

LINCHUANG SHIYONG

临床实用心理护理

徐俊冕 主编

XINLI HULI



上海医科大学出版社

临床实用心理护理

主 编 徐俊冕
编 者 范仲珍 马敏芝 周安琪 叶维菲
庄英兰 季建林 徐俊冕

上海医科大学出版社

责任编辑 华 健

责任校对 王汇珊

临床实用心理护理

徐俊冕 主编

上海医科大学出版社出版发行

上海市医学院路 138 号

邮政编码 200032

新华书店上海发行所经销

昆山亭林印刷总厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 6.125 字数 164 000

1999 年 6 月第 1 版 1999 年 6 月第 1 次印刷

印数 1—5500

ISBN 7-5627-0466-X/R·440

定价:10.00 元

如遇印、装质量问题,请直接与印刷厂联系调换

(地址:昆山市中山路 293 号 邮编:215300)

内 容 提 要

本书重点论述关于心理护理的一般过程和关于常见情绪、行为问题的心理护理。以论述临床心理护理的共同问题为主,同时分述临床各科的常见心理问题和处理原则。具体讲解护理干预技术,突出了心理护理技术的操作性。全书分七章,内容包括:心理护理的概念和意义,护士心理素质的培养,护患关系,心理护理的一般过程,常见情绪、行为问题的临床心理护理,临床各科常见心理问题及处理原则和护理干预技术。文字简练,实用性强。

前言

在临床医疗工作中,护理是一个不可缺少的部分。许多临床检查、发药、注射、手术都需要护士参加,病情的观察和病人生活的照料,更离不开护士的活动。由于痛苦的解除、疾病的痊愈,病人常用“白衣天使”来称颂救死扶伤的护士,这充分说明了护士工作的意义。医学服务的对象是人,而人是一个生物、心理、社会整合而成的整体。医学研究表明,单纯着眼于身体器官的“生物医学模式”,不能帮助我们全面地认识和理解患病的病人,所以,近 20 年来,“生物 - 心理 - 社会医学模式”赢得了人们广泛的赞同。在这种情况下,护理工作也从单纯的身体护理转向整体护理,即不仅仅对身体疾病护理,也重视评定、处理病人的心理问题和帮助病人获得良好社会适应。心理护理又是整体护理的一个中心环节,因为心理护理做得好,不但能有效地满足病人的心理需要,增强病人的满意度和满足感,使病人情绪愉悦,而且由于加强了医(护)患关系,医患密切合作,有效地提高了医药治疗的效果。此外,由于心理问题的解决,有利于病人走向社会,重新获得良好的社会适应。

社会的迅速发展,人们对交往的需要和心身健康的需要也更为迫切。心理障碍、心身疾病和慢性疾病的增加,使心理护

理的重要性更为突出。“病人比他的疾病更重要”，这对护士来说，已不仅是理论概念，而是用于指导实践的基本原则。但是，要做好心理护理，护士必须具有优良的心理素质，应当不断加强自身的学习和锻炼，努力学习行为科学包括心理护理知识，提高自己对病人心理的理解和帮助病人解决心理问题的能力，同时又善于将生理护理和心理护理结合起来，努力提高和精通护理技术，使自己成为品德优良、具有现代心理学理论知识、技术熟练的现代护士。为了适应这一要求，需要提供一本临床实用、内容充实、容易掌握的心理护理培训教材。

本书所欲达到的目标是，在生物 - 心理 - 社会医学模式的指导下，帮助护理专业的学生和临床各科护士确立人的整体观，认识心理护理的重要意义，自觉培养现代护士所应具备的心理素质，增强护士建立良好护患关系的能力，提高护士从事心理护理的技能。

本书由长期从事临床护理、具有心理护理专长的护理专家和医学心理学专家共同编写，并以临床实用的心理护理知识和技术为论述的重点，兼顾护理心理学、行为医学、心身医学临床应用的发展趋势。

本书重点论述关于心理护理的一般过程和关于常见情绪、行为问题的心理护理，以论述临床心理护理的共同问题为主，同时分述临床各科常见的心理问题与处理原则。具体讲解护理干预技术，使全书做到即切合临床实用，又适合临床各科护士需要，突出了心理护理技术的操作性。我们希望本书将能有助于推动临床各科应用生物 - 心理 - 社会医学模式。

