

亲情护理联合脑电生物反馈对广泛性焦虑障碍患者的影响研究

周致今, 李识昆, 郭莉琼, 张帆*

云南省精神病医院 云南昆明

【摘要】目的 分析在广泛性焦虑障碍患者中应用亲情护理联合脑电生物反馈的医学价值。**方法** 将 2023 年 1 月-2024 年 12 月内就诊的 80 例广泛性焦虑患者以随机法分 40 例对照组行单纯性脑电生物反馈, 40 例观察组联合亲情护理进行护理。对比两组神经递质等干预效果。**结果** 干预前, 两组患者指标对比无统计学意义($P > 0.05$)。干预后, 观察组相较对照组神经递质水平更优, FAD 家庭功能评分、HAMA 焦虑评分更优, 对比有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 在广泛性焦虑障碍患者中应用亲情护理联合脑电生物反馈可调节神经递质, 让患者受益, 同时给予患者家庭支持, 综合性促患者焦虑改善。

【关键词】 亲情护理联; 脑电生物反馈; 广泛性焦虑障碍患者; 精神疾病

【基金项目】 云南省精神病医院项目任务书 (SJY-2023-12): 亲情护理联合电子生物反馈疗法对广泛性焦虑障碍患者的影响研究

【收稿日期】 2025 年 2 月 26 日

【出刊日期】 2025 年 3 月 28 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20250149

Study on the effect of family care combined with EEG biofeedback on patients with generalized anxiety disorder

Zhijin Zhou, Shikun Li, Liqiong Guo, Fan Zhang*

Yunnan Provincial Psychiatric Hospital Yunnan, Kunming, Yunnan

【Abstract】Objective To analyze the medical value of using family care combined with EEG biofeedback in patients with generalized anxiety disorder. **Methods** 80 patients with generalized anxiety disorder who received medical treatment from January 2023 to December 2024 were randomly divided into a control group of 40 patients who received simple EEG biofeedback, and an observation group of 40 patients who received nursing care in combination with family care. Compare the intervention effects of neurotransmitters between two groups. **Results** Before intervention, there was no statistically significant difference in the indicators between the two groups of patients ($P > 0.05$). After intervention, the observation group had better levels of neurotransmitters, FAD family function score, and HAMA anxiety score compared to the control group, with statistical significance ($P < 0.05$). **Conclusion** The application of family care combined with EEG biofeedback in patients with generalized anxiety disorder can regulate neurotransmitters, benefit patients, and provide family support, comprehensively promoting the improvement of patients' anxiety.

【Keywords】 Family care alliance; EEG biofeedback; Patients with generalized anxiety disorder; Mental illness

广泛性焦虑是现代社会的常见精神性疾病, 是指患者通常无特定担忧对象, 对生活以及工作的多方面出现过度担心和恐慌^[1]。该病机制复杂, 或可和遗传因素、自身生长背景、神经递质失衡以及精神压力过大等相关, 可对患者自身生活造成极大的干扰, 致使其人际关系和工作无法正常开展^[2]。而脑电生物反馈是起源于 20 世纪针对高血压、糖尿病的一种治疗方式, 随着治

疗的发展和探究, 现目前在脑电信号采集以及精神疾病上取得了显著的进展, 原理为根据患者个体情况, 采集脑电活动的时候, 给予不同的节律训练, 以实现疾病治疗^[3]。而研究证实, 广泛性焦虑的发生和预后效果通常和亲人以及家庭有密切关系, 因此在该病的治疗中, 应当实施亲情护理^[4]。本文旨在分析在广泛性焦虑障碍患者中应用亲情护理联合脑电生物反馈的医学价值。

*通讯作者: 张帆

1 对象和方法

1.1 对象

将 2023 年 1 月-2024 年 12 月内就诊的 80 例广泛性焦虑患者以随机法分 40 例对照组单纯性脑电生物反馈, 40 例观察组联合亲情护理进行护理。对照组患者男女比例为 16: 24 例, 年龄最大者 62 岁, 年龄最小者 21 岁, 均值年龄为 (36.18±3.36) 岁; 观察组患者男女比例为 18: 22 例, 年龄最大者 60 岁, 年龄最小者 23 岁, 均值年龄为 (35.26±3.38) 岁; 两组患者一般资料对比差异不具有统计学意义, ($P > 0.05$)。纳入标准: 经临床症状、实验学检查确诊为广泛性焦虑; 知情且自愿加入该项研究; 护理依存性尚可; 排除标准: 有酗酒历史者; 有癫痫病史者; 合并有其他的精神障碍疾病;

