新型冠状病毒肺炎的心理护理

方梦楠

湖北医药学院附属国药东风总医院急诊科 湖北 十堰 442000

摘要：2019年12月以来，湖北省武汉市出现了新型冠状病毒肺炎疫情，随着疫情的蔓延，我国其他地区及境外多个国家也相继发现了此类病例，该病作为急性呼吸道传染病已纳入《中华人民共和国传染病防治法》规定的乙类传染病，按甲类传染病管理[1]。由于疾病的传染性和公众缺乏对疾病本身的正确认识，在患者就医的各个环节会产生不同的心理问题。在临床治疗过程中应用心理护理干预，能够有效改善其心理状态、负性情绪，使其能够正视病症积极配合治疗，对于提高临床治疗效果具有重要意义[2]。本文主要对新型冠状病毒肺炎的确诊患者，疑似留观患者和发热观察患者的不同阶段可能出现的心理问题进行分析，并且给出心理护理干预的措施。

关键词：新型冠状病毒肺炎;心理护理;

1.1确诊病患

1. .1入院时

才确诊入院的病人，在疾病初期会有对疾病认识不全的担心和焦虑，对陌生环境的排斥，使病人在面对疾病时充满了恐惧的心理。在这个阶段，可以通过与病人友好的结识，对自己和科室的环境做好介绍，积极的与沟通，认真倾听，通过共情，积极关注等心理干预与患者建立关系；同时明确患者的身体和心理问题，针对性的介绍接下来的治疗方法和预期效果，不做夸大性疾病介绍，使患者感知到治疗性需求，将患者的负性情绪转移到积极应对疾病上，从而提高患者治疗的依从性。

1.1.2住院期间

此阶段的患者对现状有了一定的接受，病人想要快速的得到治愈，但是疾病的进展有个体差异性，要对患者的心理更深入的评估，了解患者心理状态的程度和原因，为不同的患者制定不同的护理干预策略。轻症的患者可以通过让患者与家属使用手机视频或者通话，介绍恢复较好的病友等提供情感支持；提升住院期间的趣味性，如打太极，跳广场舞，唱歌等患者病情允许范围的活动，减轻隔离期间的孤独感；让患者参与到自身疾病的管理当中，获得对疾病的控制感。对于重症或者处于昏迷状态的患者，提供心理护理干预，给患者及家属进行治疗方法介绍，对患者身体及情绪进行良好监测和引导，可以有效降低患者的负性情绪[3]。给患者提供一个相对安静的环境，减少仪器设备的噪音干扰，保证患者的睡眠质量；保持床单位的整洁，提升患者的舒适感；加强医护沟通，将药物干预和心理干预同时进行，尽可能的减轻患者身体的不适，减轻焦虑和恐惧；对于心理问题较重的患者可以采用合理的情绪疗法和放松技术来缓解，必要时请专业的心理治疗师介入，同时在交班时要重点交接，避免重复出现的护理问题对患者情绪的影响。积极的认知行为干预可以帮助患者扭转不当的思想观念，引导其正确地面对病情，以弱化负性情绪对治疗的干扰，进而提高患者的治疗信心[4]。

1.1.3出院时期

此阶段根据疾病的转归也有不同的结果。治愈的病人在出院的时候，因为疾病本身具有传染性的特点，会担心出院后对家人的影响，出院后疾病会不会复发以及出院后周围人是否会用异样的眼光来看待自己等不同程度的自卑和愧疚感。此阶段我们可以鼓励患者多与家人和朋友沟通来获得社会支持；指导治愈回家的患者进行呼吸康复，尽快恢复身心机能，提高体能，及早重返社会，返回工作岗位[5]；给患者讲解如何正确的居家自我消毒隔离和自我监测，让患者能够以平和的心态出院，融入社会生活。对于医学手段无效的临终病人，用温和的临终关怀，给予患者生命最后的尊重，同时做好病人家属的安抚工作。

2.1疑似留观患者

对于疑似患者会进行一人一室的留院观察，到我们要主动与病人沟通，在生活上关心病人，询问他们的需求，及时对缺少的物品进行补充；给病人解释疾病的患病原因，疾病可能出现的症状和疾病的传播途径，给予患者足够的疾病信息支持，让病人参与到疾病的管理当中；营造一个整体舒适的环境，增强病人对医院的信任度；在病人出现恐慌，愤怒等负性情绪时，要及时干预，给予病人充分的尊重和理解，认真的倾听，帮助病人心理的过渡，从而正视疾病，由内而外的产生克服疾病的信心。

3.1发热观察患者

对于发热的病人，积极主动的与病人交流，除了使用临床手段帮助患者鉴别疾外，还要帮助患者回忆病史，给患者做好心理建设，避免患者因为担心和恐惧而隐瞒病情，影响临床的鉴别，耽误疾病的治疗。同时也要做好疾病的介绍和病人如何自身防护的问题，对于病人因疾病知识的匮乏而产生的烦躁情绪，我们要理解病人，给病人做好解释，在此阶段，有效的沟通和信息支持尤为重要.

总结

对于新型冠状病毒肺炎，我们的认识在不断的进步，公众对新冠肺炎基本知识的认知、应对方式尚有欠缺，需要新冠肺炎防控资讯的指导，并将知识内化为个体积极应对疾病的行为[6]。心理护理本着以患者为中心的原则，对不同的阶段的病人要采取不同的心理护理和心理干预策略，提供有效的信息支持，帮助病人建立一个良好的心理状态，对疾病的控制和治疗有增益的作用。

参考文献：

[1] 国家卫生健康委办公厅.国家中医药管理局办公室.关于印发新型冠状病毒肺炎诊疗方案（试行第七版）的通知[EB/OL].(2020-03-03)[2020-03-03].http://www.nhc.gov.cn/yzygj/s7653p/202003/46c9294a7dfe4cef80dc7f5912eb1989.shtml.

[2]王文婧.心理护理干预对传染病患者负性情绪的影响[J].深圳中西医结合杂志,2017,27(12):140-141.

[3]栾蕊,刘雪.心理护理干预在ICU重症护理中对患者不良情绪的影响评价[J].国际感染病学(电子版),2019,8(04):204-205.

[4]黄晓文.认知行为干预对部队军事训练伤伤员心理应激的效果观察[J].心理月刊,2019,14(12):39.

[5]谢欲晓.新冠肺炎患者出院回家如何康复[N].健康报,2020-03-04(004).

[6]罗琳,曾晓进,廖欣,杨应乾.新冠肺炎疫情期公众疾病认知、应对方式及锻炼行为调查[J/OL].中国公共卫生:1-4[2020-03-04].http://kns.cnki.net/kcms/detail/21.1234.R.20200228.1143.004.html.

作者简介：方梦楠（1995-），女，汉，湖北十堰，护师，本科，护理学。

通讯地址：湖北省十堰市张湾区大岭路21号湖北医药学院附属国药东风总医院急诊科；442000；[12409688@qq.com，18372695306](mailto:12409688@qq.com，18372695306)；