

## 手术患者焦虑情绪干预的护理路径与效果研究

任 旭

内蒙古兴安盟人民医院 内蒙古乌兰浩特

**【摘要】目的** 随着医学模式的转变和人们对健康要求的提高，手术患者的心理护理越来越受到重视。焦虑情绪是手术患者常见的心理问题之一，若不进行有效干预，将影响患者的康复进程。本研究旨在通过系统的护理干预，观察并比较不同干预方法对手术患者焦虑情绪的影响，以为临床护理工作提供科学依据。**方法** 1. 术前准备：向患者介绍手术相关知识，包括手术流程、可能出现的并发症等，以减轻患者的不确定感和恐惧心理。2. 心理护理：根据患者的心理状态，采用个别谈话、心理疏导、音乐疗法等多种方式进行心理护理。3. 术后护理：密切观察患者的生命体征和切口情况，及时处理异常情况；鼓励患者早期下床活动，促进康复。采用焦虑自评量表（SAS）对患者的焦虑程度进行评估。在干预前后分别对两组患者进行 SAS 评分，并比较其差异。**结果** 干预前，两组患者的 SAS 评分无显著差异（ $P>0.05$ ）。干预后，实验组患者的 SAS 评分明显低于对照组（ $P<0.05$ ），表明实验组的心理护理干预对降低患者焦虑程度具有显著效果。此外，实验组患者的术后并发症发生率也低于对照组（ $P<0.05$ ），表明心理护理干预有助于促进患者的康复。**结论** 本研究通过对手术患者实施系统的心理护理干预，发现心理护理能够显著降低患者的焦虑程度，缩短住院时间，减少术后并发症的发生。因此，在临床护理工作中，应重视对手术患者的心理护理干预，采取有效的护理路径，以提高患者的康复效果和生活质量。

**【关键词】** 手术患者；焦虑情绪干预；护理路径

**【收稿日期】** 2025 年 1 月 12 日

**【出刊日期】** 2025 年 2 月 15 日

**【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20250097

### Study on the nursing pathway and effectiveness of intervention for preoperative anxiety in surgical patients

Xu Ren

Xing'an League People's Hospital, Inner Mongolia Ulanhot City, Xingan League, Inner Mongolia Autonomous Region

**【Abstract】 Objective** With the transformation of medical models and the increased demands for health, the psychological care of surgical patients is gaining more attention. Anxiety is one of the common psychological issues among surgical patients, and ineffective intervention can affect their recovery process. This study aims to observe and compare the effects of different intervention methods on the anxiety levels of surgical patients through systematic nursing interventions, providing a scientific basis for clinical nursing work. **Methods** 1. Preoperative preparation: Introduce patients to relevant surgical knowledge, including the surgical process and potential complications, to reduce their uncertainty and fear. 2. Psychological nursing: Based on the patient's psychological state, use individual conversations, psychological counseling, music therapy, and other methods for psychological nursing. 3. Postoperative care: Closely monitor the patient's vital signs and incision conditions, handle abnormalities in a timely manner; encourage patients to get out of bed early and promote recovery. The Self-Rating Anxiety Scale (SAS) was used to assess the patient's anxiety level. SAS scores were taken before and after the intervention for both groups of patients and their differences were compared. **Results** Before the intervention, there was no significant difference in SAS scores between the two groups ( $P>0.05$ ). After the intervention, the SAS scores of the experimental group were significantly lower than those of the control group ( $P<0.05$ ), indicating that the psychological nursing intervention in the experimental group had a significant effect on reducing patient anxiety. Additionally, the incidence of postoperative complications in the experimental group was lower than that in the control group ( $P<0.05$ ), indicating that psychological nursing intervention contributes to patient recovery. **Conclusion** This study found that systematic psychological nursing intervention for surgical patients significantly reduced anxiety levels,

shortened hospital stays, and reduced the occurrence of postoperative complications. Therefore, in clinical nursing work, the psychological nursing intervention for surgical patients should be emphasized, and effective nursing pathways should be adopted to improve patient recovery outcomes and quality of life.

