

基于 PERMA 模式的心理护理对门诊慢性乙型肝炎患者负面情绪、生活质量的影响

杨洋

(海安市人民医院门诊, 江苏 海安 226600)

【摘要】目的:探讨基于 PERMA[积极情绪(P)、投入(E)、人际关系(R)、意义(M)及成就(A)]模式的心理护理对门诊慢性乙型肝炎患者负面情绪、生活质量的影响。**方法:**选取 2019 年 2 月至 2020 年 1 月采用基于 PERMA 模式心理护理干预的 42 例慢性乙型肝炎患者为观察组, 选取 2020 年 2 月至 2021 年 1 月采用常规健康知识教育干预的 41 例慢性乙型肝炎患者为对照组。比较两组患者干预后负面情绪、生活质量、依从性的变化情况。**结果:**干预后观察组 SAS、SDS 分值低于对照组 ($P < 0.05$); 干预后观察组 SF-36 评分高于对照组 ($P < 0.05$); 干预后观察组各项依从性比例高于对照组 ($P < 0.05$)。**结论:**门诊慢性乙型肝炎患者应用 PERMA 模式的心理护理干预能有效改善相关负面情绪与预后, 增强患者积极信念, 提高生活质量水平。

【关键词】 PERMA 模式; 心理护理; 慢性乙型肝炎

Influence of PERMA-based psychological nursing based on negative emotion and quality of life of outpatients with chronic hepatitis B
Yang Yang

(outpatient department of Hai'an people's Hospital, Hai'an 226600, Jiangsu)

Abstract: Objective: To explore the effect of psychological nursing based on PERMA (Positive emotion, Engagement, Relationships, Meaning, Accomplishment-PERMA) model on negative emotion and quality of life in outpatients with chronic hepatitis B. Methods 42 patients with chronic hepatitis B who received psychological nursing intervention based on perma model from February 2019 to January 2020 were selected as the observation group, and 41 patients with chronic hepatitis B who received routine health knowledge education intervention from February 2020 to January 2021 were selected as the control group. The changes in negative emotions, quality of life, and compliance after intervention were compared between the two groups. Results After intervention, the SAS and SDS scores in the observation group were lower than those in the control group ($P < 0.05$). After intervention, the SF-36 score in the observation group was higher than that in the control group ($P < 0.05$). After intervention, the compliance rate in the observation group was higher than that in the control group ($P < 0.05$). Conclusions Psychological nursing intervention with PERMA model in outpatients with chronic hepatitis B can effectively improve their related negative emotions and prognosis, enhance the positive beliefs and improve the quality of life.

Keywords: PERMA model; Psychological nursing; Chronic hepatitis B

【中图分类号】 R473.67

【文献标识码】 A

【文章编号】 1672-3783 (2022) 11-33-159-01

慢性乙型肝炎是一种乙类传染病, 治疗需根据患者病情程度选择治疗方案, 治疗时间长, 且需长期随访^[1-2]。由于许多患者对此病认识缺乏, 导致疾病出现时易产生恐惧、焦虑等心理情绪, 严重影响身心健康与生活质量。因此, 有效的护理措施改善患者情绪, 对患者预后具有重要意义。PERMA 模式是一种由积极情绪、投入、人际关系、意义及成就 5 个要素组成的新型幸福模式, 该理论中认为拥有以上 5 个要素可帮助患者缓解负面情绪, 拥有快乐、幸福、蓬勃的人生^[3]。

目前此模式护理在许多癌症、精神分裂患者中应用效果显著, 但在慢性乙型肝炎患者中是否存在相同效果未得到证实。为此, 本研究探讨了基于 PERMA 模式的心理护理对门诊慢性乙型肝炎患者的影响, 报道如下。

