

叙事护理改善老年抑郁状态的效果与局限：一项范围综述

郑薇, 朴丽燕, 刘雅静, 孙嘉瑶, 李明今*

延边大学护理学院 吉林延吉

【摘要】目的 了解叙事护理在老年抑郁状态患者中的应用现状及效果, 为开展叙事护理相关研究提供参考。**方法** 以布尔运算符组合检索词检索 PubMed、Web of Science、中国知网、万方数据、维普网中有关叙事护理在抑郁患者中应用的文献, 检索时限为建库至 2025 年 3 月 12 日, 并对文献进行筛选、汇总及分析。**结果** 通过系统筛选, 最终纳入 18 篇文献, 干预形式主要为组建叙事护理团队并培训、收集一般资料制定个性化护理计划和运用叙事护理技巧进行实施。结局指标主要包括焦虑状况、抑郁情绪、护理满意度等。实践者多经叙事护理培训, 事团队成员主要为经验丰富的临床护士、护士长。**结论** 叙事护理在老年抑郁患者的护理中具有重要意义, 其通过多种方式对老年抑郁患者产生积极影响, 来需进一步深化对叙事护理作用机制的研究, 优化干预方案以提升效果, 同时重视患者反馈以促进持续改进, 从而使叙事护理在老年抑郁护理中发挥更大价值。

【关键词】 叙事护理; 叙事医学; 叙事疗法; 老年抑郁; 老年心理; 范围综述

【收稿日期】 2026 年 2 月 18 日

【出刊日期】 2026 年 3 月 13 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20260134

The effect and limitations of narrative nursing in improving the depression status of the elderly: A systematic review

Wei Zheng, Liyan Pu, Yajing Liu, Jiayao Sun, Mingjin Li*

School of Nursing, Yanbian University, Yanji, Jilin

【Abstract】 Objective To understand the current application status and effect of narrative nursing in elderly patients with depression, and to provide a reference for conducting related research on narrative nursing. **Methods** Using Boolean operators to combine search terms, search PubMed, Web of Science, CNKI, Wanfang Data, and VIP databases for literature related to the application of narrative nursing in patients with depression. The search period was from the establishment of the database to March 12, 2025, and the literature was screened, summarized, and analyzed. **Results** Through systematic screening, a total of 18 articles were finally included. The main intervention forms were establishing a narrative nursing team and training, collecting general information to formulate personalized nursing plans, and applying narrative nursing techniques for implementation. The outcome indicators mainly included anxiety status, depression mood, and nursing satisfaction. Most practitioners had received narrative nursing training, and the members of the narrative team were mainly experienced clinical nurses and head nurses. **Conclusion** Narrative nursing is of great significance in the nursing of elderly patients with depression. It has a positive impact on elderly patients with depression through various ways. In the future, it is necessary to further deepen the research on the mechanism of narrative nursing and optimize the intervention plan to improve the effect. At the same time, attention should be paid to patient feedback to promote continuous improvement, so that narrative nursing can play a greater role in the nursing of elderly depression.

【Keywords】 Narrative nursing; Narrative medicine; Narrative therapy; Elderly depression; Elderly psychology; Systematic review

前言

随着 21 世纪全球人口的不断变化, 人口老龄化不断加剧。《新时代中国人口老龄化长期趋势预测》^[1]中

显示我国老年人口规模长期居于世界首位, 在全球人口老龄化进程不断加速的当下, 老年群体的身心健康问题日益受到广泛关注。老年抑郁与年轻抑郁存在显

*通讯作者: 李明今

著差异, 老年患者多以躯体症状为主要表现而非明显情绪低落, 这种非典型症状易使照顾者忽视其心理状态而关注伴发的生理疾病, 且疾病相关慢性疼痛和认知功能障碍会进一步增加老年人群的抑郁风险^[2]。此外还有研究显示^[3]丧亲、睡眠障碍、身体残疾、既往抑郁史以及女性性别是老年抑郁的显著危险因素。目前针对抑郁患者的治疗方式主要有药物治疗、住院治疗与心理护理等^[4]。叙事护理是一种强调护患共同参与、分享有意义关系经历以形成独特护理文化的护理模式, 相较于常规护理, 它以患者为中心, 通过深度挖掘个体故事精准把握需求, 进而提供全方位、高度个性化的护理方案^[5]。本研究采用范围综述研究方法, 汇总分析国内外相关研究, 明确叙事护理在老年抑郁状态患者中的实施步骤、流程及效果评价, 为临床实践提供参考依据。

1 资料与方法

1.1 研究问题

本研究团队成员通过相关文献阅读, 进行讨论, 最终确定研究问题。(1)叙事护理实施者个人情况怎样?

