

Analysis of Clinical Characteristics of Patients with Depression-associated Cardiovascular Disease

Fujuan Zhao

Donghai Street Community Health Service Center, Tianjin City, Tianjin, 300222, China

Abstract

The relevant research data show that depression is closely related to cardiovascular diseases such as hypertension, diabetes and coronary heart disease. People with depression are more likely than the average person to develop cardiovascular disease, and by observing the clinical characteristics of depression, they can help the relevant medical staff to help patients prevent cardiovascular disease. By understanding the epidemiological basis between depression and hypertension, diabetes, coronary heart disease and other cardiovascular diseases, as well as the potential mechanism of the onset of both, early screening of patients with cardiovascular disease, strengthen health education, timely intervention, to ensure the health and safety of patients.

Keywords

depression; hypertension; diabetes; coronary heart disease; clinical characteristics

抑郁症伴发心脑血管疾病患者临床特征分析

赵富娟

天津市东海街社区卫生服务中心, 中国·天津 300222

摘要

相关研究数据表明, 抑郁症与高血压、糖尿病、冠心病等心脑血管疾病有着密切的关联。抑郁症患者相较于普通人来说更容易患上心脑血管疾病, 通过观察抑郁症的临床特征, 有助于相关医务工作人员帮助患者预防心脑血管疾病。通过了解抑郁症与高血压、糖尿病、冠心病等心脑血管疾病之间的流行病学依据以及二者发病的潜在机制, 早期筛查伴发心脑血管疾病患者, 加强健康教育, 及时进行干预, 保障患者的生命健康安全。

关键词

抑郁症; 高血压; 糖尿病; 冠心病; 临床特征

1 引言

由于生活、工作等方面的压力, 使得近年来中国抑郁症患者的数量显著上升。抑郁症, 属于一种精神疾病, 以显著而持久的心境低落为主要临床特征, 是心境障碍的主要类型。

在全世界内, 几乎每五个人之中就有一人患有抑郁症。心血管疾病包括高血压、糖尿病、冠心病等, 主要是因为患者的心脏和血管等出现异常, 是当前致死的重要原因之一。

通过大量的数据表明, 抑郁症与高血压、糖尿病、冠心病之间存在着紧密的联系。相较于普通的健康人群来说, 抑郁症患者更容易患上高血压、糖尿病以及冠心病, 而高血压患者、糖尿病患者以及冠心病患者也更容易患上抑郁症。

【作者简介】赵富娟(1976-), 女, 中国天津人, 本科, 主治医师, 从事高糖冠脑研究。

2 抑郁症与高血压、糖尿病、冠心病之间的联系及临床特征

2.1 抑郁症与高血压、糖尿病、冠心病之间的联系

早在 20 世纪 30 年代, 就已经有相关的研究学者针对抑郁症与心血管疾病之间的联系展开了相关研究。据相关报道, 抑郁症患者更容易患上高血压、糖尿病以及冠心病, 但是在 20 世纪 30 年代, 该研究成果并未引起人们的高度重视。直到 20 世纪 80 年代, 越来越多的人才对抑郁症与高血压、糖尿病以及冠心病之间的关系引起了高度重视, 并且证实了抑郁症患者更容易患上高血压、糖尿病以及冠心病。

相较于健康的人群来说, 抑郁症患者的心血管疾病发病率明显增加, 像美国抑郁症患者中的高血压、糖尿病以及冠心病的发病率明显要比健康人群高出三倍。如果相关人员能够对抑郁症患者进行适当干预, 能够有效减少患者出现急性

心肌梗死的风险。另外,美国国家研究数据也明确表示,抑郁症患者相较于普通人群来说,患上致命性缺血性心脏病的几率高达1.5^[1]。

此外,高血压患者、糖尿病患者以及冠心病患者也比健康的人更容易患上抑郁症,尤其是高血压、糖尿病以及冠心病都属于慢性疾病,需要患者长期接受治疗。在住院期间,高达20%的患者都达到了抑郁症的标准。其中,高血压、糖尿病以及冠心病较为严重的患者,其患上抑郁症的风险也在逐步增加。通过这些研究表明,抑郁症与高血压、糖尿病以及冠心病之间有着密切的联系^[1]。