本书适用于医学院校护理专业学生和临床各科护士学习，也可用作护理心理学自学参考教材。

徐俊冕

1999 年 3 月 25 日

目 录

第一章	心理护理的概念和意义	1
第一节	医学心理学与护理心理学	1
第二节	心理护理的概念、特点和原则	4
第二章	护士心理素质的培养	8
第一节	护士应具备的心理素质	8
第二节	护士心理素质的培养	13
第三章	护患关系	16
第一节	人际交往心理学知识	16
第二节	病人的角色特征与心理需求	20
第三节	护患关系的建立	26
第四章	心理护理的一般过程	34
第一节	心理护理评估	34
第二节	心理护理诊断	36
第三节	心理护理计划	37

第四节	心理护理实施	39
第五节	心理护理评价	41
第五章	常见情绪、行为问题的临床 心理护理	43
第一节	应激的心身反应,适应、挫折与危机的 概念	43
第二节	病人的心理反应与应对机制	48
第三节	焦虑与心理护理	62
第四节	抑郁与心理护理	66
第五节	睡眠障碍与心理护理	73
第六节	疼痛与心理护理	79
第七节	不遵医行为与心理护理	85
第六章	临床各科常见心理问题及 处理原则	89
第一节	儿科病人的心理护理	89
第二节	妇产科病人的心理护理	98
第三节	外科病人的心理护理	103
第四节	内科病人的心理护理	108
第五节	皮肤科病人的心理护理	114
第六节	五官科病人的心理护理	116
第七节	癌症病人的心理护理	121
第七节	儿童和少年的行为问题与心理护理	126
第七章	护理干预技术	133
第一节	危机干预技术	133
第二节	心理治疗	135
第三节	行为矫正的应用	147
第四节	工娱治疗	162

第五节	音乐治疗.....	165
第六节	精神药物应用的护理.....	168
第七节	健康教育的参与.....	175
参考文献		186

第一章 心理护理的概念和意义

第一节 医学心理学与护理心理学

医学心理学是近代从心理学中发展起来的一个分支,它研究社会、心理因素对疾病与健康的作用和机制,是医学基础理论的一个重要组成部分,已成为寻求战胜疾病、保持健康的重要途径,能解决病人疾病与健康有关的心理学问题,为整个医疗卫生提供了心理学的观点和方法,它是心理学与医学相结合的交叉渗透的新兴学科。然而,长期以来我们的医疗、护理教育受魏尔啸的细胞病理学说的影响,把人看作是由不同细胞组成的纯生物的人,任何疾病都看成是某一组织或某一器官发生病理变化的结果。过分强调个体的躯体疾病与健康,不太注意疾病与人的心理活动的互为因果的关系,这种单纯的生物医学的观点极大地妨碍了医学及护理学科的发展。要改变这一情形,使病人获得心身两方面健康的满意效果,必须从原先固有的生物医学概念的模式中解脱出来,建立一种新的生物-心理-社会医学模式,它包含了曾对疾病产生巨大医疗效果的生物医学成果,不仅从人的个体局部,也要从个体整体,更要从群体生态系统综合考虑疾病与健康的问题。医学心理学在这些方面的研究对促进医学模式的转变作出了重大贡献。

由于医学心理学的研究范围和任务不同,人们将它分为若干分支,如临床心理学、病理心理学、神经心理学、缺陷心理学、护理

心理学、心身医学、心理治疗学、诊断心理学、心理咨询、心理卫生等。因此,护理心理学是医学心理学的一个分支,它的任务是:①运用心理学的理论和方法来探索病人在疾病过程中一般的和特殊的心理活动规律;②探索护士应具有哪些良好的心理素质;③研究护理行为对病人心理活动的影响,以最佳的心理护理措施使病人得到康复或有利于疾病转归。护理心理学的形成和发展对推动护理制度的改革,充实护理学内容,提高护理质量和病人的满意度有着十分重要的意义。因此,护士学习护理心理学就显得非常重要。

