

心理分析及综合护理对酒精肝患者的临床应用效果

杨 露

无锡市康复医院 江苏无锡

【摘要】目的 分析酒精肝患者常见心理问题，探讨综合护理对患者肝功能、戒酒依从性及生活质量的影响。**方法** 选择 2024 年 5 月—2025 年 5 月我院消化内科收治的 200 例酒精肝患者为研究对象，采用 1:1 随机分组法，区别纳入观察组与对照组（各 100 例）。对照组实施常规护理，观察组在常规护理基础上开展心理分析及综合护理。比较区别护理差异，总计患者心理状态评分、肝功能指标、戒酒依从性、生活质量评分。**结果** 护理前，两组 SAS、SDS 评分，ALT、AST、TBIL 水平，戒酒依从率及 SF-36 评分无显著差异 ($P>0.05$)；护理后，观察组 SAS、SDS 评分均低于对照组 ($P<0.05$)；ALT、AST、TBIL 水平均低于对照组 ($P<0.05$)；观察组戒酒依从率、SF-36 评分均高于对照组 ($P<0.05$)。**结论** 针对酒精肝患者心理问题开展综合护理，可改善患者负性情绪，促进肝功能恢复，提升戒酒依从性与生活质量，具有临床推广价值。

【关键词】 酒精肝；心理分析；综合护理；肝功能；戒酒依从性；生活质量

【收稿日期】 2025 年 8 月 10 日 **【出刊日期】** 2025 年 9 月 8 日 **【DOI】** 10.12208/j.imrf.20250027

Clinical application effects of psychoanalysis and comprehensive nursing care on patients with alcoholic liver disease

Lu Yang

Wuxi Rehabilitation Hospital, Wuxi, Jiangsu

【Abstract】Objective To analyze common psychological problems in patients with alcoholic liver disease and explore the effects of comprehensive care on patients' liver function, alcohol abstinence compliance, and quality of life. **Methods** From May 2024 to May 2025, 200 patients with alcoholic liver disease admitted to the Department of Gastroenterology of our hospital were selected as the study subjects and randomly divided into an observation group and a control group (100 cases each). The control group received routine care, while the observation group received psychological analysis and comprehensive care in addition to routine care. Differences in nursing outcomes were compared, including patients' psychological scores, liver function indicators, alcohol abstinence compliance, and quality of life scores. **Results** Before the intervention, there were no significant differences between the two groups in SAS and SDS scores, ALT, AST, and TBIL levels, alcohol abstinence compliance, or SF-36 scores ($P>0.05$). After the intervention, the observation group showed lower SAS and SDS scores than the control group ($P<0.05$); ALT, AST, and TBIL levels were lower than the control group ($P<0.05$); and alcohol abstinence compliance and SF-36 scores were higher than those of the control group ($P<0.05$). **Conclusion** Comprehensive care targeting psychological problems in patients with alcoholic liver disease can improve negative emotions, promote liver function recovery, and enhance both alcohol abstinence compliance and quality of life, making it clinically valuable.

【Keywords】 Alcoholic liver disease; Psychological analysis; Comprehensive care; Liver function; Alcohol abstinence compliance; Quality of life

酒精性肝病（简称“酒精肝”）是长期大量饮酒引发的肝脏疾病，涵盖酒精性脂肪肝、肝炎、肝硬化

等类型，在肝病中占比高且发病率逐年上升^[1]。长期饮酒不仅损害肝功能，还会引发心理问题：酒精依

赖使患者难以自主戒酒，戒断反应加剧焦虑、烦躁等负性情绪，而负性情绪又可能促使患者再次饮酒，形成“饮酒-肝损伤-心理问题-再饮酒”的恶性循环。酒精肝患者普遍存在焦虑、抑郁等心理问题，且心理问题会降低戒酒依从性，延缓肝功能恢复^[2]。当前常规护理多关注肝功能监测与对症治疗，缺乏针对心理问题的干预，难以打破上述循环^[3]。基于此，本研究通过分析酒精肝患者常见心理问题，设计“心理干预+生理护理+社会支持”的综合护理方案，并以200例我院收治的患者为对象，探讨该方案的临床应用效果，具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择2024年5月—2025年5月我院消化内科收治的200例酒精肝患者为研究对象，采用1:1随机分组法，区别纳入观察组与对照组，各100例。观察组：男89例，女11例；年龄35-65岁，平均(50.5±6.2)岁；饮酒史5-25年，平均(12.3±3.5)年。对照组：男87例，女13例；年龄35-65岁，平均(50.2±5.8)岁；饮酒史5-26年，平均(12.8±3.2)年。两组一般资料综合比对，具有可比性，显示无明显差异($P>0.05$)。本研究获医院伦理委员会批准后开展。

