

DOI: 10. 12209/CAIM202307290003

· 中西医结合临床案例 ·

五音疗法治疗1例采血焦虑患者的护理体会

郑红梅¹, 王 爽¹, 陈 宏², 高冬华¹

(1. 北京中医药大学东方医院 西院区, 北京 100072;

2. 北京中医药大学东方医院 外二乳腺科, 北京 100078)

摘要: 本文总结五音疗法治疗1例采血焦虑患者的护理体会。在完善焦虑评分的基础上, 结合常规护理、情志护理及中医特色护理五音疗法治疗采血焦虑患者, 效果显著, 患者感受良好, 值得临床参考应用。

关键词: 五音疗法; 采血; 焦虑; 护理

Nursing experience of five tone therapy in treating a patient with blood sampling anxiety

ZHENG Hongmei¹, WANG Shuang¹, CHEN Hong², GAO Donghua¹

(1. East Branch of Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100072;

2. Department of Outer Breast, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100078)

ABSTRACT: This article summarizes the nursing experience of five-tone therapy in the treatment of one patient with blood collection anxiety. Based on the relief of the anxiety rating, combined with conventional nursing and emotional nursing, Traditional Chinese Medicine characteristic nursing, the five-tone therapy was applied to treat the patient with blood collection anxiety. The effect was remarkable, the patient felt well, and it is worthy of clinical reference and application.

KEY WORDS: five tone therapy; blood collection; anxiety; nursing

随着我国人民生活水平提升以及对知识获取渠道的不断拓展, 人们对于自身健康重视程度也在对应提升, 接受健康体检人数呈现明显增加趋势。无论是临床诊断、治疗或者常规健康体检, 静脉抽血均是极为重要的手段^[1]。静脉采血属于有创侵袭操作, 操作期间受检者容易有恐惧、烦躁的心理状态, 如果没有重视且缺乏有效措施, 不但会影响静脉采血的顺利进行, 也会对受检者健康产生影响。由于对采血人群的常规引导缺乏对其心理疏导措施的重视, 常有强烈的负面情绪引发各种静脉采血不良事件情况发生。有鉴于此, 我们对静脉采血人群在常规护理引导基础上运用五音疗法护理措施, 在平复负性情绪、提升采血质量上有突出效果。本文总结五音疗法治疗1例采血焦虑患者的护理体会, 现报道如下。

1 临床资料

患者女性, 25岁, 因头晕于2023年7月10日

于门诊收治入院。患者主诉: 近期精神紧张, 感到天旋地转, 不敢睁眼, 伴有恶心、呕吐。中医诊断: 郁症(心脾两虚证); 西医诊断: 焦虑。查体, 望: 面色无华, 形体适中, 活动自如; 闻: 言语正常, 无异常气味; 问: 心悸头晕, 善恐多惧, 失眠多梦; 切: 舌淡苔薄, 脉细弱。既往史: 有静脉采血晕针史。过敏史: 否认药物及食物过敏史。入院后, 遵医嘱于7月11日行静脉采血。患者采血前后焦虑, 采取常规护理、情志护理及五音疗法中医特色护理治疗, 顺利完成采血, 患者焦虑症状明显好转, 于7月17日出院。

2 护理

2.1 护理评估

该患者因焦虑导致精神紧张, 伴有恶心、呕吐, 有晕针病史, 进而采血困难。

采用焦虑自评量表^[2](SAS)评估患者焦虑程度, SAS总分<50分为正常, 50~60分为轻度焦

收稿日期: 2023-07-29

通信作者: 高冬华, E-mail: 172339663@qq.com

OPEN ACCESS

www. case. jcme. net. cn

虑,61~70分是中度焦虑,>70分属于重度焦虑。向患者介绍SAS焦虑评分量表,该患者SAS总分63分,评估为中度焦虑。

2.2 护理诊断

知识缺乏:与患者缺乏相关采血知识有关;焦虑:与有晕针病史有关。

2.3 护理计划

①评估焦虑程度,给予相关护理措施,焦虑评分正常;

②创造良好的采血环境;

③发挥中医护理特色技术优势;

④加强情志护理。

2.4 护理实施

2.4.1 常规护理

密切观察患者采血时的反应,坐位采血时指导患者侧身坐,上身与地面垂直,将手臂放置于操作台面垫巾上,使上臂与前臂呈直线,手掌略低于肘部,采血时袖口衣服宜宽松,避免穿刺肢体袖口过紧,以减少出血及水肿的发生。

确保室内干净整洁、通风良好和光线明亮,将温度与相对湿度控制在合理范围之内,在合理位置放置候诊椅方便患者等候休息,放置书报架方便患者在等候时阅读,并布置文化背景墙在一定程度上转移患者对抽血的注意力,从而缓解抽血带来的紧张感,以此有助于舒适感的增加。护理人员要具备无菌操作观念,一次性用品要做到一人一换。

