

正念认知疗法在重症急性胰腺炎患者护理中的观察

周玲

安徽医科大学第一附属医院南区 安徽合肥

【摘要】目的 观察分析对重症急性胰腺炎患者实施正念认知疗法的临床效果和应用价值。**方法** 采用回顾性研究方法，选择院内就诊的100例重症急性胰腺炎患者（样本纳入例数：100例；样本纳入时间：2023.1月-2024.1月），以随机摸球为基础分组方式，分为对照、实验两个小组，观察例数高度一致。分别实施常规护理，正念认知疗法。收集分析护理效果。**结果** 与对照组（常规护理）相比，实验组（正念认知疗法）的自我护理能力评分（健康知识水平/自我概念/自我责任感/自护技能）更高，生活质量评分（角色功能/情绪功能/认知功能/社会功能/躯体功能/总体健康）更高，负性情绪评分（焦虑/抑郁）更低，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。**结论** 正念认知疗法可以有效缓解重症急性胰腺炎患者负性情绪，改善认知提升自我护理能力，促进生活质量提升，有较高应用价值。

【关键词】 重症急性胰腺炎；正念认知疗法；护理效果

【收稿日期】 2024年11月6日 **【出刊日期】** 2024年12月20日 **【DOI】** 10.12208/j.jnm.20240602

Observation of mindfulness-based cognitive therapy in the nursing of patients with severe acute pancreatitis

Ling Zhou

Southern District, First Affiliated Hospital of Anhui Medical University, Hefei, Anhui

【Abstract】 Objective To observe and analyze the clinical effect and application value of mindfulness-based cognitive therapy in patients with severe acute pancreatitis. **Methods** A retrospective study method was used to select 100 patients with severe acute pancreatitis who were treated in the hospital (sample inclusion number: 100 cases; sample inclusion time: January 2023-January 2024). The random ball-based grouping method was used to divide them into two groups, control and experimental, and the number of observation cases was highly consistent. Conventional care and mindfulness-based cognitive therapy were implemented respectively. The nursing effects were collected and analyzed. **Results** Compared with the control group (conventional care), the experimental group (mindfulness-based cognitive therapy) had higher self-care ability scores (health knowledge level/self-concept/self-responsibility/self-care skills), higher quality of life scores (role function/emotional function/cognitive function/social function/physical function/overall health), and lower negative emotion scores (anxiety/depression), and the differences were statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion** Mindfulness-based cognitive therapy can effectively relieve negative emotions in patients with severe acute pancreatitis, improve cognition and enhance self-care ability, and promote the improvement of quality of life, which has high application value.

【Keywords】 Severe acute pancreatitis; Mindfulness-based cognitive therapy; Nursing effect

急性胰腺炎由患者体内胰酶异常激活引发，常见引发因素包括胆石症、饮酒、暴饮暴食等^[1]。患者主要表现为突发的持续性腹痛，伴有呕吐、恶心、全身性炎症反应等症状，发病率较高，重症患者还可出现心肺等器官衰竭，威胁身心健康和生命安全，具有较高的死亡风险，需要及时接受有效治疗^[2-4]。临床可依靠腹腔灌

洗、手术等方式进行治疗，患者出于机体不适和对治疗结局的担忧，易引发焦虑抑郁恐慌等负性情绪，不利于恢复，影响预后，护理风险较高，对护理质量有着更高的需求^[5]。

本研究针对重症急性胰腺炎患者实施正念认知疗法的临床效果进行探讨。

1 对象与方法

1.1 对象

选择院内就诊的 100 例重症急性胰腺炎患者（样本纳入例数：100 例；样本纳入时间：2023.1 月-2024.1 月），以随机摸球为基础分组方式，分为对照、实验两个小组，观察例数高度一致。其中对照组（ $n=50$ 例）：性别：男性、女性分别 28 例、22 例；年龄均值（ 61.25 ± 4.31 ）岁；实验组（ $n=50$ 例）：性别：男性、女性分别 26 例、24 例；年龄均值（ 61.07 ± 4.22 ）岁。均遵循自愿原则加入，了解并愿意参与本次研究。对照、实验两组基线资料各项指标比较差异无统计学意义（ $P>0.05$ ）。

1.2 方法

对照组（常规护理）：实施生命体征监测、用药指导等，讲解疾病和治疗相关注意事项，观察病情变化，出现异常及时反馈处理。关注患者情绪变化情况，及时提供鼓励和安抚，提供心理支持。