2.2 抑郁症伴发心脑血管疾病患者临床特征分析

通过调查表明,很多高血压患者、糖尿病患者以及冠心病患者在治疗期间经常会表现出焦虑、认知障碍、认知迟缓、睡眠障碍、精神焦虑等症状。究其原因,主要是因为高血压、糖尿病以及冠心病严重影响到患者的身心健康。如果严重的情况之下,可能会导致患者出现脑卒中。由于受到自身疾病的影响,加上身体功能尚未恢复以及个人行为、日常生活、社会因素等多方面的影响,导致高血压与抑郁症之间的联系更为紧密。患者的负面情绪不仅仅会使得自身的血压上升,同时也会影响到高血压的临床治疗效果,大幅度降低患者的生活质量。此外,该现象更容易使得患者的情绪长期保持在不佳的状态,从而使得高血压的病情恶化。通过相关研究表明,抑郁症伴随糖尿病时,患者的临床症状较为严重,其社会功能明显受到一定程度的影响。当糖尿病患者的抑郁症得到一定程度的改善时,不仅能够控制其血糖水平,同时也能够使得糖尿病的临床治疗显著^[1]。

此外,不少的研究表明,抑郁症伴发冠心病的风险程度比一般人要高出1.5倍至两倍,很多的资料显示,冠心病患者的抑郁症发生概率高达20%以上。除此之外,患者如果出现抑郁症,也会影响到医务工作人员的干预,使得患者的心脏性事件发生以及病死率大幅度提高,在研究过程中,如果患者患上了高血压、糖尿病以及冠心病,会使得抑郁症患者的焦虑情况更为严重。相较于单纯的抑郁症患者来说,抑郁症伴发高血压、糖尿病以及冠心病的患者,其症状更为严重,社会功能难以恢复到正常水平,在医务工作人员开展工作过程中受到较大的阻碍。

总之,如果高血压患者、糖尿病患者以及冠心病患者患上了抑郁症,极可能会使得身体功能受到各方面的影响,加上自身自理能力下降,经济负担较重,使得患者的焦虑、不安、恐惧等症状加重,影响到临床治疗效果,难以有效保障患者的社会功能恢复。

3 抑郁症伴发心脑血管疾病患者的临床干预对策

3.1 改善患者的生活方式

抑郁症可能会通过多种途径,使得患者的高血压、糖尿

病以及冠心病恶化,主要是因为抑郁症患者没有养成良好的生活习惯。例如,很多抑郁症患者为了缓解自己的负面情绪,可能会吸烟、嗜酒,并且可能会使用一些非法药物,甚至不遵从医务工作人员的主妇,使得患者的高血压糖尿病以及冠心病的发病率上升。

通过相关研究表明,抑郁症患者伴发高血压糖尿病以及冠心病的风险明显要比正常人要高,而这种联系主要是因为患者的社会经济行为以及经济状况等决定的。

另外,有一些患者在日常生活过程中没有加强运动,致使自己出现心血管疾病的概率增加。因此,为了能够有效缓解抑郁症伴发高血压糖尿病冠心病患者的临床症状,医务工作人员必须要改善患者的生活方式,为其制定良好的生活计划。

在饮食方面,要求患者尽可能避免吃一些辛辣的食物,选择一些清淡的食物;在运动方面,要求患者一周至少要进行三次运动,维持自己身体内的各项机能平衡,避免自己的血糖、血压过高而诱发其他疾病。平时生活中应该要求患者要养成良好的作息时间,避免熬夜、酗酒、吸烟。

3.2 定期开展健康宣教工作

很多高血压、糖尿病、冠心病患者自身需要长期接受治疗,一方面由于病痛使得自己的情绪不佳,另一方面因为长期治疗的费用过高,给自己和家庭造成了较大的经济负担,使得自己需要承受较大的心理压力,久而久之,容易使得高血压、糖尿病以及冠心病患者患上抑郁症,使得临床治疗效果大幅度降低。

为了能够有效缓解高血压糖尿病以及冠心病患者的情绪,相关医务工作人员应该要定期开展健康宣教工作,使得患者能够对自身的病情有所了解,保持乐观开朗的情绪,提高战胜病魔的自信心,积极的配合医务工作人员的工作,提高治疗依从性,从而能够使得临床治疗工作顺利开展。