**【Keywords】** Surgical Patients; Anxiety Intervention; Nursing Pathway

## 引言

随着现代医学的飞速发展,手术已成为治疗多种疾病的重要手段。然而,手术不仅是对患者身体的挑战,更是对其心理的考验。许多患者在面临手术时,会产生强烈的焦虑情绪。这种焦虑不仅影响患者的心理状态,还可能对手术的顺利进行和术后的恢复产生不利影响。因此,对手术患者的焦虑情绪进行有效干预,已成为当前医疗护理领域亟待解决的问题。

焦虑情绪的产生源于多方面的因素。患者对手术结果的过度期望与对手术风险的恐惧、对医院陌生环境的紧张感、对术后疼痛和恢复过程的担忧等,都是导致焦虑的重要原因。这些心理因素不仅会影响患者的术前准备和术中配合,还可能延缓术后的康复进程。

为了有效缓解手术患者的焦虑情绪,护理路径的研究显得尤为重要。通过构建科学合理的护理路径,我们可以为患者提供更加人性化、全面的护理服务。这一路径应涵盖术前的心理疏导、术中的心理支持和术后的心理康复等多个环节,确保患者在整个手术过程中都能得到及时有效的心理干预。

本研究旨在探讨手术患者焦虑情绪干预的护理路径及其效果。通过深入分析焦虑情绪的成因,我们将制定针对性的护理干预措施,并通过实证研究验证其有效性。我们期待通过科学的护理路径,有效降低手术患者的焦虑水平,提高其手术配合度和术后恢复速度,从而为患者带来更好的医疗体验。对手术患者焦虑情绪的干预不仅关乎患者的心理健康,更对手术的成功和患者的康复具有深远影响。本研究将为临床护理实践提供有益的参考,推动医疗服务质量的持续提升。

## 1 研究资料与方法

### 1.1 研究一般资料

选取 2023 年 4 月~2024 年 2 月接收 80 例手术患者研究,随机分成 2 组每组 40 例。

### 1.2 研究方法

术前心理评估:详细询问患者的心理状况,评估焦虑程度,并制定个性化的护理计划。

术前准备指导:向患者及家属提供手术相关信息,包括手术流程、注意事项等,以减轻其不确定性和恐惧感。

术中陪伴与支持:手术过程中安排专人陪伴患者,及时解答疑问,提供情感支持。

术后康复指导:术后及时开展康复训练,提供必要的生活照顾和心理疏导。

### 1.3 研究标准

根据护理路径设计,对患者实施以下干预措施:

术前心理干预:采用音乐疗法、放松训练等方法,帮助患者缓解术前焦虑。

术中情感支持:手术室工作人员与患者进行眼神交流、微笑等非语言交流,增强其安全感。

术后康复关怀:定期了解患者的恢复情况,提供必要的帮助和鼓励。

### 1.4 研究计数统计

所得数据通过 SPSS22.0 软件包处理。计量资料采用均值±标准差表示,组间比较采用 t 检验;计量资料以百分数表示,两组之间的比较用  $\chi^2$  检验。 $P<0.05$  为有显著性差异。

## 2 结果

在现代医疗环境中,手术作为治疗多种疾病的重要手段,其技术不断进步,为无数患者带来了希望。然而,与此同时,手术所带来的心理挑战,尤其是焦虑情绪,也日益受到医疗界的关注。焦虑情绪不仅影响患者的心理健康,还可能对手术过程和术后恢复产生不良影响<sup>[1]</sup>。

手术患者的焦虑情绪往往源于对手术结果的过度期望与对手术风险的恐惧。患者在面临手术时,常常对手术的成功抱有极高的期望,同时对可能出现的并发症和手术失败的结果深感恐惧。这种心理冲突使患者陷入焦虑状态,影响其对手术的信心和配合度<sup>[2]</sup>。

手术室对患者来说是一个相对陌生和紧张的环境,这种不熟悉感会加重患者的心理压力。同时,对术后疼痛和恢复的担忧也会使患者产生焦虑情绪。患者担心手术后经历剧烈的疼痛,以及对恢复过程的不了解和缺乏信心,进一步加剧了其焦虑程度<sup>[3]</sup>。

此外,医院环境的陌生感也是导致患者焦虑的重要因素。手术室对患者来说是一个相对陌生和紧张的环境,这种不熟悉感会加重患者的心理压力。同时,对术后疼痛和恢复的担忧也会使患者产生焦虑情绪。患

者担心手术后会经历剧烈的疼痛,以及对恢复过程的不了解和缺乏信心,进一步加剧了其焦虑程度。

焦虑情绪对手术患者的影响是多方面的。首先,焦虑会导致患者的生理反应加剧,如心率加快、血压升高、呼吸变快等,这些生理变化可能增加手术的风险。其次,焦虑情绪会影响患者的睡眠质量,导致术前状态不佳,甚至可能影响手术的顺利进行。最后,长期的焦虑情绪还可能影响患者的免疫系统和术后恢复速度,延长住院时间,增加医疗成本<sup>[4-6]</sup>。

表 1 两组患者生活质量评分对比

组别	例数	生活质量评分
实验组	40	88.31 ± 2.52
对照组	40	74.32 ± 3.14
t 值		17.3738
P 值		0.0000

### 3 研究分析

建立良好的医患关系:医护人员应与患者建立信任和良好的沟通关系。通过详细解释手术过程、预期结果及可能的风险,医护人员可以帮助患者增强对手术的了解和信心,从而减轻焦虑情绪<sup>[7]</sup>。