实验组（正念认知疗法），具体实施方法如下：

（1）建立专项小组，针对正念认知疗法护理相关内容进行强化培训，提升护理人员对专业知识技能的掌握程度，提升综合素质，定期考核。根据院内情况选择合适的地点实施干预，通过加装隔音条、张贴海报等方式营造舒适安全的环境氛围。收集患者基本信息、病情状况等资料，对心理状况进行综合评估，制定针对性的护理方案。

（2）引导患者每周在固定时间进行正念练习。提前讲解相关注意事项，指导患者跟着播放的正念音频的指引进行，关注自身身心变化情况，循序渐进。根据患者实际情况进行分组，引导小组内成员互相认识，鼓励组内成员之间互相交流，分享经验，提升恢复信心和积极性，建立良好的人际关系，提供充足的活动空间，保障在练习期间不受打扰。在心理咨询师的带领下进行组内联系，例如身体扫描、呼吸训练等，指导患者家庭作业练习方法。根据患者的恢复情况进行评估，参考评估结果适当调整正念练习的时长、频率等。引导患者投入对自身的体验，在正念练习的过程中增加对自身

身体、情绪、思维等内容的体会，关注自身变化和问题，并寻找到相应的改善方法。

1.3 观察指标

通过自我护理能力量表（Exercise of Self-Care Agency Scale,ESCA）、简易生活质量评分表(the MOS item short from health survey,SF-36)、焦虑评分量表（Self-Rating Anxiety Scale,SAS）、抑郁评分量表（Self-rating depression scale,SDS）对两组患者的生活质量评分情况、自我护理能力评分情况、负性情绪情况进行数据搜集和分析。

1.4 统计学方法

使用 SPSS21.0 软件对数据进行统计学分析，使用 t 和 χ^2 对应表示计量数据、计数数据， $P<0.05$ 比较存在统计学差异。

2 结果

2.1 两组患者护理前后的自我护理能力评分情况对比

实验组与对照组患者护理前的健康知识水平（ 45.33 ± 4.15 、 45.41 ± 4.22 ）、自我概念（ 23.14 ± 3.87 、 23.26 ± 3.74 ）、自我责任感（ 13.42 ± 4.02 、 13.30 ± 4.10 ）、自护技能（ 33.25 ± 3.94 、 33.56 ± 3.89 ）；患者结果对比（ $t_{\text{健康知识}}=0.095$ ， $P_1=0.924$ ； $t_{\text{自我概念}}=0.158$ ， $P_2=0.874$ ； $t_{\text{自我责任感}}=0.144$ ， $P_3=0.885$ ； $t_{\text{自护技能}}=0.394$ ， $P_4=0.694$ ）。实验组护理后的自我护理能力评分更高，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ），如表 1。

2.2 两组患者护理前后的生活质量评分对比

实验组与对照组患者护理前的角色功能（ 66.35 ± 4.11 、 66.48 ± 4.25 ）、情绪功能（ 65.49 ± 4.58 、 65.89 ± 4.66 ）、认知功能（ 65.33 ± 4.51 、 65.41 ± 4.35 ）、社会功能（ 66.12 ± 4.58 、 66.27 ± 4.30 ）、躯体功能（ 66.48 ± 4.18 、 66.28 ± 4.20 ）、总体健康（ 65.79 ± 4.58 、 65.81 ± 4.37 ）；患者结果对比（ $t_{\text{角色功能}}=0.156$ ， $P_1=0.875$ ； $t_{\text{情绪功能}}=0.434$ ， $P_2=0.665$ ； $t_{\text{认知功能}}=0.094$ ， $P_3=0.924$ ； $t_{\text{社会功能}}=0.158$ ， $P_4=0.874$ ； $t_{\text{躯体功能}}=0.236$ ， $P_5=0.813$ ； $t_{\text{总体健康}}=0.268$ ， $P_6=0.788$ ）。实验组护理后的生活质量评分更高，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ），如表 2。

表 1 两组患者护理后的自我护理能力评分情况对比（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别	例数	健康知识水平	自我概念	自我责任感	自护技能
实验组	50	60.11 ± 5.21	27.36 ± 3.25	18.01 ± 3.54	41.10 ± 3.74
对照组	50	53.26 ± 4.89	25.10 ± 3.11	15.64 ± 3.41	36.24 ± 3.64
t	-	6.763	3.542	3.411	6.567
P	-	0.001	0.001	0.001	0.001