另外,为了能够有效缓解患者的经济负担,医院可以及时了解国家有关政策,通过适时引导,使得更多的患者能够利用国家政策的便利,减轻自己的经济负担,避免因为长时间的治疗而使得自己患上抑郁症。

值得注意的是,医务工作人员需要与患者的家属进行及时沟通,赢得患者家属的配合,使得患者能够采用正确的方式对待高血压、糖尿病以及冠心病患者。

4 结语

综上所述,抑郁症伴发高血压、糖尿病、冠心病患者的临床特征较为显著,极容易影响到患者的正常恢复,不利于保障患者的生活质量。所以,为了能够使得患者的生活质量有效提高,减轻患者的心理压力,避免其患上抑郁症影响到

临床治疗效果,相关医务工作人员可以通过加强健康宣传教育工作的力度,改善患者的生活方式,使得患者能够保持愉悦的心情,配合医务工作人员的工作,有效提高药物治疗的效果,降低医务工作人员与患者之间出现矛盾的概率。

参考文献

[1] 王明鑫,李素霞,宋涛.抑郁症与心血管疾病共病机制的研究进展

[J].中国全科医学,2021,24(11):1426-1430+1440.

[2] 邱岳明,刘德桓.心脑血管疾病合并抑郁症的中西医临床研究现状

[J].广西中医学院学报,2011,14(4):52-53.

[3] 杨学军,郭美玲.老年抑郁症及焦虑症与心脑血管疾病的关系[J].

中国实用医药,2008(20):152-154.

(上接第34页)

及喹硫平等抗精神病药物,结合改良的CBT,使患者的网络成瘾症状得到显著的改善。但目前关于网络成瘾涉及的药物机制仍然知之甚少。

2.6 其他治疗

Wartberg L等首次观察到,情绪调节对青少年病理性网络使用自发缓解方面具有高度相关性,并提出了情绪调节可以在未来的预防措施中得到专门的训练和推广。在近期一项研究显示,同时存在儿童情绪问题的青少年以及有抑郁症状的父母或看护人则可能会增加高风险网络游戏障碍(High risk of IGD, HRIGD)的风险,因此这一发现表明,联合干预治疗儿童情绪问题和他们父母的抑郁症状可能对预防儿童和青少年IGD有额外的风险降低作用。同时也可以通过行为矫正,如改变处理家庭、朋友、社交活动、体育锻炼和生活其他方面的方式来打破之前过度使用互联网的模式。也可以通过广泛地开展学校健康教育来能够提高家庭、学校、专业人员和政府对中学生网络成瘾问题的知晓和重视,以利开展预防和干预。

3 结语

目前,有关青少年网络成瘾的干预方式多样,具体疗效仍需要进一步的临床实践检验。考虑到当前的青少年网络成瘾共患精神障碍的情况不在少数,而共患病也会影响网络成瘾的治疗效果,故未来可针对有共病(如注意缺陷多动障碍、

失眠、焦虑、情感障碍等)的青少年网络成瘾人群进行相应的干预,从而进一步获取更丰富多样、优化的干预方案及治疗经验,也能更好地减轻患者的疾病负担。

参考文献

[1] 晋琳.青少年网络成瘾的研究现状[J].中国心理卫生杂志,2008,22(6):433-436.

[2] YOUNG K. Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder[C].Proceedings of the the 104th annual meeting of the American Psychological Association in Toronto, Canada August 20,1996.

[3] 新华社.国家卫健委明确青少年网络成瘾诊断标准[S].

[4] 张莉,兰小红.青少年网络成瘾的心理机制概述[J].现代交际,2017,465(19):32.

[5] FALTÝNKOVÁ A, BLINKA L, ŠEVČÍKOVÁ A, et al. The Associations between Family-Related Factors and Excessive Internet Use in Adolescents[J].Int J Environ Res Public Health, 2020,17(5):1754.

[6] 郎艳,贾福军,李恒芬.青少年网络成瘾的心理学研究进展[J].国际精神病学杂志,2007,34(4):221-224.

[7] YOUNG K S. Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction--and a Winning Strategy for Recovery[M].New York:Wiley & Sons, Inc, 1998.

[8] Ikrkci, Zkan. The effect of internet use on well-being: Meta-analysis[J].Computers in Human Behavior, 2016(65):560-566.