(2)叙事护理、叙事疗法如何具体实施步骤?(3)用哪些指标可以有效评价叙事护理对老年抑郁症患者的干预效果?

1.2 纳入与排除标准

纳入标准:(1)研究对象为老年抑郁状态患者。

(2)应用叙事护理的方式进行干预, 文中有相关干预内容的详细描述。(3)文献类型是原始研究, 包括随机对照试验等。(4)以中英文发表。排除标准:(1)

语言非中文或英文。(2)文献内容不全、无法获取全文和摘要。(3)数据不足或重复发表的文献。(4)学位论文、会议、指南或报告。

1.3 文献检索策略

根据所确定的研究问题, 以“叙事护理、叙事疗法、老年抑郁、Aged、Depressive Symptoms、narrative nur”等为检索词, 采用主题词结合自由词的形式, 计算机检索 PubMed、Web of Science、中国知网、万方数据、维普网等数据库来检索有关叙事护理在抑郁症患者中应用的研究, 检索时限为建库至 2025 年 3 月 12 日。

1.4 文献筛选与资料提取

由 2 名接受过专业学习的研究者, 严格按照纳入及排除标准进行文献筛选与数据提取。通过阅读题目和摘要独立进行初筛, 再通过阅读全文进行二次筛选。完成信息提取并交叉核对, 如遇到分歧, 由第三名研究者讨论共同决定最终确定符合标准的文献纳入研究。采用 Note Express 软件对纳入的文献进行数据提取。

2 结果

2.1 纳入文献基本信息

共获得 1213 篇文献, 初筛排除重复文献 250 篇, 阅读题目及摘要后排除文献 896 篇, 阅读全文排除不符合文献 55 篇(其中研究主题不符 7 篇, 研究对象不符 12 篇, 文献类型不符 2 篇, 无法获取全文 26 篇, 学位论文 8 篇), 最终纳入 12 篇文献。纳入文献的研究类型有随机对照研究、实践研究。纳入文献的基本信息, 见表 1。

表 1 纳入文献基本情况

作者	年份	地区	研究类型	研究对象	样本量	观察组	干预时长	观察指标	干预成员
胡欢萍等 ^[6]	2023	江西	RCT	①	60	①②③	3 次/周, 半小时以上/次	①②③④	①②③
汪双月等 ^[7]	2023	湖北	RCT	②	110	④⑤	3 个月	③④⑤⑥	②
何淑美等 ^[8]	2020	广东	RCT	③	60	①④⑥	2-3 次/周, 20-30min/次	③④⑦⑧	②
闫朋姣等 ^[9]	2021	山东	RCT	④	60	①⑦④⑧	4 周	③④⑨	①②④⑤
汪蕊 ^[10]	2021	江苏	RCT	③	68	⑦④⑤	8 周	③④⑩	②
戴燕 ^[11]	2022	新疆	RCT	⑤	120	④③⑤⑧	3 个月	③④⑧⑨⑩	②
江淑秋等 ^[12]	2023	江苏	RCT	④	82	①③⑤⑨	12 周	③④☞☝	①②
赵娟 ^[13]	2021	云南	RCT	⑥	60	④	住院期间	③④☞	②
习江等 ^[14]	2024	江西	RCT	③	98	④	住院期间	③④⑦⑨⑩☞	②
陈晓珊等 ^[15]	2023	福建	RCT	⑧	130	①②	住院期间	③④⑨☐	
张丽丽等 ^[16]	2021	湖北	RCT	⑨	112	①④	1 个月, 每次少于 30min	③④⑩☞	⑥⑦⑧
刘洋 ^[17]	2022	宁夏回族自治区	RCT	⑩	90	①⑦⑥④	4 周, 60min/次	③④⑩☞☝	①②

注: RCT 为随机对照试验 1.研究对象中①老年高血压患者, ②老年青光眼患者, ③老年 COPD 患者, ④老年慢性心力衰竭患者, ⑤老年慢病, ⑥老年冠心病, ⑦帕金森病人, ⑧老年肌少症, ⑨老年癌症病人, ⑩老年梗死患者, ☞老年 2 型糖尿病患者, ☝老年脑卒中, ☞老年骨折合并脑血管意外患者。2.对照组: 均为常规护理。观察组中①组建叙事护理小组, ②针对性制定健康计划, ③制定叙事素材, ④叙事护理五大技巧, ⑤微信, ⑥一对一访谈, ⑦收集患者个人资料, ⑧个案沟通, ⑨随访。3.观察指标中①血压水平, ②综合健康素养, ③焦虑状况, ④抑郁状况, ⑤睡眠质量, ⑥眼压、视力测量, ⑦肺功能, ⑧自我效能, ⑨护理满意度, ⑩生活质量, ☞心功能, ☝日常行为, ☞排便状况, ☞治疗依从性, ☐认知功能, ☞社会功能活动, ☞语言功能, ☞创伤后成长。4.干预人员中①护士长, ②临床护士, ③专科医生, ④心理咨询师, ⑤主任护师, ⑥副主任护师, ⑦主管护师, ⑧护师。