1.2 酒精肝患者心理问题分析

①焦虑情绪：表现为对疾病预后担忧、戒断反应引发的烦躁，部分患者因无法饮酒出现坐立不安、情绪易怒；

②抑郁情绪：表现为情绪低落、兴趣减退，因疾病导致工作能力下降、家庭关系紧张，产生自我否定心理；

③酒精依赖心理：长期饮酒形成生理与心理依赖，患者主观上难以控制饮酒欲望，认为“饮酒可缓解压力”，对戒酒存在抵触；

④认知偏差：对酒精肝危害认识不足，认为“无明显症状即可继续饮酒”，对治疗与护理的重视程度低，依从性差。

1.3 方法

对照组：常规护理。①病情监测：每日监测患者生命体征，定期复查肝功能(ALT、AST、TBIL)、腹部超声，观察有无腹胀、黄疸等症状；②对症护理：给予保肝药物，指导患者清淡饮食，避免辛辣刺

激食物；③健康宣教：入院时讲解酒精肝病因、危害及戒酒重要性，发放健康手册，出院时告知复查时间。干预周期为8周^[4]。

观察组：心理分析及综合护理，在常规护理基础上开展。(1)心理干预：①焦虑抑郁缓解：每周2次一对一疏导(40分钟/次)，以“倾听-共情-引导”模式回应患者困扰，指导其每日2次深呼吸与渐进式肌肉放松(15分钟/次)；SDS≥53分者联合心理科医生干预，必要时加用古典音乐等音乐疗法。②酒精依赖干预：用“动机访谈”提问引导患者认知饮酒危害与戒酒益处，同步讲解戒断反应应对。③认知矫正：每周1次30分钟健康讲堂，结合病例、肝功能指标解读纠正认知偏差，邀请康复患者分享经验。(2)生理护理优化：①个性化饮食：按患者偏好定食谱，保证1.2-1.5g/kg体重/日蛋白质及足量维生素，腹胀者少食多餐并避豆类等产气食物。②戒断护理：密切观察手抖、出汗等反应，轻度用维生素B族缓解，重度遵医嘱用地西泮。③运动指导：ALT<120U/L者每日散步30分钟，ALT120-200U/L者每日室内活动20分钟，忌剧烈运动。(3)社会支持强化：①家属参与：入院开座谈会讲解患者心理特点，指导家属日常鼓励、避指责及监督戒酒；每周1次沟通会反馈进展、答疑。②同伴支持：将患者分组，每周1次小组活动；建线上群，护士每日在线答疑，患者分享心得。干预周期均为8周。

1.4 观察指标

心理状态：采用焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)评估。

肝功能指标：检测护理前后血清丙氨酸氨基转移酶(ALT)、天门冬氨酸氨基转移酶(AST)、总胆红素(TBIL)水平。

戒酒依从性：采用自制“戒酒依从性量表”评估。

生活质量：采用健康调查简表(SF-36)评估。

1.5 统计学方法

采用SPSS26.0软件处理数据，计量资料以(\bar{x} ±s)表示，组内护理前后比较采用配对t检验，组间比较采用独立样本t检验；计数资料以率(%)表示，采用 χ^2 检验。 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

两组患者护理前后心理状态、肝功能及生活质

量比较,护理后观察组 SAS、SDS 评分, ALT、AST、TBIL 水平均低于对照组, SF-36 评分高于对照组 (P<0.05); 观察组戒酒依从率 (92.0%) 高于对照组 (75.0%) (P<0.05), 见表 1。

表 1 两组患者护理前后相关指标及戒酒依从性比较

指标	组别	护理前	护理后	组间 P 值
SAS 评分 (分)	观察组	56.8±6.5	38.2±5.1	<0.001
	对照组	57.2±6.3	49.6±6.3	
SDS 评分 (分)	观察组	54.3±5.9	36.8±4.8	<0.001
	对照组	54.8±5.7	47.3±5.9	
ALT (U/L)	观察组	135.6±21.8	58.3±12.5	<0.001
	对照组	138.2±20.5	89.6±15.7	
AST (U/L)	观察组	128.4±19.6	52.1±11.3	<0.001
	对照组	130.1±18.9	78.4±14.2	
TBIL (μmol/L)	观察组	32.6±6.8	18.5±4.2	<0.001
	对照组	33.1±6.5	26.8±5.7	
SF-36 评分 (分)	观察组	52.3±7.5	78.5±8.3	<0.001
	对照组	53.1±7.2	65.2±7.6	
戒酒依从性 (%)	观察组	-	92.0 (92/100)	0.001
	对照组	-	75.0 (75/100)	