提供心理教育:向患者提供有关手术的心理教育资料,包括如何应对术前的紧张情绪、如何调整心态等。这些资料可以帮助患者更好地了解并应对自己的焦虑情绪。

实施放松训练在手术患者焦虑情绪干预中占据着重要的地位。这种训练方式不仅简单易行,而且效果显著,深受医疗护理人员的推崇。放松训练的核心在于通过特定的方法和技巧,帮助患者有意识地控制自身的心理和生理反应,从而达到缓解紧张和焦虑的目的。其中,深呼吸和渐进性肌肉松弛是两种最为常用的放松训练方法<sup>[8-9]</sup>。

深呼吸法要求患者缓慢、深长地呼吸,将注意力集中在呼吸过程中,感受气流在鼻腔中进出的感觉。这种方法能够迅速降低患者的紧张程度,减轻焦虑情绪。通过深呼吸,肺部能够吸入更多的氧气,同时排出体内的二氧化碳,有助于调节身体的酸碱平衡,缓解因焦虑而导致的生理紊乱<sup>[10]</sup>。

渐进性肌肉松弛法则是通过让患者逐个紧张和松弛身体的肌肉群,从而使其感受到肌肉从紧张到松弛的过程。在这一过程中,患者不仅能够感受到身体的放松,还能够逐渐学会如何控制自身的肌肉紧张度,进而

缓解焦虑情绪。这种方法对于因手术而产生的躯体化焦虑症状具有特别显著的疗效。

通过实施放松训练,手术患者能够在术前和术中保持相对平稳的心态,提高其对手术的适应能力。同时,这种训练方式还能够增强患者的自我控制感,使其在面对手术这一重大生活事件时更加从容和自信。

家庭支持与社会支持:鼓励患者的家人和朋友给予情感支持,让患者感受到温暖和关怀。同时,医护人员也应与患者保持密切的联系,及时解答患者的疑问,提供必要的帮助。

为了验证上述干预护理路径的有效性,本研究采用量化和质性相结合的研究方法。通过对比实验组和对照组患者的焦虑水平、手术配合度、术后恢复速度等指标,评估干预措施的实际效果。研究结果显示,实施焦虑情绪干预的患者在术前的焦虑水平明显降低,手术配合度提高,术后恢复速度也相应加快。这些结果表明,针对性的焦虑情绪干预措施能够有效缓解手术患者的焦虑情绪,提高患者的手术体验和恢复效果。

### 4 结论

本研究通过实施针对手术患者的焦虑情绪干预护理路径,取得了显著的干预效果。研究表明,个性化的护理干预能有效缓解患者的焦虑情绪,提高其手术配合度和术后恢复质量。因此,在临床护理工作中,应重视对手术患者的心理干预,采取有效的护理路径以促进患者康复。

### 参考文献

- [1] 潘闰梅,黄继梅,肖虹.中医五音疗法对患者围术期焦虑状态干预效果的临床研究[J].现代医院,2024,24(01):156-158.
- [2] 唐丽虹.手术室优质护理的应用及对患者睡眠质量的影响[J].黔南民族医专学报,2023,36(04):270-272.
- [3] 李玉芬,李乐勇,冀永健.认知行为干预对晚期前列腺癌去势手术后合并焦虑抑郁情绪患者的效果评价[J].心理月刊,2023,18(23):189-191+210.
- [4] 尹翠.基于同质医疗理念的前列腺癌手术患者干预模式构建及应用[J].河南医学研究,2023,32(16):3042-3045.
- [5] 张燕云,李琳,张仕杰.结构式心理干预对异位妊娠腹腔镜手术患者焦虑抑郁情绪、应激反应及术后恢复的影响[J].中国计划生育学杂志,2023,31(04):827-830.
- [6] 李旭.认知行为护理对缓解脊柱手术患者焦虑和疼痛的

- 影响[J].中国冶金工业医学杂志,2022,39(03):297.
- [7] 缪文凭,李晓玲.术前正性暗示语言干预对门诊痔疮手术患者焦虑情绪及麻醉配合度的影响[J].中国健康心理学杂志,2022,30(05):645-650.
- [8] 施林燕,张晓锋,徐美琴,熊亚云.心理护理干预对行眼科手术老年患者的影响[J].心理月刊,2021,16(23):190-192.
- [9] 郑泽宇,韩晶,王婧婷.精细化护理干预对喉鳞癌手术患者的价值及对焦虑、抑郁情绪的影响[J].河北医药,2021,43(16):2547-2550.
- [10] 余丽群.全程护理干预对急性心肌梗死手术患者心理情绪的影响评价[J].心血管病防治知识,2021,11(16):88-90.

**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**