引导患者连续进行三次左右的慢吸气后慢呼气的放松呼吸,缓解其存在的紧张情绪和消极心理,以便增加患者配合度和依从性,并告知采血项目、采血部位、采血数量,耐心解答其提问,还需询问患者是否空腹。在采血前24小时不宜剧烈运动,采血当天宜避免情绪激动,采血前宜静息至少5分钟,若需运动后采血,则遵循医嘱,并告知医护人员。采血时,要注意观察患者身体情况,询问患者是否存在疼痛感、能否忍受疼痛,请患者攥拳,使静脉更加充盈,以利于成功穿刺,穿刺成功后请患者放松拳头,尽量避免反复进行攥拳的动作。采血完成后用输液胶贴粘贴于采血处,并告知患者需对穿刺处进行按压,按压时长5分钟,禁止揉搓,如有凝血功能障碍者应延长按压时间,并告知患者及采血结果及查看时间和方法。加强采血后的宣教,保持采血部位皮肤清洁干燥,若无空腹项目可进食清淡饮食。

2.4.2 情志护理

热情服务、尊重每一位患者。在接待每一位患者时,来有问声,走有送声,让患者感到温馨。抽血前护理人员以通俗易懂的语言与患者进行积极的沟通,加强与患者家属的沟通^[3],确保其充分了解相关注意事项及采血流程,同时耐心细致的为其答疑解惑,要保证语气的和缓温柔,对患者进行鼓励和安抚,构建温馨、和谐的诊疗环境。

心理护理模式不同于医院一般常规的护理工作模式,是护士根据针对患者个体不同年龄阶段的个体心理与护理行为需求特点而进行特殊护理,可以有效减轻抑郁症患者特有的紧张焦虑、抑郁痛苦程度,提高患者满意度^[4]。护士与患者多沟通,了解其患者心理需求,积极倾听,并有针对性地帮助患者解决实际问题;对存在紧张、恐惧等负性情绪者进行心理干预;告知注意事项与配合方法。

2.4.3 中医特色护理:五音疗法

以中医学《黄帝内经》里“五音”(宫、商、角、徵、羽)为基础,将五音与五脏相对应,并根据中医阴阳五行学说和中医辨证论治原则,运用宫(对应脾)、商(对应肺)、角(对应肝脏)、徵(对应心)、羽(对应肾)5种不同音调的音乐来调治疾病,调节人格气质和体制状态,促进人体脏腑功能和气血循环的正常协调运行的一种音乐疗法^[5],音乐疗法作为非药物干预措施已经被广泛应用于疼痛控制。根据患者疾病辨证分型,播放不同类型的五行音乐,能够更有效地改善患者机体内环境,维护正常生理功能和健康心理状态,减轻疼痛程度及不适感。该例患者聆听音乐选用由北京高教音像出版社出版的中医养生音乐《天韵五行乐》,共10首乐曲,25~30分钟/首,皆为无歌词纯音乐。《天韵五行乐》中每种调式的五行音乐各2首,1首为阳韵,1首为阴韵。临床治疗遵循辨证施乐,因人而异的原则,不同症型的患者选取不同的乐曲。该患者为心脾两虚证,焦虑的病机是阳不入阴,选用安静、舒缓的音乐,有养阴、助眠、减轻压力的功效。

护士向患者及家属讲解静脉采血的方法及注意事项,给予患者心理疏导,指导患者勿紧张,给予患者听轻音乐,如钢琴曲、催眠曲等,柔润清纯、悠扬沉静等不同风格的乐曲可分散注意力。中医五行音乐疗法作为情志护理手段,是一种非药物的绿色疗法,尤其对缓解精神紧张有显著效果^[6]。

3 结果和随访

通过给予患者护理干预,患者焦虑症状明显改善,SAS评分为47分,评估为正常,顺利完成采血项目。患者离院后1周,进行电话随访,询问患者有无晕厥,睡眠情况。患者遵从护理指导,无头晕及失眠情况,患者满意度良好。

4 讨论

4.1 采血焦虑的原因分析

心理原因:根据临床分析,负性情绪,影响着躯体疾病的临床康复和预后^[7]。生理原因:静脉采血在采血过程中,由于采血针的穿刺以及血液的抽离,患者难免出现一些疼痛感,不同的受检者由于对疼痛刺激的效果不同,所以带来的疼痛反应也不一样,对于对疼痛刺激反应较为敏感的受检者而言,在采血过程中由于身体的疼痛导致其精神紧张。个体原因:焦虑、抑郁虽属于不同情志障碍,但与肝郁关系密切^[8]。部分患者由于工作或个人的原因,经常加班或熬夜,在采血过程中身体处于极度疲惫的状态,因此在采血过程中产生的刺激强度也会相应加大,而采血要求空腹,在空腹或者是饥饿的状态下机体的血液浓缩导致血容量不足进而会诱发晕针。

4.2 五音疗法可有效治疗采血焦虑

中医五行音乐疗法是常用的情志护理,不仅能够改善患者的紧张焦虑情绪,还可以缓解失眠及疼痛状态,从而提高患者生活质量^[6]。五音疗法作为中医传统疗法的一种,五音、五脏和情志活动相互联系,五种调式的乐曲用于调畅情志,确保机体阴阳平衡^[9]。五行音乐疗法,针对患者辨证施乐,减轻患者焦虑、抑郁程度,确保采血顺利进行。五音疗法提供了一种轻松愉悦的环境氛围,进一步缓解患者焦虑、抑郁状态,提高了患者就医体验和舒适度。运用新技术、新手段深化优质护理,丰富和拓展护理服务的广度和内涵^[10]。