3 讨论

本研究中, 观察组护理后 ALT、AST、TBIL 水平显著低于对照组, 证实综合护理对肝功能的改善作用^[5]。从生理护理维度看, 个性化饮食方案保证了肝细胞修复所需的蛋白质与维生素, 避免辛辣刺激食物加重肝脏负担; 戒断症状的及时干预减少了戒断反应(如恶心、呕吐)对肝脏的间接损伤, 尤其是重度戒断反应时使用镇静药物, 可避免因过度烦躁导致的代谢紊乱^[6]。更重要的是, 心理干预打破了“负性情绪-饮酒-肝损伤”的恶性循环——焦虑抑郁缓解后, 患者交感神经兴奋性降低, 皮质醇水平下降, 减少了应激状态下肝细胞的氧化损伤; 酒精依赖心理的改善则直接减少了酒精摄入, 从病因上阻断了肝脏持续受损^[7]。此外, 同伴支持中“肝功能指标对比”的环节, 让患者直观看到戒酒与护理后的指标改善, 进一步增强治疗信心, 形成“指标好转-依从性提升-肝功能进一步恢复”的良性循环。

观察组戒酒依从率显著优于对照组, 关键在于综合护理从“认知纠正-心理疏导-社会协助”三维度破解了依从性不足的难题。在认知层面, 借助真实病例分享与肝功能指标解读, 帮助患者扭转“无明

显症状就可饮酒”的错误认知, 清晰认知酒精对肝脏的持续性损害; 动机访谈则区别于传统单向宣教, 通过启发性提问(如“是否因饮酒导致肝功能异常住院?”)引导患者主动思考饮酒危害与戒酒价值, 激发内在戒酒意愿, 减少抵触心理^[8]。社会支持层面, 家属的陪伴监督降低了患者接触酒类的可能性, 同伴间的“戒酒打卡”互动形成正向激励, 缓解了患者因孤独感引发的复饮倾向。反观常规护理, 仅在入院时开展戒酒宣教, 缺乏后续跟踪指导, 患者易受认知偏差、心理依赖或外界诱惑影响再次饮酒, 导致依从性偏低^[9]。

生活质量的差异是护理效果的直观体现, 观察组 SF-36 评分更高, 得益于心理、生理、社会功能的全面改善。心理上, 焦虑抑郁情绪的缓解改善了患者精神状态, 减少了情绪相关的睡眠困扰与兴趣减退; 生理上, 肝功能恢复降低了腹胀、黄疸等不适症状, 科学的运动指导增强了患者体力, 提升了日常活动能力; 社会上, 家属态度从指责转为支持, 同伴交流频次增加, 减轻了患者孤独感, 提升了情感沟通与社会交往能力^[10]。这一结果与“生物-心理-社会”医学模式相契合, 表明综合护理不仅关注患者

生理疾病治疗，还兼顾心理需求与社会适应，真正落实了“以患者为中心”的护理理念。

综上所述，针对酒精肝患者心理问题开展的综合护理，可多维度改善患者预后，为临床酒精肝护理提供了可行且有效的方案，值得推广应用。

参考文献

- [1] 曹帆. 心理分析及综合护理对酒精肝患者的临床应用效果[J]. 安徽医专学报,2022,21(5):66-68.
- [2] 梁燕,绳利华,葛改田. 中医循证理论干预模式在酒精性肝病患者护理中的应用效果分析[J]. 临床医学工程, 2022, 29(2):231-232.
- [3] 吕淑华. 酒精肝患者行行为干预护理的效果及其对复发率的影响研究[J]. 健康之友,2024(21):141-142,145.
- [4] 江榆. 酒精肝患者的日常护理要点[J]. 人人健康, 2025 (10): 126-127.
- [5] 田娇娇,马瑶瑶. 生活方式护理管理联合心理疗法在酒精性肝病患者中的应用研究[J]. 山西医药杂志,2025, 54(15): 1189-1192.
- [6] 冯玉婷. 慢性酒精性肝病患者实施延续性护理的效果研究[J]. 世界最新医学信息文摘（连续型电子期刊）, 2020, 20(73):310-311.
- [7] 马燕丽,刘志惠,朱艳,等. 延续性护理模式联合个性化护理在慢性酒精性肝病患者中的应用效果及对患者依从性的影响[J]. 健康必读,2021(3):118.
- [8] 田娇娇,马瑶瑶. 生活方式护理管理联合心理疗法在酒精性肝病患者中的应用研究[J]. 山西医药杂志,2025, 54(15): 1189-1192.
- [9] 辛巧颖,张小荣,靳燕彩. 生活方式护理管理在酒精性肝病患者中的应用[J]. 国际护理学杂志,2024,43(8):1404-1408.
- [10] 范随菊,邱敏,卢丹,等. 知信行护理模式在慢性酒精性肝病患者中的应用效果[J]. 中国社区医师,2025,41(20): 100-102.

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