1. 现代医学模式的转变 在 20 世纪上叶,威胁人类健康的主要疾病是传染病,随着医学科学的发展,卫生条件的改变,这些疾病已基本得到了控制。近年来,由于人民生活水平的普遍提高,疾病的种类有了明显的改变,尤其是在一些发达地区和发达国家中,威胁人类健康的主要疾病是与心理、社会因素有关的疾病。以目前死亡率最高的前三位疾病(心血管病、恶性肿瘤、脑血管病)为例,足以说明生物因素所致的疾病已逐步得到了控制,而与人们自身所特有的心理因素、生活方式以及与其生活中的社会环境有关的疾病正逐渐增加。1977 年美国 Engel 教授指出:医学模式必须从单一的生物医学模式向生物-心理-社会医学模式转化。世界卫生组织对健康下了这样一个定义:健康是指身体的、心理的和社会适应的完好状态。也就是说,一个健康的人不仅是没有躯体疾病,而且还要有完好的心理状态和社会适应能力。现代医学模式克服了忽视人的心理因素和社会因素的局限性,全面系统地综合生物、心理、社会因素来认识人类的健康与疾病,要求护理学关注的不仅是身体的某一器官、某一系统的疾病,而是人的整体;要求护士不仅治疗、护理疾病,而是要治疗、护理病人。护士不仅要知道病人躯体疾病,而且要了解病人所处的社会环境在疾病过程中可能产生的作用,了解病人患病后产生的心理活动,给病人以全面的治疗、护理和预防,这样才能收到良好的效果。护士掌握了心理学知识并运用于护理实践,才能真正提高护理质量,达到保障人民健康的目标。

2. 开展系统化整体护理 新的医学模式对护理工作提出了新的要求和挑战,要求护理工作有三个突破:第一从目前院内护理扩大到院外护理;第二从临床治疗、生活护理扩大到心理、社会护理;第三从患病阶段的躯体护理扩大到预防与保健康复护理。同时,它对护理工作的任务、职责、功能、要求都赋予了新的内涵:要求护理工作改变现有的护理观念,强调人体是一个统一的整体,强调人体与外界环境的统一、人的心理与身体的统一、人体与社会环境的统一。因此,出现了新的护理模式即护士应对病人进行心理的、身体的、环境的全面护理,发挥护理工作的独立功能,根据护理需要与医生密切合作,及时准确了解病人的病情以作出护理诊断和护理计划,并独立地解决护理工作中的问题。新的护理模式要求护理工作走出医院,走向街道、工厂、社区、乡村,走进家庭,服务对象不仅是就诊的个体而是社区的全体居民;要求对人的生命全过程负责;对人的健康全面负责,不是简单执行医嘱,仅仅对患病阶段的躯体进行护理,而是有计划地对患病的人和未患病的人进行全面的整体护理,包括躯体护理、预防保健、早期康复、卫生宣教和生活指导等保持健康的心理、社会护理。护士要对来自不同社会环境,从事不同工作,有着不同习惯、爱好、性格和心理需要,对待所患疾病持不同态度的人进行全面的系统的护理,不仅要懂得生物医学知识,更要具备心理学、社会科学的知识,并且创造性地运用这些知识和技能才能做好工作。因此,系统化整体护理的开展需要护士学习和掌握心理学知识。

3. 护士素质的自我培养 病人从踏进医院大门,就会产生各种心理反应,如在门诊的诊治中,在急诊室的抢救,病房更为复杂的检查与治疗中,无论是内科、外科、妇产科、五官科、小儿科病人,也不管是手术及非手术的病人,由于到了新的环境,护士不恰当的言语、态度、行为等都会引起病人的恐惧、烦恼、疑虑或不安。这些心理活动均作为不良刺激,均会影响疾病的发展。因此,护理工作就需要由有良好素质的护士来承担,以避免不良的护理行为对病人的刺激。此外,在日常工作中,护士与病人接触时间最多,给予