1.2 方法

所有患者入组后均接受以帕罗西汀为主的药物治疗。治疗前均对患者介绍正念放松办法以及脑电生物反馈的原理和机制, 要求患者治疗前 3d 不饮酒、饮用咖啡等刺激性食物。

对照组采取脑电生物反馈治疗, 仪器为伟思生物反馈仪, 产品型号 FM-C100, 配备有 8mm 直径的镀银盘状电极, 滤波范围 0.5-60Hz, 电极放置按照国际惯例, 即 10-20 系统右耳垂。应用皮肤清洁剂清洁头部, 而后针对 a 波 SMR/0 波训练, 而后按照仪器指示, 采集患者脑电信号。

观察组增加亲情护理: 亲情信息收集: 患者入院后, 分 2 次对患者本人、患者家属开展一对一交谈, 针对家属的交谈围绕亲人如何看待患者的疾病、对治疗的看法、对患者本人的看法、既往史患者的荣耀时刻、开心时刻等。而针对患者本人的交谈则主要围绕患者本人对家庭的期许、希望获得怎样的情感支持、希望家庭如何支持自身等。了解患者和亲人的想法后, 分析其家庭关系和家庭支持以及家庭氛围。正念亲情氛围塑造: 在和患者本人沟通的同时, 不打断患者, 引导患者正念看待自身疾病, 理清“想法、情绪、自我感觉、

行为冲动”等四要素, 不陷入对事物和事件的思维反刍, 引导患者不把想法当做事实, 给予患者拥抱和抚触。帮助患者家属和患者一起将导致亲情关系障碍的因素实施外化, 对其起名, 如“渴望支持”、“恐惧自身废用感”, 联合家属一起评估这些障碍关系对患者的真实影响, 实时的给予患者拥抱和爱抚。而后引导家属和患者一起回顾既往史有意义的幸福时刻, 将疾病的影响降低, 协助患者和家属一起制定正念家庭规则, 如非评价、耐心、初心、信任、接纳、放下、引导进行正念练习, 建立正常的亲子沟通模式。定期执行一些加深情感连接的积极爱好, 如散步、看电影、逛街等。

1.3 观察指标

对比两组患者干预前后的神经递质水平, 包含有多巴胺 (DA)、去甲肾上腺素 (NE), 5-羟色胺 (5-HT), 对比两组患者干预前后的整体护理效果, 包含有 FAD 家庭功能评分以及 HAMA 焦虑评分。FAD 家庭功能: 含有情感反应、情感介入等维度, Likert4 级评分法, 分数和家庭功能成正比。HAMA 焦虑含有躯体化焦虑、心理等维度, 0-21 分, 分数越大, 焦虑越大。

1.4 统计学分析

试验开展期间, 以 Excel 表格做信息统一收录, 上传至 SPSS26.0 版本计算, 计量数据符合正态分布, 以 t 检验, 形式为均值±标准差 ($\bar{x} \pm s$) 表达, 用 χ^2 检验, 例和率计数资料以率 (%) 表达, 差异有统计学意义, ($P < 0.05$)。

2 结果

2.1 对比两组患者干预前后的神经递质水平

干预前, 两组患者指标对比无统计学意义 ($P > 0.05$)。干预后, 观察组相较对照组神经递质水平更优, 对比有统计学意义 ($P < 0.05$)。见表 1。

2.2 对比两组患者干预前后的整体护理效果

干预前, 两组患者指标对比无统计学意义 ($P > 0.05$)。干预后, 观察组相较对照组 FAD 家庭功能评分、HAMA 焦虑评分更优, 对比有统计学意义 ($P < 0.05$)。见表 2。

表 1 对比两组患者干预前后的神经递质水平 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	DA ($\mu\text{g/L}$)		NE(nf/L)		5-HT9ng/L)	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
观察组	40	181.65±8.06	1328.74±5.48	268.14±8.18	186.27±7.14	172.18±5.18	111.82±6.37
对照组	40	185.64±7.12	156.32±7.18	268.19±7.73	205.63±6.27	172.17±5.74	141.43±5.42
t	-	0.715	23.152	0.257	21.035	0.571	15.695
P	-	0.345	0.001	0.067	0.001	0.215	0.001

