2025 年第 4 卷第 2 期
DOI：10.12208/j.amn.20250012

认知行为共情式心理护理对免疫性血小板减少性紫癜患者负性情绪的改善探讨

刘晓蓉

华中科技大学同济医学院附属同济医院　湖北武汉

【摘要】目的 探析认知行为共情式心理护理对免疫性血小板减少性紫癜患者负性情绪的改善效果。**方法** 选取 2024 年 3 月至 2025 年 6 月期间，院内免疫性血小板减少性紫癜患者共 66 例，作为此次研究对象。通过电脑盲选的方式，将 66 例患者随机分为对照组与观察组。对照组采用常规护理，观察组采用认知行为共情式心理护理，对比两组心理状态及满意度。**结果** 干预前两组 SAS 及 SDS 评分对比，$P>0.05$，干预后观察组 SAS 及 SDS 评分低于对照组，满意度高于对照组，$P<0.05$。**结论** 认知行为共情式心理护理可显著改善患者心理状态及满意度，值得推广与应用。

【关键词】免疫性血小板减少性紫癜；认知行为共情式心理护理；心理状态

【收稿日期】2025 年 8 月 20 日　　**【出刊日期】**2025 年 9 月 15 日

Exploration of the improvement of negative emotions in patients with immune thrombocytopenic purpura through cognitive-behavioral empathetic psychological nursing

Xiaorong Liu

Tongji Hospital Affiliated to Tongji Medical College, Huazhong University of Science and Technology, Wuhan, Hubei

【Abstract】Objective To explore the improvement effect of cognitive-behavioral empathetic psychological nursing on negative emotions in patients with immune thrombocytopenic purpura. **Methods** A total of 66 patients with immune thrombocytopenic purpura admitted to the hospital from March 2024 to June 2025 were selected as the study subjects. 66 patients were randomly divided into a control group and an observation group through computer blind selection. The control group received routine nursing care, while the observation group received cognitive-behavioral empathetic psychological nursing care. The psychological status and satisfaction of the two groups were compared. **Results** Comparison of SAS and SDS scores between the two groups before intervention, $P>0.05$, After intervention, the SAS and SDS scores of the observation group were lower than those of the control group, and the satisfaction level was higher than that of the control group, $P<0.05$. **Conclusion** Cognitive behavioral empathetic psychological nursing can significantly improve patients' psychological state and satisfaction, and is worthy of promotion and application.

【Keywords】Immune thrombocytopenic purpura; Cognitive behavioral empathetic psychological nursing; Mental state

免疫性血小板减少性紫癜的出现主要是由于患者单核细胞过度损伤、吞噬抗体致敏血小板后，使得患者免疫调节功能异常而诱发的获得性血液系统疾病，国内以育龄女性及≥60 岁老年群体为高发群体，此类患者主要表现为下肢远端反复出现的持续性出血以及皮肤粘膜瘀斑等症状，如未能引起足够的重视，会存在较大的几率使得患者出现急性颅内出血，肝、肾以及呼吸衰竭等情况，对其生命健康构成严重的影响[1-2]。过去在对此类患者进行护理的过程中，护理重心侧重于对于患者生理维度的照护，在很大程度上忽视了对于患者心理以及精神等层面的干预，促使其出现多样化的负性情绪，影响整体干预效果，针对此类情况，需及时针对护理工作进行完善，才能够确保整体干预效果的提升[3-4]。本文将探析认知行为共情式心理护理对免疫

性血小板减少性紫癜患者负性情绪的改善效果，如下所示。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2024年3月至2025年6月期间，院内免疫性血小板减少性紫癜患者共66例，作为此次研究对象。通过电脑盲选的方式，将66例患者随机分为对照组与观察组。对照组患者共33例，男13例，女20例，年龄为：33-71岁，平均年龄（46.32±3.97）岁，观察组患者共33例，男18例，女15例，年龄为：34-72岁，平均年龄（47.62±4.08）岁，两组一般资料对比，$P>0.05$。

1.2 方法

1.2.1 对照组方法

遵循医嘱落实对于患者的用药指导，健康教育以及并发症预防等常规护理措施。

1.2.2 观察组方法

①落实多元化健康教育，遵循循证的原则，以免疫性血小板减少性紫癜，免疫性血小板减少性紫癜不良反应，免疫性血小板减少性紫癜并发症预防，免疫性血小板减少性紫癜生活指导等为关键词，检索国内外文献平台，获取相关循证证据，以此为基础构建免疫性血小板减少性紫癜健康教育资料，及时将此类资料对患者进行发放，由医护人员一同带领患者进行学习，促使患者能够掌握自身疾病的病因，发展，干预过程中的相关注意事项等，促使患者形成优良的认知，保障其在后续干预过程中的依从性。其次为进一步改善患者认知，提升其自我效能，由护理人员构建微信群，引导患者及其家属加入其中，定期整理免疫性血小板减少性紫癜健康知识以及科普文章，推送于微信群之中，引导患者落实持续性的学习，并指导患者将护理过程中的疑问反馈至微信群中，由专业医护人员进行解答，保障患者自我效能的提升。

②引导患者落实正念冥想疗法，首先将患者安置于安静、舒适的环境之中，协助患者取舒适体位，通过深呼吸或是腹式呼吸进行全身放松，为患者播放舒缓的音乐，过程中进行指导，引导患者摒弃内心的相关杂念与想法，促使大脑呈现为放空状态，在护理人员的指导下开展想象，如想象自身是一棵茂盛的大树，进一步放松身心，落实持续性的冥想。在冥想5min之后，允许患者对周围的事物以及声音进行觉察，向患者讲述，触觉，味觉，嗅觉对身体所带来的不同感受，进而予以患者不同类型的食物，如柔软的面包，质地坚硬的肉干以及酸甜的果汁进行摄入，在摄食的过程中，将食物包裹于口腔之中，在进行咀嚼、吞咽，过程中感受食物的味道，口感以及质地，深入感受此类感觉对身体所带来的影响，促使患者能够转移对于自身疾病的注意力，避免对自身疾病过度关注，缓解其内心的不良情绪。