2.2 叙事护理干预前

本研究结果显示大多数参与叙事护理干预的成员一般为护士^[7,8,11,13,14]。部分会提及心理咨询师^[9]。在对有抑郁状态的老年人进行叙事护理干预前, 实践人员通常会先组建一个叙事护理小组, 并对参与干预的小组人员进行统一且系统的培训, 以确保所有成员具备必要的理论知识和实践技能, 必要时还会进行定期的考核, 以评估其掌握程度和应用能力^[6,8,9,12,15-17]为了可以有效地进行叙事护理干预, 有些研究还会与患者进行面对面的沟通交流, 以制定个性化的叙事素材, 这些沟通可以是自由式的提问患者, 也有是可以是基于固定的叙事访谈提纲来进行^[6,11,12]。建立信任关系是叙事护理干预成功的关键, 只有建立在安全、信任的基础上, 患者才愿意主动敞开心扉, 愿意与实践人员沟通自己的故事和感受^[6,7,15]。一些研究还会收集患者的个人资料, 包括性别、年龄、家庭背景、心理状态等, 来评估患者的性格特点, 方便设计出更加个性化的干预方案^[8,9,10,17]。

2.3 叙事护理干预内容

在具体的干预中, 大多数研究采用了五大叙事技巧, 具体内容为护理人员在与患者沟通时, 倾听患者讲述自己的故事并在给与患者一些温暖、肯定和安慰; 通过提问一些开放式问题, 引导患者深入表达内心的想法, 帮助患者发现经历的积极事件, 改变消极认知; 将问题外化, 减轻患者心理负担; 及时回应患者需求, 给与情感支持帮助其舒缓压力^[7-11,14,16]。还有部分研究进行线上或线下随访, 如微信、电话随访等途径, 定期了解患者对疾病的态度和其日常行为表现, 这种随访可以纠正其对所患疾病的错误认知和不良行为, 进一步体现了人文关怀^[12]。增强干预的持续性和有效性。

2.4 叙事护理结局指标及干预效果

大多数研究表明, 叙事护理干预可以改善老年患者焦虑、抑郁状态^[6-17]。还有助于使血压维持平稳, 提高患者的综合素养^[6]。此外叙事护理还被证明可以改善老年抑郁患者的睡眠质量^[7]。部分研究进一步指出叙事护理以其独特的人文关怀和沟通方式, 不仅能够深入了解患者的内心世界, 有效缓解患者的负面情绪, 还能显著改善护患关系, 提升患者对护理服务的满意度, 进而优化整体医疗体验, 促进患者的康复过程^[9,11,14,15]。在叙事护理过程中过程中, 护理人员通过充分的理解与情感回应, 帮助患者直面自己的生活困境, 引导患者回忆曾经成功应对困难的经历, 挖掘积极因素, 并鼓励将这些经验运用到应对疾病中, 通过这种方式, 不仅增

强了患者战胜疾病的信心, 还是其在心理上得到了很大的安慰, 从而能够更加积极地面对疾病, 生活质量也显著提升^[10,11,14,16,17]。在评估患者负性情绪方面, 大多数研究主要采用焦虑自评量表和抑郁自评量表作为标准化工具^[7]。这些量表的使用为研究提供了客观、量化的数据支持, 进一步验证了叙事护理在改善老年患者心理状态方面的有效性。