综上所述,患者在接受采血前存在焦虑等负性情绪,将常规护理、情志护理及五音疗法应用于静脉采血过程中,可有效改善患者焦虑情绪,提高患者对静脉采血的配合程度,从而提高患者满意程度,提升专科护理质量。实施五音疗法治疗焦虑采血患者的护理方法,值得推广。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 肖继红, 张楠, 华吉措姆, 等. 护理风险管理在体检中心静脉采血管理中的应用价值探讨[J]. 国际护理学杂志, 2019, 38(17): 2696-2699.
XIAO J H, ZHANG N, HUAJI C M, et al. The application value of nursing risk management in the management of venous blood collection in physical examination centers [J]. International Journal of Nursing, 2019, 38(17): 2696-2699.
- [2] 耿庆文, 姚梦. 心理护理在老年脑卒中患者康复中的应用[J]. 中西医结合护理, 2022(10): 12-16.
GENG Q W, YAO M. Effect of psychological nursing interventions on rehabilitation of elderly patients with stroke[J]. Chin J Integr Nurs, 2022(10): 12-16. (in Chinese)
- [3] 黄帅, 陆丽华. 强化心理干预对肝癌患者心理状态和生存质量的影响[J]. 中西医结合护理, 2023(3): 156-160.
HUANG S, LU L H. Effect of intensive psychological intervention on the psycho-logical state and quality of life of patients with liver cancer[J]. Chin J Integr Nurs, 2023(3): 156-160. (in Chinese)
- [4] 李艳林, 唐玲, 祁欢, 等. 心理护理干预联合五音疗法在结肠镜检查患者中的应用[J]. 中西医结合护理, 2023(2): 60-63.
LI Y L, TANG L, QI H, et al. Application of psychological intervention combined with five-tone music therapy for patients undergoing colonoscopy[J]. Chin J Integr Nurs, 2023(2): 60-63. (in Chinese)
- [5] 马旭, 叶云, 刘皓莹, 等. 头部经穴推拿联合五行音乐治疗肝郁化火型失眠患者1例的护理体会[J]. 中西医结合护理, 2021(10): 117-119.
MA X, YE Y, LIU H Y, et al. Scalp-acupoint massage combined with five-element music therapy for one patient with insomnia caused by liver depression transforming into fire and related nursing experience [J]. Chin J Integr Nurs, 2021(10): 117-119. (in Chinese)
- [6] 李苏茜, 芦琳, 唐玲, 等. 中医五行音乐疗法的研究进展[J]. 中西医结合护理, 2022(8): 111-114.
LI S Q, LU L, TANG L, et al. Research progress of Traditional Chinese Medicine five-element music therapy[J]. Chin J Integr Nurs, 2022(8): 111-114. (in Chinese)
- [7] 吴印霞, 张学凤, 胡媛媛. 叙事护理对神经内科患者焦虑情绪的干预效果[J]. 中西医结合护理, 2022(8): 37-40.
WU Y X, ZHANG X F, HU Y Y. Effect analysis of

- narrative nursing intervention on anxiety in neurological patients[J]. Chin J Integr Nurs, 2022(8): 37-40. (in Chinese)
- [8] 李成, 华鑫, 朱爱松, 等. 从瘀毒郁互结探讨冠心病伴焦虑、抑郁的病机特点[J]. 中医杂志, 2021, 62(3): 195-198.
- LI C, HUA X, ZHU A S, et al. Discussion on coronary heart disease with anxiety and depression from the pathogenesis of binding of stasis, toxins, and constraints[J]. J Tradit Chin Med, 2021, 62(3): 195-198. (in Chinese)
- [9] 覃尚红, 梁丽, 周成华, 等. 基于五行音乐疗法中医情志护理对老年慢性胃炎伴抑郁患者症状及生活质量的影响[J]. 现代中西医结合杂志, 2022, 31(5): 697-700.
- QIN S H, LIANG L, ZHOU C H, et al. Effect of emotional nursing of traditional Chinese medicine based on five elements music therapy on symptoms and quality of life of elderly patients with chronic gastritis and depression[J]. Mod J Integr Tradit Chin West Med, 2022, 31(5): 697-700. (in Chinese)
- [10] 唐玲, 郭红, 祝静, 等. 《北京市“十四五”中医护理发展规划》解读[J]. 中西医结合护理, 2022(7): 157-162.
- TANG L, GUO H, ZHU J, et al. Interpretation of the 14th five-year plan for the development of traditional Chinese medicine nursing in Beijing[J]. Chin J Integr Nurs, 2022(7): 157-162. (in Chinese)

声明:此案例经过本平台同行评议,全文开放获取,采用知识共享(CC 4.0 BY-NC-ND)许可协议,作者可在其他媒体再次发表。