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

选取 2019 年 2 月至 2020 年 1 月收治的 42 例慢性乙型肝炎患者为观察组, 选取 2020 年 2 月至 2021 年 1 月收治的 41 例慢性乙型肝炎患者为对照组。纳入标准: (1) 所有患者均符合《慢性乙型肝炎中医诊疗指南》^[4]中相关诊断标准; (2) 均无意识障碍, 无法沟通者。排除标准: (1) 拒绝配合此次研究者; (2) 患有恶性肿瘤者。观察组中男性 21 例, 女性 21 例, 年龄 23~62 岁, 平均年龄 (41.21 ± 11.74) 岁; 对照组中男性 21 例, 女性 20 例, 年龄 22~61 岁, 平均年龄 (40.85 ± 11.63) 岁。两组一般资料比较无明显差异 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 对照组: 由医护人员对患者进行疾病病因、并发症预防、饮食等健康知识教育。

1.2.2 观察组: 首先成立干预小组, 包括 1 名心理咨询师和门诊护士长、2 名研究生导师、3 名专科护士、4 名护理研究生, 成员均经 PERMA 模式理论知识、慢性乙型肝炎知识培训。专科护士与心理咨询师制定干预方案与方案调整, 护士长与研究生导师负责方案落实。2 名

护理研究生负责与患者访谈并指导方案实施, 2 名护理研究生负责分发、收集及分析问卷。干预 12 周, 心理学访谈 2 次/周, 30~40min/次。具体方案:

(1) 直面患者内心: 围绕患者患病后的心理感受与病情, 了解心理特征, 鼓励讲出内心想法, 使之正视疾病与内心问题, 还可邀请疾病康复患者进行现身讲解。

(2) 矫正非理性信念: 围绕近期负面情绪与人生信念等主题, 沟通时找出患者已存在的非理性信念与产生依据, 讲解其危害与不理性, 帮助建立积极信念。

(3) 培养感恩向上品质: 围绕患病后身边感恩的人与感动事, 鼓励患者睡觉前记录身边所发生的 3 件好事, 思考原因与感恩对象, 指导患者回忆门诊治疗时给予帮助自己却未感谢的人, 可通过电话、面谈方式表达感谢。

(4) 积极情绪: 围绕积极情绪的定义与作用, 培养患者积极面对疾病的思维, 鼓励通过积极语言改善负面情绪, 患者表达出积极情绪时给与夸赞。

(5) 投入: 为患者讲解“福流”的概念与意义, 根据患者喜好开展看书、听音乐等活动。

(6) 人际关系: 向患者解释积极主动式回应的定义, 同时通过演示、介绍等方式展现积极主动、消极主动、积极被动、消极被动 4 种回应方式的差异及利弊, 指导家属、病人及病友围绕 4 种回应方式开展活动, 进行角色扮演。

(7) 意义: 围绕人生意义, 讲解每个个体都是世界独一无二, 无需一直与他人比较, 纠正患者对疾病痊愈与人生意义的关联程度, 指导患者保持乐观心态面对人生中的起伏。

(8) 成就: 成就感可帮助获得积极心理, 鼓励患者积极做自己擅长的事情, 以此获得成就感, 根据患者病情制定适合的功能锻炼方案, 并给予患者支持与鼓励。

1.3 观察指标

通讯作者: 杨洋, 邮箱: 437079624@qq.com。

(1) 采用焦虑自评量表 (Self-rating Anxiety Scale, SAS)^[6] 和抑郁自评量表 (Self-rating depression scale, SDS)^[6] 评估干预前后心理状态, SAS、SDS 均有 20 个评估项目分值越高, 表示患者症状越严重。

(2) 采用健康调查简表 SF-36 (Generic Quality of Life Inventory-36)^[7] 评估干预前后生活质量, 共有 36 个评估项目, 各项目分值相加为总分 (100 分), 分越高则表示患者生活质量越好。

(3) 采用本院自拟的调查表 (本调查量表经信效度检验 Cronbach α 系数为 0.937) 评估干预后饮食、定期检查等 4 个方面依从性, 总分: 100 分, >90 分表示依从。