③落实共情式心理护理，积极与患者进行交流，构建优良的护患关系，促使患者对于护理人员具有足够的信任感。完成后由护理人员为患者列举恢复状态优良的病例，及时为其构建早日康复的信心，完成后联合患者家属一同落实共情式心理护理，与患者一同回忆人生中所遇见的困境，带领患者感受在面对此类困境时的心态，分析克服此类困境的方式，总结成功性经验，让患者对自己重建起信心，积极参与到心理护理过程中，与患者共同找寻能够帮助解决问题的体验，进一步改善患者心理状态。

1.3 观察指标

1.3.1 心理状态

采用抑郁量表（SDS）、焦虑量表（SAS）评定，分数越高心理状态越差。

1.3.2 满意度

采用院内自制满意度量表评定，分数越高满意度越好。

1.4 统计学分析

将数据纳入*SPSS22.0*软件中分析，计量资料比较采用t检验，并以（$\bar{x}\pm s$）表示，$P<0.05$为差异显著，有统计学意义，数据均符合正态分布。

2 结果

2.1 两组心理状态

干预前两组对比无，$P>0.05$，干预后观察组SAS以及SDS评分低于对照组，$P<0.05$，见表1。

2.2 两组满意度

观察组高于对照组，$P<0.05$，见表2。

3 讨论

免疫性血小板减少性紫癜属于血液系统疾病中发病率以及复发率较高的疾病，其中病情迁延不愈属于此类疾病的主要特点，如患者未能及时接受针对性的干预，则会存在较大的几率进一步发展为难治性特发性血小板减少性紫癜，对患者健康构成严重的威胁[5-6]。同时对于免疫性血小板减少性紫癜患者而言，此类患者在发病后受到相关临床症状的影响，可使其日常生活以及社交受到明显的影响，促使患者出现焦虑、恐惧甚至是抑郁等类型的不良情绪，进一步影响其身心健康状态，因而及时明确高效的护理措施，对于患者自身而言具有重要的意义[7-8]。

表 1　两组心理状态（$\overline{x}\pm s$）

组别	例数	SAS 评分		SDS 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	33	（54.62±2.70）分	（48.86±1.24）分	（53.77±1.71）分	（50.90±1.18）分
观察组	33	（54.88±2.63）分	（45.07±0.90）分	（53.85±1.79）分	（44.76±0.84）分
t	--	0.396	14.210	0.186	24.351
P	--	0.693	0.000	0.853	0.000

表 2　两组满意度（$\overline{x}\pm s$）

组别	例数	满意度评分
对照组	33	（88.44±2.13）分
观察组	33	（95.76±1.96）分
t	-	8.862
P	-	0.000

此次研究发现，观察组在 SAS 以及 SDS 评分及满意度评分方面均具有明显的优势。与赵菊[9]等人的研究基本一致。提示该护理模式可显著改善患者负性情绪及满意度。分析其原因认为：过去传统的护理模式只是机械性的围绕医嘱开展工作，促使相关护理措施缺乏足够的全面性与针对性。而认知行为共情式心理护理则能够充分结合患者实际需求，以患者实际心理以及情绪状态为基础，强化对于患者的针对性护理干预，对于消除负性情绪，改善心理状态等均具有重要的意义。研究首先开展对于患者的认知干预，遵循循证原则，通过医护结合以及微信平台为主的多元化健康教育，为其构建正确认知，提升自我效能。其次配合正念明显干预，积极转移患者对于自身疾病的注意力，缓解其心理负担为心理状态的改善打下基础，最后配合共情式护理模式，进一步为患者构建信心，最大程度的消除不良情绪，改善心理状态及满意度。

综上所述，认知行为共情式心理护理可显著改善患者心理状态及满意度，值得推广与应用。

参考文献

[1] 陈超,杨巧莉,王玉梅. 优质护理干预对特发性血小板减少性紫癜患儿临床症状的影响观察[J].延边大学医学学报,2024,47(04):508-511.

[2] 苏雅能,陈明珠. 人文关怀联合亲情护理在免疫性血小板减少性紫癜患儿中的应用价值[J].中国医药指南,2023,21(25):150-152.

[3] 张鸾. 亲情护理对免疫性血小板减少性紫癜患者的影响分析[J].中国冶金工业医学杂志,2022,39(04):403.

[4] 高玉梅,谭敏. 临床护理路径在小儿特发性血小板减少性紫癜的应用效果[J].血栓与止血学,2022,28(03):492-493.

[5] 史冬艳. PDCA 循环护理在特发性血小板减少性紫癜患儿中的应用效果[J].中国民康医学,2022,34(09):190-192.

[6] 王海霞,马忻凡. 护理风险管理对大剂量甲泼尼龙治疗小儿特发性血小板减少性紫癜的血栓弹力图参数及预后的影响[J].血栓与止血学,2022,28(01):152-154.

[7] 高燕. 全程护理干预对小儿免疫性血小板减少性紫癜患者激素治疗效果及依从性的影响研究[J].当代临床医刊,2021,34(05):54-55+41.

[8] 杨晓慧,卞士敏,吕敏,等. 免疫性血小板减少性紫癜的发病机制与临床护理[J].医药前沿,2021,11(06):191-192.

[9] 赵菊,王兰. 优质护理在小儿原发性血小板减少性紫癜患儿护理中的应用效果[J].妇儿健康导刊,2023,2(09):112-114.