病人的影响也最大,其完善的心理护理常可起到药物所不能达到的作用。在复杂繁重的治疗与护理过程中,护士必须具有积极稳定的工作情绪、良好的态度、敏锐的观察力、尊重和体贴病人的高尚情感、精炼的语言表达和感染力等。这些素质不是每个护士天生具有的,只有通过学习心理学的知识,在理论指导下,在护理实践中加以自我培养,使自己不仅有专业基础理论知识,而且有熟练的操作技术,同时有健全的性格和良好的心理素质。这样才会使病人消除心理压力,较好地配合治疗、护理,尽快恢复健康。

范仲珍

第二节 心理护理的概念、特点和原则

心理护理是护理心理学的主要内容,它运用心理学的理论,在护理过程中以良好的人际关系为基础,通过护士与病人的交往,以护理行为来影响、改变病人的不良心理状态和不良行为,促进或保持其康复的方法和手段,是整体护理的重要组成部分。其内容可概括为:①为病人创造一个安全、整洁、舒适,有利于心身健康的治疗性环境;②注意护理过程中人际关系,如病人与医护人员、病人与家属、病友之间的关系及相互影响;③针对一般心理活动规律和特殊病人的心理状态所采取的心理护理措施。因此,心理护理具有非常重要的意义,它着眼于病人的心理与生理的相互作用,有助于消除不良心理刺激,防止心身疾病的恶性循环;有助于协调各种关系,使病人适应医院环境,提高其对护理人员的信任;有助于发挥药物和手术的疗效,有助于调动病人的主观能动性,使其积极主动地做好自我护理,以利于病体的恢复和保持心理健康。

一、心理护理的特点

1. 广泛性与连续性 心理护理的范围非常广泛,在医院环境

中,医务人员与病人接触的每一个阶段,任何护理操作都包含着心理护理的内容。

2. 复杂性与个体性 心理护理的复杂性在于必须根据每个病人的特点,包括掌握每一个病人的特殊需要,才能给予恰当的帮助。

3. 心身统一性与心理能动性 人是心理和生理的统一体,心理护理和生理护理是相互结合、相互依存、相互影响的。人对客观事物的反映是一个主观能动的过程,做好心理护理可使病人心理得到安抚和激励,使病人在情绪上由焦虑不安变为安定,在意志上由懦弱变为坚强,在信念上由悲观变为有信心,在心理控制上由盲目变为自觉,在对待治疗上由被动到主动,从而使病人更好地配合治疗。

4. 社会性 心理护理不可忽视社会环境因素对病人造成的影响。护理人员除了应有良好的医德和医疗作风外,还要注意病室环境的心理效应,必要时要主动帮助病人调整环境,改善人际关系,争取病人工作单位和家庭(包括亲友等)对病人的关心和帮助等。

护士与病人相互初次认识产生的印象对于树立病人的信心非常重要。在病人入院时,护士应放下手中的事,礼貌称呼,安排床位,尽快落实饮食,介绍病房制度和负责医生、护士,使他熟悉环境,告之呼叫器的使用等,这样定会受到病人的欢迎和信任,病人会将这种信任转到对整个医院的一切产生良好印象,这种良好的印象对他今后的治疗和康复会起到重要作用。实际上,这位护士已对该病人作了初步的心理护理。一般病人入院后与医生接触的时间较少,故交谈也不会多,最接近的要算是床位护士,病人都希望与护士相处和谐,希望从护士那儿得到有关疾病与健康的指导。当护士设法从各方面了解病人的同时,病人也试图找到他可信赖的护士。病人往往很注意护士的面部表情、说话语调、举止动作,以此来了解护士的兴趣、个性、知识水平和品德能力等,病人不仅评价护士对他本人的态度,也关心护士对其他的病友的态度,如果

病人(不管哪位病人)的痛苦和困难都能得到护士的及时妥善处理、体贴关怀时,他会感到安慰,对护士产生一种信任感。病人信任了护士,就会配合护理,听从劝告和安慰。病人住进医院后,一般均有药物治疗(如口服给药、五官用药和注射等)。缺乏生活自理能力的病人,其一切均需要依靠护士来协助或帮助完成,这些病人在了解观察护士的过程中,注重了解护士的业务知识、操作技能、工作责任心等;关心会不会因护士的不慎给自己带来不安全和痛苦,希望护士有良好的品质和熟练的技术。因为熟练的技术,可减轻或消除病人的不安心理。若护士的业务知识缺乏或对病人的病情了解不详细,就无法回答病人所提的问题或只能简单回答“去问医生”,病人就不会信任该护士,病人对所患疾病会产生疑虑,增加心理负担。如果护士的操作不熟练,不仅会增加病人肉体的痛苦,而且可使病人产生惧怕、紧张的心理。因此,要开展心理护理,护士必须具备良好的心理素质,积极钻研业务知识,苦练操作技术。