1.4 统计学方法

采用 SPSS 21.0 统计学软件分析记录的数据, “%” 表示计数资料, 数据间比较采用 χ^2 检验, ($\bar{x} \pm s$) 表示计量资料, 数据间比较采用 t 检验, $P < 0.05$ 为差异存在统计学意义。

2 结果

2.1 两组负面情绪的比较

干预前两组各项评分比较无明显差异 ($P > 0.05$), 干预后两组各项评分均显著降低 ($P < 0.05$), 且观察组 SAS、SDS 分值均低于对照组 ($P < 0.05$), 见表 1。

表 1 两组负面情绪的比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	SAS		SDS	
	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组 (n=42)	60.17 ± 4.65	44.76 ± 4.63a	58.91 ± 4.72	43.65 ± 4.85a
对照组 (n=41)	60.38 ± 4.64	50.36 ± 4.92a	59.12 ± 4.84	49.34 ± 5.61a
t	0.206	5.341	0.200	4.947
P	0.837	<0.001	0.842	<0.001

注: a 表示与组内干预前比较, $P < 0.05$ 。

2.2 两组生活质量的比较

干预前两组 SF-36 评分比较无明显差异 ($P > 0.05$), 干预后观察组 SF-36 评分高于对照组 ($P < 0.05$), 见表 2。

表 2 两组生活质量的比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	SF-36 评分	
	干预前	干预后
观察组 (n=42)	52.85 ± 12.67	76.65 ± 11.38a
对照组 (n=41)	52.74 ± 12.56	65.34 ± 10.75a
t	0.040	4.652
P	0.968	<0.001

注: a 表示与组内干预前比较, $P < 0.05$ 。

2.3 两组护理依从性的比较

干预后观察组各项依从性比例高于对照组 ($P < 0.05$), 见表 3。

表 3 两组护理依从性的比较 [n (%)]

组别	饮食	康复锻炼	定期检查	按时用药
观察组 (n=42)	41 (97.62)	40 (95.24)	41 (97.62)	41 (97.62)
对照组 (n=41)	35 (85.37)	33 (80.49)	34 (82.93)	33 (80.49)
χ^2	4.034	4.260	5.142	6.298
P	0.045	0.039	0.023	0.012

3 讨论

慢性乙型肝炎患者可出现乏力、尿黄等症状, 好发于不洁注射、反复输血等人群^[8]。根据流行病学显示, 此病是世界流行性疾病, 具有地区性差异, 全球每年约 88.7 万人死于相关慢性乙型肝炎疾病, 我国病人数约 1.0 亿人^[9]。由于此病病程较长、具有传染性、易复发, 目前无法根治, 导致患者生活、工作、家庭均受到一定影响, 加上外界对此病具有歧视, 因此慢性乙型肝炎患者易产生焦虑等负面情绪, 影响后续治疗及预后^[10]。因此有效的护理措施尤为重要。

PERMA 模式的心理护理是一种新型的心理干预措施, 通过感恩练习、内心表达、积极信念等方式增强患者的积极情绪, 促进患者表达, 改善身心健康^[11]。本研究门诊慢性乙型肝炎患者患者应用此研究之后, 发现观察组 SAS 与 SDS 分值均低于对照组。提示 PERMA 模式的心理护理能够使患者内心想法真实表达, 建立积极信念与情绪, 提高成就感,

以此患者心理压力得到缓解, 焦虑、害怕、抑郁等负面情绪得到降低。与陈娟等^[12]研究相似, 其研究中应用 PERMA 模式下心理护理的恶性肿瘤患者焦虑抑郁情绪得到了有效缓解。于晓娜等^[13]同样发现此模式能改善患者不良情绪。本研究还发现, 干预后观察组 SF-36 评分高于对照组。提示通过分析得知, 本研究的干预方法能有效改善患者因疾病产生的负面情绪, 促进患者机体恢复, 改善预后, 从而提高患者生活质量水平。王海梅等^[14]指出此模式还能对烧伤患者生活质量产生积极影响。本研究对两组患者依从性进行对比, 结果显示干预后观察组各项依从性比例显著高于对照组。提示 PERMA 模式的心理护理培养了患者积极、乐观感恩、向上的积极品质, 帮助患者获得更多的成就感与幸福感, 使患者负面情绪得到有效缓解, 保持患者心情舒畅, 促进了患者身心健康, 提高了服药、复查、饮食等依从性, 使预后得到了极大的改善, 从而对护理服务的满意度有了显著提升。与胡新亚等^[15]研究结果一致, 其艾滋病患者应用了幸福 PERMA 模式护理干预, 发现患者治疗依从性得到了提高。