3 讨论

3.1 叙事护理在老年抑郁状态患者中的应用现状分析

本次研究对象主要为老年人, 涵盖多种疾病类型, 包括老年高血压、老年青光眼及老年癌症等, 这体现了叙事护理在不同疾病背景下的广泛适用性。老年人随着年龄的增长, 患各种疾病的概率增加。由于老年人退休后社交减少, 若缺乏与周围人的有效沟通和家人的关注, 可能会对老年人产生影响, 进一步诱发高血压、心血管疾病、抑郁等健康问题^[18]。因此及时的心理干预和情感支持对老年人群尤为重要。叙事护理能够有效满足不同老年患者的需求, 在实施前护理人员会制定个性化叙事护理方案, 实施过程中引导患者叙事与情绪外化, 鼓励患者讲述自身经历和感受, 使其能客观看待自身情绪和问题。本研究显示, 多数文献发表时间是集中在过去 5 年内, 说明叙事护理在抑郁症患者的应用尚处于不断探索的阶段, 其深度和广度仍需进一步的拓展。从纳入的文献来看, 叙事护理在抑郁症患者中的研究中多方面展现出积极效果, 可以降低患者的焦虑、抑郁评分, 多项研究借助抑郁自评量表等专业测评工具均证实了其显著的改善效果。

3.2 叙事护理方法单一

本次研究显示, 大部分研究重要采用五大叙事技巧及一对一访谈式叙事干预进行护理, 存在叙事形式、载体单一、叙事流程不完整等不足。为提高叙事护理效果, 叙事形式应进行多样化的创新和发展。

4 小结

叙事护理对老年抑郁状态患者虽已显现成效, 但受限于样本量小、研究周期短、干预方法缺乏标准化等问题, 仍处于探索发展阶段, 未来需通过扩大样本、延长观察周期、制定统一干预流程来深入探究其作用机制与长期效果。

参考文献

- [1] 杜鹏,李龙.新时代中国人口老龄化长期趋势预测[J].中国人民大学学报,2021,35(01):96-109.

- [2] McCullough PK,戴富林.老年抑郁症不典型表现和潜在意义[J].国外医学(老年医学分册),1992,13(3):119-121
- [3] 张盛宇,李霞.老年抑郁症患病危险因素的研究进展[J].内科理论与实践,2012,07(2):133-136.
- [4] 项颖卿,罗萍,章国良.心理护理对慢性心力衰竭伴焦虑抑郁患者治疗依从性和生存质量的影响[J].实用医学杂志,2014,30(02):307-308.
- [5] 姜安丽.叙事护理的发轫与探究[J].上海护理, 2018, 18(01):5-7.
- [6] 胡欢平,刘媛洁,吴春风,过玉蓉.Teach-back 方法联合叙事护理在老年人高血压健康教育中的应用效果研究[J].现代诊断与治疗,2023,34(7):1093-1096.
- [7] 汪双月,高淑平,邢利民,周玉梅.八段锦联合叙事护理的身心联合干预模式在老年青光眼病人中的应用[J].全科护理,2023,21(1):72-75.
- [8] 何淑美,李静,罗蓝,王秀芬.个性化叙事护理对老年慢性阻塞性肺疾病患者肺功能及自我效能感的影响[J].实用医技杂志,2020,27(10):1408-1410.
- [9] 闫朋姣,尹翠翠.个性化叙事护理在老年慢性心力衰竭疾病患者中的应用[J].中国医学创新,2021,18(15):110-115.
- [10] 汪蕊.基于 IIFAR 方案微信的延续性护理联合叙事护理在老年急性加重期 COPD 患者中应用价值分析[J].医学理论与实践,2021,34(24):4383-4385.
- [11] 戴燕.基于叙事医学护理对慢性老年病患者心理应激情况及自我效能的影响[J].新疆医学,2022,52(11):1348-1351.
- [12] 江淑秋,王春霞,朱锋.同理心联合五步式叙事护理在老年慢性心力衰竭患者中的应用效果[J].中西医结合护理(中英文),2023,9(12):67-69.
- [13] 赵娟.叙事护理对老年冠心病便秘合并焦虑患者的影响研究[J].养生保健指南,2021,(38):262-263.
- [14] 习江,黄飞鹰,田芸芸,等.叙事护理联合康复护理在老年慢性阻塞性肺疾病患者中的应用效果[J].医药前沿, 2024,14(16):127-129+133.
- [15] 陈晓珊,吴淑燕,胡远妮.叙事护理疗法对老年肌少症患者认知功能的影响[J].保健医学研究与实践, 2023, 20(03):81-83.
- [16] 张丽丽,付逗,徐旭,等.叙事护理在老年癌症病人实施保护性医疗中的应用效果评价[J].护理研究, 2021, 35(23): 4298-4301.
- [17] 刘洋.叙事护理在老年脑梗死患者中的应用[J].中外医学研究,2022,20(8):97-100.
- [18] 朱亮,杨小娇,邢凤梅.农村高血压老年患者居家安全风险与社会支持及抑郁关系[J].中国公共卫生, 2018, 34(11): 1555-1558.

版权声明: ©2026 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