二、心理护理的原则

1. 交往原则 心理护理是在护士与病人交往过程中完成的,通过交往可以交流感情、协调关系、满足需要、减少孤寂。交往有利于医疗护理工作的顺利进行,交往可以帮助病人保持良好的心理状态。

2. 启迪原则 护士给病人进行心理护理,必须不断地用医学知识、医学心理学的知识向病人作宣传解释,给病人以启迪,从而消除病人对疾病的错误认识,使病人对待治疗的态度由被动变为主动。

3. 针对原则 根据病人在不同阶段出现的不同心理状态,针对性地分别采取对策。要使护理工作有针对性,就要在交往中不断的观察、交谈、启发病人自述,必要时可以使用心理测验等,以便及时掌握病人的病情和情绪变化。针对病人的具体的心理问题,制订切实可行的护理方案并不断修正、总结,以达到满意的效果。这是护理工作者努力的方向,也是护理心理学发展的方向。

4. 自我护理原则 护士应帮助、启发和指导病人尽可能地自行自我护理。它是一种为了自己的生存、健康和舒适所进行的自我实践活动。Ery 提出自我护理的四项职能:①维持健康;②自我诊断、自我用药、自我治疗;③预防疾病;④参与保健。良好的自我护理被认为是心理健康的表现,坚持自我护理和争取自理权利的病人,比那些由护士代劳的病人疾病恢复要快得多。自我护理还有助于建立新型的医患关系,它与“共同参与型”的医患关系宗旨是一致的。病人在医护人员的指导帮助下,以平等的地位参与对自身的医疗护理活动,这无疑有助于病人的自尊、自信和满足病人的某些心理需要,为疾病的康复创造了有利的条件。

5. 心身整体原则 人是一个整体,病人的生理和心理不可分割,患病给病人带来了躯体上的痛苦和不适,同时影响到病人的心理状态,而不良的心境也会加重躯体的不适感。作为护士应理解这一点,否则易产生误会甚至冲突、纠纷等,就谈不上良好的心理护理。

6. 配合原则 在护理措施的具体实施中,护士和医生、患者以及家属的配合十分重要。

心理护理是一个动态的、不断反馈的连续过程,包括资料收集、综合分析、诊断决策、护理措施和效果评价等环节。根据病人的需要来决定对病人的护理,通过护理干预支持和促进病人的适应能力达到更高水平。

范仲珍

第二章 护士心理素质的培养

随着医学科学的发展和医学模式的转变,护理工作的内容、范围和方法都有很大的改变,它不仅要救死护伤,促进病人从疾病中康复,而且要为促进人类的整体健康服务,护士是这一领域中的主体。在护理工作中护士与医生、与病人、与其他同仁的密切联系,相互了解,同时也了解自我,努力塑造自我、完善自我,使自己成为社会所期待的护士。然而,这一角色是否成功,则取决于护士素质的高低,尤其是护士心理素质的高低,心理素质虽然与先天的遗传因素有关,但更重要的是在护理教育和护理实践中逐渐培养和成熟起来,本章将研究现代护士应具备的心理素质和如何培养这些心理素质。

第一节 护士应具备的心理素质

心理素质是一个人的行为的主宰或决定因素,行为和心理是一个统一体的两个方面。心理支配行为,行为反映心理。现代社会要求护士注意培养良好的心理素质,主要包括以下方面。

1. 高度的责任感 对事业有高度负责的态度。责任感是对个人行为负责的一种自觉意识。高度责任感是人的重要心理素质之一,因为它不仅是对整个人生、事业和社会的高度负责态度,而且是护士在日常护理中对人对事,甚至一举一动,一言一行都能敢于承担责任。护士的职业特点,要求要有高度责任感和对护理事