综上所述, PERMA 模式的心理护理干预能有效改善相关负面情绪与预后, 增强患者积极信念, 提高生活质量水平。

参考文献

- [1] Tang LSY, Covert E, Wilson E. et al. Chronic Hepatitis B Infection: A Review[J]. JAMA. 2018, 319(17):1802-1813.
- [2] 王贵强, 王福生, 庄辉, 等. 慢性乙型肝炎防治指南 (2019 年版)[J]. 临床肝胆病杂志, 2019, 35(12):41-62.
- [3] 朱婷, 方艳春, 徐俊敏, 等. PERMA 模式下心理干预对脑卒中伤残患者创伤后成长及主观幸福感的影响[J]. 解放军护理杂志, 2020, 37(6):43-46.
- [4] 中华中医药学会肝胆病专业委员会, 中国民族医药学会肝病专业委员会. 慢性乙型肝炎中医诊疗指南 (2018 年版)[J]. 中西医结合肝病杂志, 2019, 29(1):1-6.
- [5] 李月翠, 应小燕, 楼群儿, 等. 医护配合综合心理治疗对慢性乙型肝炎患者疾病感知和负性情绪及生命质量的影响[J]. 中华全科医师杂志, 2020, 19(8):732-736.
- [6] 郑子梅, 何娜, 许镇, 等. 慢性乙型肝炎病毒感染者焦虑和抑郁状况及其影响因素分析[J]. 中华全科医学, 2020, 18(7):1134-1138.
- [7] 张蓉, 胡闻丰. 延续性护理在慢性乙型肝炎患者中的护理效果及对 SF-36 评分的影响[J]. 贵州医药, 2020, 44(7):1173-1174.
- [8] 宋青. 预见性护理对慢性乙型肝炎肝硬化患者术后康复及负性情绪的影响[J]. 黑龙江医学, 2022, 46(3):376-378.
- [9] 杨丽, 谢群. 结构化教育模式对慢性乙型肝炎患者的应用效果[J]. 中国现代医生, 2022, 60(2):177-180.
- [10] 孙聪. 认知护理对慢性乙型肝炎患者治疗依从性及护理满意度的影响[J]. 中国冶金工业医学杂志, 2021, 38(3):282-283.
- [11] 郭华, 徐艳贺, 陈建设, 等. 幸福 PERMA 模式对高血压脑出血患者伤残接受程度和心理健康的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 2021, 29(6):899-903.
- [12] 陈娟, 张芹, 王钟群. PERMA 模式下心理干预对恶性黑色素瘤患者自我幸福感, 生活质量的影响研究[J]. 实用医院临床杂志, 2021, 18(6):173-176.
- [13] 于晓娜, 季春晓, 李文菊, 等. 以 PERMA 为基础心理护理对白血病患者心理痛苦的影响[J]. 中国肿瘤临床与康复, 2021, 28(8):1002-1005.
- [14] 王海梅, 蔡艳丽, 李燕, 等. PERMA 模式下心理干预在烧伤瘢痕修复术中的应用[J]. 中国美容医学, 2021, 30(10):167-170.
- [15] 胡新亚, 周志慧, 祝梦婷, 等. 幸福 PERMA 干预法在艾滋病住院病人中的应用效果分析[J]. 循证护理, 2019, 5(11):998-1001.