表2 两组患者护理后的生活质量评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	角色功能	情绪功能	认知功能	社会功能	躯体功能	总体健康
实验组	50	84.59±4.15	85.17±4.22	84.79±4.38	84.85±4.47	85.12±4.69	85.39±4.55
对照组	50	78.55±4.23	78.49±4.11	77.94±4.26	78.05±4.33	77.92±4.47	77.85±4.32
<i>t</i>	-	7.205	8.008	7.920	7.646	7.859	8.477
<i>P</i>	-	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001

2.3 两组患者护理前后的负性情绪情况对比

实验组与对照组患者护理前的 SAS 评分 (52.11±4.36、52.45±4.59)、SDS 评分 (52.37±4.59、52.36±4.11)；患者结果对比 (t_{SAS} 评分=0.384, $P_1=0.701$ ； t_{SDS} 评分=0.007, $P_2=0.994$)。两组患者护理后的 SAS 评分 (38.28±4.59、44.58±4.61)、SDS 评分 (38.12±4.37、44.62±4.59)；患者结果对比 (t_{SAS} 评分=6.842, $P_1=0.001$ ； t_{SDS} 评分=7.245, $P_2=0.001$)。实验组护理后的负性情绪评分更低，差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。

3 讨论

重症急性胰腺炎具有较高的死亡率，治疗过程中存在侵入性操作，易出现感染等并发症，患者不适感较强，易引发大量负性情绪^[6]。

常规护理主要侧重于对患者生命体征的观察，对情绪、心理状况等关注程度不足，存在一定局限性^[7]。正念认知疗法是以正念为核心的各种心理疗法的统称，正念则是对当下环境、情绪的感受和觉察^[8]。在常规护理的基础上实施正念认知疗法可引导患者不加评判地接纳此时此刻的各种经历或体验，从而缓解焦虑抑郁等负性情绪，以更加积极的态度面对疾病和治疗，提升自我认同感和心理弹性，提升恢复信心，提高自身健康意识水平。指导正确的练习方法，根据患者恢复情况开展身体扫描、正念呼吸、正念静坐等，鼓励组内分享自身感受精力，采取更加开放的态度，以客观的角度感受，接纳自身负性情绪，从而缓解心理障碍，促进预后改善^[9-10]。本研究结果显示，实验组护理后的自我护理能力评分更高，生活质量评分更高，负性情绪评分更低，正念认知疗法可以有效缓解重症急性胰腺炎患者负性情绪，改善认知提升自我护理能力，促进生活质量提升，有较高应用价值。

综上所述，对重症急性胰腺炎患者实施正念认知疗法的临床效果良好。有一定现实意义，值得推广。

参考文献

[1] 刘秋华.急性重症胰腺炎患者开展床旁血液滤过治疗的

护理干预措施分析[J].基层医学论坛,2024,28(17):20-2239.

[2] 王鑫,崔熾熾,赵丽丽,等.重症急性胰腺炎患者急救护理流程再造及应用效果[J].黑龙江医学,2024,48(8):1009-1011.

[3] 肖秋凤,黄贞.探讨医护一体化护理对保守治疗重症急性胰腺炎患者住院时间及焦虑情绪的影响[J].中华灾害救援医学,2024,11(3):362-364.

[4] 黎慧萍,黄蔓颖,韦娇妮,等.循证护理模式对重症急性胰腺炎患者生活质量和自护能力的影响[J].中国当代医药,2024,31(20):155-159.

[5] 王美霞,安儒红.气压疗法联合早期活动护理对重症急性胰腺炎患者下肢深静脉血栓形成的影响[J].中华养生保健,2024,42(7):93-96.

[6] 邓娟,江华,徐燕玲.基于循证医学理念的护理应用于重症急性胰腺炎患者的价值及其对其生命质量的影响[J].当代医学,2024,30(14):161-164.

[7] 蔡丽娜,吴丽丹.正念认知疗法结合强化自能护理对糖尿病肾病血液透析患者疲乏状况及自护行为的影响[J].中外医学研究,2024,22(24):99-102.

[8] 林秋苗,许月钦,许丽贞,等.基于正念认知疗法的心理护理在乳腺癌化疗患者中的应用及其对其心理状态和生存质量的影响[J].中国医药指南,2024,22(27):35-38.

[9] 周婷.正念认知疗法结合强化自能护理对高血压性早期肾损害患者血压控制及自护行为的影响[J].基层医学论坛,2024,28(24):97-100.

[10] 刘志君,苏静.正念减压疗法干预护理在宫颈癌放疗患者中的应用效果及对心理状态的影响[J].实用妇科内分泌电子杂志,2024,11(8):89-91.

版权声明：©2024 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