评价。这些量表通过对患者情绪、心理健康和社会适应能力的量化分析,提供了客观的数据支持,使得医生能够准确了解患者的心理状况变化。通过定期使用这些量化工具,能够明确患者在干预前后的心理变化情况,从而有效评估心理干预的效果。

患者自评报告也是常用的评估手段之一,患者通过自评报告形式表达他们的主观感受,包括情绪状态、心理压力、生活质量等方面的反馈。与医生的沟通和互动能为评估提供更多的主观视角,帮助医护人员深入了解患者的情绪波动和

心理需求,从而更加个性化地调整干预方案。

治疗依从性作为干预效果的另一重要评估标准,通常通过观察患者是否按时服药、是否遵循治疗方案及治疗过程中与医护人员的互动程度来衡量。高治疗依从性通常意味着患者对治疗充满信心,并且能够积极配合,这有助于治疗效果的提升。对于心理干预的患者而言,治疗依从性的提高不仅反映了患者的情绪改善,还表明患者对健康管理的重视和参与,进一步推动了康复进程。

4.2 未来展望

随着医学、心理学及技术的进步,心理干预将在临床治疗中占据越来越重要的地位,尤其是在个性化、精准化和智能化医疗模式下。新兴技术如人工智能、虚拟现实(VR)和大数据将推动心理干预形式和方法的创新,进一步提升干预效果。

个性化干预将成为未来的趋势,针对每个患者的心理状态和需求定制干预方案,以确保最大效果。借助大数据,医生可以更精确地评估患者的心理状态并及时调整治疗方案,避免“一刀切”的治疗方式。

虚拟现实技术的应用将为患者提供安全的环境来适应治疗,缓解焦虑和恐惧,并增强情绪调节能力。AI技术则可以实时监测患者的生理数据,并根据情绪识别算法提供精准的心理干预建议,预测潜在心理问题,提前进行干预。

随着社会对心理健康的重视,心理干预将成为临床治疗的核心部分,尤其对于高压、重症患者群体,心理干预将显著提升治疗效果。医护人员需要不断更新专业知识,提高干预能力,推动心理干预技术的广泛应用。

这些技术将显著提高心理干预的效率和效果,推动患者身心健康的改善,促进患者的全面康复,最终带动整个医学领域的健康发展。

5 结语

心电图异常的患者面临较大的心理压力,焦虑、恐惧等情绪对其治疗效果和生活质量产生深远影响。因此,及时有效的心理干预至关重要。通过情感支持、健康教育和认知重塑等多层次的干预策略,可以帮助患者减轻负面情绪,提高治疗依从性,促进疾病康复。随着心理干预方法的不断发展和技术的革新,心理干预将变得更加精准和个性化,为心血管患者的康复提供强有力的支持。

参考文献

- [1] 张铭,郑炜平.心血管内科医生成长手册[M].人民卫生出版社:201707.804.
- [2] 姜崴,赵冬云,栗印军.心血管疾病临床护理问题集萃[M].辽宁科学技术出版社:202002.466.
- [3] 蒋志伟.心血管医疗设施规划与建筑策划方法研究[D].东南大学,2020.DOI:10.27014/d.cnki.gdnau.2020.001642.
- [4] 韩辉武,赖娟,闫城,等.心血管内科专科护理[M].化学工业出版社:202211.412.