表 2 对比两组患者干预前后的整体护理效果 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	FAD 家庭功能评分 (分)		HAMA 焦虑评分(nf/L)	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
观察组	40	62.65±0.06	88.74±6.45	15.14±0.18	7.27±0.14
对照组	40	62.64±0.12	72.32±3.19	15.19±0.7	10.63±0.27
<i>t</i>	-	1.632	12.024	0.156	8.657
<i>P</i>	-	0.384	0.001	0.074	0.001

3 讨论

以亲人、家庭为核心对患者实施干预和护理符合广泛性焦虑患者的真实需求。亲情护理是指基于家庭、亲密关系等为护理切入点, 引导患者家属和患者重视亲情对疾病的干预, 促使亲密关系发展和链接更具家庭支持^[5-6]。刘文婷^[7]研究中补充到, 亲情护理以构建正念和谐的亲情氛围, 给予患者肯定和支持, 能帮助患者生活在一个较为平稳和安全的家庭环境内可提高患者的幸福感和安全感, 降低对事物和事件的不自觉焦虑。而在本文的观察指标中, 观察组的患者在接受亲情护理联合脑电生物反馈后, 其神经递质水平更优, 究其原因脑电生物反馈通过反复性的设定和训练, 促使患者适应自身的各类生理状态, 且通过这种适应学会自身调控, 让患者神经递质水平调节。而亲情护理又让患者感受到情感支持, 促进内环境稳定, 实现神经递质的有效的调节和恢复。而在观察指标 2 中, 观察组患者干预后家庭功能以及焦虑改善更多, 究其原因亲情护理可以引导家属和患者不再沉浸在自我的想法和疾病上, 更多的关注当下的生活, 有意识的为患者保持一个非评价、耐心以及信任的家庭氛围, 可以让患者养成觉察的思考习惯, 对自身的焦虑意识有意识的进行控制, 同时引导亲人肯定患者对于家庭和孩子以及爱人的付出, 赞扬其性格和人格上的闪光点, 让患者心情愉悦, 可抵抗各类焦虑不良情绪^[8]。

综上所述, 广泛性焦虑障碍患者中应用亲情护理联合脑电生物反馈可调节神经递质, 让患者受益, 同时给予患者家庭支持, 综合性促患者焦虑改善。

参考文献

[1] 李文慧, 朱陵群, 罗玮伯, 等. 广泛性焦虑症的中医研究进

展[J]. 环球中医药, 2024, 17(8): 1685-1690.

- [2] 谈陈. 亲情护理联合激励式护理对焦虑症患者自我效能及焦虑状态的影响[J]. 国际护理学杂志, 2023, 42(11): 1972-1975.
- [3] 王小花. 亲情护理联合心理护理在阿尔兹海默症患者治疗中的应用[J]. 中西医结合护理(中英文), 2020, 6(11): 72-75.
- [4] 郑蕾蕾, 马晓亮, 陈强, 等. 脑电生物反馈联合认知行为治疗对广泛性焦虑障碍患者 HAMA、TESS 评分的影响[J]. 黑龙江医药, 2021, 34(3): 680-682.
- [5] 孟美红, 王娜, 李娜. 责任护士主导的家庭访谈联合链式亲情护理用于宫颈癌患者的价值[J]. 山西卫生健康职业学院学报, 2024, 34(2): 121-123.
- [6] 单筱雯. 脑电生物反馈联合丁螺环酮片治疗广泛性焦虑障碍患者的效果[J]. 中国民康医学, 2023, 35(13): 39-42.
- [7] 刘文婷, 谢萍香, 黄秋红, 等. 亲情护理联合认知行为干预对焦虑症患者的效果[J]. 中国城乡企业卫生, 2021, 36(6): 104-106.
- [8] 郑蕾蕾, 马晓亮, 蔡启霞, 等. 叙事疗法联合脑电生物反馈治疗在广泛性焦虑障碍患者中的应用[J]. 吉林医学, 2021, 42(6): 1527-1528.

版权声明: ©2025 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS